

食とモノの祭典とコラボ

# さしより 秋のベジまつり キャンペーン

キャンペーン期間  
**10月4日(金)  
～20日(日)**

さしより野菜  
たっぷり野菜  
プロジェクト

園宇城市保健福祉センター  
☎ 32 - 7100

野菜を買って、食べて、  
特典もゲットしよう♪

対象店舗で、野菜1点購入につき1枚  
もらえるシールを集めると、10枚1口で  
豪華景品が当たる抽選会に参加できます。

**対象店舗**

- アグリパーク豊野
- 道の駅 不知火
- サンサンうきっ子 宇城彩館
- サンサンうきっ子 みすみ

**抽選会**

日時 10月19日(土)・20日(日) 10時～16時  
場所 イオンモール宇城  
「食とモノの祭典」会場内

**抽選で豪華景品をプレゼント**

ANA クラウンプラザホテル熊本ニュースカイ  
ペアランチバイキングお食事券  
アグリパーク豊野「あぶみ野」  
ペアランチバイキングお食事券  
不知火温泉 **おすすめ商品の詰め合わせ**  
イオンモール宇城 **商品券**  
など

※このキャンペーンは都合により変更または中止になる場合があります。ご了承ください。

ANA CROWNE PLAZA KUMAMOTO NEW SKY 監修

## 「さしより野菜」オリジナルレシピ

### 野菜と鶏肉のさっぱり蒸し～3種のソースで

調理時間 30分

材料 4人分		作り方
鶏もも肉	300g [ソース①]	<ol style="list-style-type: none"> <li>ソース3種類をそれぞれの分量で合わせておく。</li> <li>鶏もも肉は火が通りやすいように切り目を入れる。鶏もも肉と野菜は食べやすい大きさに切る。</li> <li>蒸し器に入れ強火で8分蒸す。</li> <li>蒸し上がったものを器に盛り付けたら出来上がり。3種のソースを付けて、召し上がれ♪</li> </ol>
白ネギ	1本 オイスターソース 大さじ1/2	
小松菜	100g 豆板醤 大さじ1/2	
ミニトマト	4個 [ソース②]	
レンコン	1節 塩 小さじ1	<b>レシピのポイント</b> 野菜は色合いを良くするため、肉とは別に短時間で蒸してもOK。レシピの野菜だけでなく、旬の野菜も使ってみてください。
白菜	1/8個 山椒 1g	
ニンジン	小1本 乾燥わかめみじん切り 2g	
きのこ類	100g [ソース③]	
	おろししょうが 小さじ2	
	酢 大さじ1	
	しょうゆ 大さじ1	
	ゴマ油 適量	

これまでに掲載したレシピを  
ご覧いただけます ⇒

市公式キッチン  
cookpad(クックパッド)

今月のレシピは  
宇城市 オリジナルレシピ **検索**

## 不知火 美術館

☎32-6222

開館時間 10時-18時  
※土・日・祝日は17時まで

通常料金 大人 300円  
大学・高校生 200円  
中学生以下 無料

休館日 7日(月) 15日(火) 21日(月) 28日(日)

10月22日(火)は、新天皇陛下の御即位を  
お祝いする「国民の祝日」です。  
これに伴い、入館料を無料にします。

Special Exhibitions

### 楽しむ空間 書に遊び 絵に想う

開催中～10月27日(日)



絵に具象画や抽象画があるように、書も伝統的なものから前衛的なものまでさまざま。今回の展示では「これも書なの?」というような一般的な書のイメージを覆す作品も並びます。文字の力を持ちながら形を飛び越えていく墨の表現は、作者の思いや息遣いがダイレクトに伝わります。

見どころ

この展示会では、  
書や絵の区別をなくして  
それぞれの作品が持つ  
表現に触れながら  
自由に楽しんでください。

学芸員 やすよ  
浦田 恭代 さん

**関連イベント**

●ワークショップ - 参加無料 -  
「大きな字を書こう!」  
みんなで1つの大きな紙に字を書きます。

日時 10月14日(日) 14時～16時  
会場 不知火美術館 アトリエ  
対象 小学生以下  
定員 先着15人

## 図書館

中央図書館 ☎32-6211  
三角分館 ☎53-1849  
小川分館 ☎43-5111  
豊野分館 ☎45-3205

開館時間 10時-18時  
※土・日・祝日は17時まで

休館日 1日(日) 7日(月) 15日(火) 18日(金) 21日(月) 23日(水) 31日(日)

### 今月の推し本

● 児童書 ●



ロージーのひよこはどこ?  
/パット・ハッチンス 作 /こみやゆう 訳  
めんどりのロージーが産んだ卵からひよこがかえった。ところが白い殻だけを残して、ひよこがない! ロージーは大慌てで、にわとり小屋の下やかごの中、手押し車の中などを探すが見つからず…。

● 一般書 ●



まなの本棚 / 芦田愛菜  
小学生で夢中になった児童書、次々と読破したシリーズもの…。年間100冊以上も読み、本について語りだしたら止まらない芦田愛菜が“秘密の約100冊”を紹介する。山中伸弥、辻村深月との対談も収録。

移動図書館車「うきうき号」  
巡回スケジュール 10・11月

10/2・16、11/6・20(水)	10/10・24、11/14・28(金)
10:20 松橋保育園	15:00 竹崎児童館
15:00 当尾仮設住宅	15:40 大空保育園
10/3・17、11/7・21(土)	10/11・25、11/8・22(金)
10:30 曲野児童館	14:10 豊福公民館
14:00 松合出張所	14:50 両仲間団地
14:40 松寿園	16:00 豊野保育園
10/4、11/1(金)	11/19(火)
10:30 河江保育園	11:00 青海保育園
15:00 JA海東支所	14:30 古氷団地
10/8、11/12・26(火)	15:30 戸馳保育園
10:30 豊川保育園	16:20 大岳保育園
10/9・23、11/13・27(水)	10:30 ひまわり保育園
14:00 老人ホームきらら	14:40 松橋保育園
14:40 松橋保育園	16:00 街なか図書館(濱まち)

※停車時間は各20分  
(松橋保育園は40分)