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

知立公園花しょうぶを写す会

6月10日㈮　知立公園花しょうぶ園

見ごろを迎えた花しょうぶとミスかきつばたの4人を撮ろうと、県外からも多くの人が訪れていました。前日の雨空から一転して真夏日となりましたが、カメラ愛好家の人達も汗を拭いながら真剣な眼差しで撮影していました。
※受賞作品については8月1日号に掲載予定です。

老人クラブ紹介コーナー

市内の各地域の老人クラブの紹介や、活動紹介等を連載するコーナーです。
老人クラブでは、満60歳以上の人を対象に、随時新規入会者を募集しています。
▶問合せ　長寿介護課　長寿係（☎95-0150）

市老連グラウンド・ゴルフ大会　市長杯

5月27日㈮　昭和グランド

市老連では、年3回グラウンド・ゴルフ大会を開催しています。第1回目の市長杯は、前日の雨も上がり絶好のコンディションの下、200人余の選手が参加しました。互いに技を競い合いながらも、和気あいあいとした有意義な大会でした。

かっきーちゃんと一緒に学ぶ! 知立の食育コーナー

テーマ：食改さんのおやつレシピ
▶問合せ　保健センター（☎82-8211）

知立市では食育に積極的に取り組み、活躍しているところがたくさんあるよ。かっきーと一緒に学んでいこう！

今回も食改さんのレシピを紹介します。昨年の「福祉健康まつり」で配布した美味しくて、食物繊維やカルシウムがたっぷり入った「おからクッキー」です。

おからクッキー

材料（約50枚分）
おからパウダー……20g
卵……1個　サラダ油……大さじ1
砂糖……40g　薄力粉……50g
塩……少々　黒胡麻……20g

【作り方】
① ボールにおからパウダー、卵、サラダ油、砂糖を入れよく混ぜ合わせる。
② ①に振るった小麦粉、塩、黒胡麻を加えて、全体を手でまとめる。
③ 生地を4～5g の大きさに丸めオーブンシートを敷いた天板の上に並べる
④ ③の生地の上にオーブンシートを敷き、バットのような底の平らな物で厚さ1mm 程度になるまで薄く伸ばす
⑤ 180℃のオーブンで10分～15分焼く
（5枚あたり）エネルギー63kcal　食塩0.0g

柔らかすぎる場合は小麦粉を足してください。