広報ちりゅう◇編集・発行◇知立市企画部協働推進課
〒472―8666 愛知県知立市広見三丁目1番地
☎0566(83)1111(内線335)
ホームページアドレス http://www.city.chiryu.aichi.jp/
Eメールアドレス info@city.chiryu.lg.jp

Picアップちりゅう

第49回全国ろうあ者体育大会出場にかかる表敬訪問

9月16日　市役所

6月に行われた愛知県の選考会で100m走・200m走に優勝し、9月18日～20日にかけて開催された第49回全国ろうあ者体育大会へ出場者することとなった壁谷豪文さんが市長を表敬訪問しました。
陸上競技への取組み等、様々なことをお話しいただきました。今後も活躍を期待しています。

第20回市民囲碁大会

9月20日　中央公民館

参加された囲碁愛好者の皆さんは、日頃の研鑽の成果を発揮し、白熱した盤上の攻防を繰り広げました。一手打つごとに目まぐるしく変わる戦況に、緊張感が漂う会場の中、初対戦の相手との駆け引きを楽しみながら囲碁に没頭していました。

かんたんやさいちりふ 子どもレシピ

－子育て環境日本一を目指して－

市内の保育園で作られている子どもたちに人気の野菜を使った献立のレシピを紹介しています。
今回は上重原保育園の
秋にぴったり！「さつまいもサラダ」だよ！

☆笑顔ほっこりさつまいもサラダ☆

材料（4人分）
さつまいも　……大1個（320g）
きゅうり　……1.5本（160g）
ハム　……2枚（40g）
調味料
マヨネーズ　……大4（48g）
塩・こしょう……少々

（1人分）
エネルギー…215kcal　食塩…0.6g

①さつまいもは皮をむいて、1.5cm角に切り、10～15分水につけてあくを抜き、串で刺せるほど軟らかくなるまでゆでる。
きゅうりは輪切りにして塩もみする。
ハムは1cm角に切る。

②さつまいもが十分冷めてから、すべての材料をマヨネーズで和える。
塩コショウで全体の味を整える。

さつまいもがやわらかいので、和える時につぶさないように気を付けよう！

子どもたちが大好きなメニューなので、選びました。