

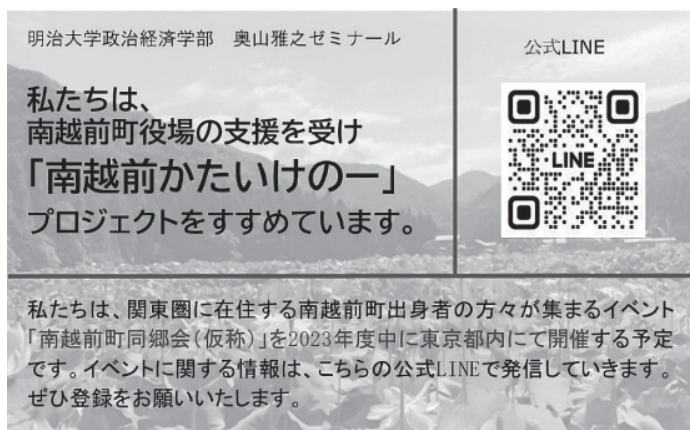
## まちみらいチャレンジ2023

### 「南越前町同郷会(仮称)」開催に向けた、 公式LINEへの登録呼びかけにご協力ください!

今年度実施している「まちみらいチャレンジ2023」では、「明治大学政治経済学部奥山雅之ゼミナール」の学生による活動として、関東圏に在住する南越前町出身の方が集まるイベント「南越前町同郷会(仮称)」の開催が予定されています。(東京都内にて令和6年1月頃開催予定)

本イベントに関する情報発信を目的とした公式LINEが作成されましたので、関東圏在住の南越前町出身の方(ご家族やご友人など)への公式LINEの周知にご協力くださいますようお願いいたします。

■問合せ 観光まちづくり課 ☎0778-47-8013



◀その他「まちみらいチャレンジ2023」に関する情報はこちら

## 食改

## みつばちゃん 知恵袋

### レシピ紹介

### 大豆とポテトとツナのオイルあえ

#### 《材 料(4人分)》

- |                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| •ゆで大豆 …………… 120g  | •大葉 …………… 10枚   |
| •じゃがいも …………… 200g | •オリーブ油 ……… 大さじ1 |
| •ツナ缶(オイル) …… 140g | •塩、こしょう …… 少々   |

#### 《作り方》

- ① 大葉をみじん切りにする。
- ② じゃがいもの皮をむき、短冊切りにしてゆでる。  
(水から入れて、沸騰したら弱火にして柔らかくなるまでゆでる。  
5分程度)
- ③ ②のお湯を捨てて火にかけ水分をとばし(粉ふきいもの要領で)、ツナ缶を汁ごと全部加えて混ぜる。
- ④ ③に、ゆで大豆とみじん切りにした大葉、オリーブ油を入れ、塩、こしょうで味を調え、器に盛る。



#### ポイント👍

ツナの塩分とオイルも加わって美味しく減塩できます。

### 食生活改善推進員が児童館、保育所・こども園に絵本をプレゼントしました

食生活改善推進員は、町内の児童館等で食育に関する絵本の読み聞かせを実施しています。その活動の一環として、町内全ての児童館、保育所・こども園に食育の絵本を贈呈しました。

友達と一緒に絵本を楽しみながら、食育について学んでほしいと思っています。

