

旬のレシピ ちばの味



卵小麦粉不使用で作る
お好み焼き

〈材料〉2人分(4枚分)

- ジャガイモ…中2個(150g) ピザ用チーズ……………50g
- 長ネギ……………10g 米粉……………大さじ4
- ゆでだこ……………100g 牛乳……………50cc
- キャベツ……………1枚(50g) 塩・コショウ……………少々
- ハム……………2枚

(1人分/約370kcal 脂質9.8g 食塩相当量1.5g)

【作り方】

- ジャガイモは皮をむいて、おろし器ですりおろす。
- 長ネギは薄い小口切りにする。ゆでだこはそぎ切りにしてから細切りにしたあと、細かく刻む。キャベツ、ハムは千切りにする。
- 全ての材料をボウルに入れて混ぜ合わせる。
- フライパンを熱して油(分量外)を薄く引き、③の1/4を流し込み、ふたをして5分程度中火で焼く。ぷつぷつと小さい穴が出てきたら裏返して両面を焼く。
- ③の残りの生地も同様に3枚焼く。
- 器に盛り、お好みでケチャップ、青のりなどをかける。

＜コツ＞

米粉は片栗粉(大さじ2)でも代用できます。イカやサクラエビを入れてもおいしくいただけます。

〔調理協力・千葉伝統郷土料理研究会〕

ジャガイモの豆知識

県産のジャガイモの産出額は全国第4位。光に当たると緑色に変色したり発芽しやすくなるので、暗く低温(3〜5℃程度)で適度な湿度のある場所で保存しましょう。リンゴと一緒に保存すると、リンゴの出すエチレンガスが発芽を抑制するといわれています。

問い合わせ 県報道広報課 TEL043-223-2241



※お出かけの際は新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いします。

1 末廣農場 (富里市)

大正〜昭和時代にこの地にあった先進的な農場の名を引き継いだ、富里市初の観光・交流拠点施設が完成しました。飲食スペースではかつての末廣農場由来の希少な豚肉や、末廣農場とゆかりのある「小岩井農場」のソフトクリームなどがおすすめ。物販コーナーには「富里スイカ」をはじめとした地元の新鮮な野菜や果物などが並びます。イベントスペースや観光案内もあり、楽しみ方はいろいろ。隣接する、当時の風景を残した旧岩崎久彌末廣農場別邸公園も訪れて、富里農業の歴史に思いをはせてみませんか。



彩りある食用花を使ったサラダもあります



場所 富里市七栄650-206

交通 東関東自動車道「富里IC」から車で10分(無料駐車場107台)

JR成田線「成田駅」または京成線「京成成田駅」からバス「末廣農場」下車

営業時間 9時〜18時(月曜日・年末年始休業)

※6月5日〜7日は10時〜17時(オープニングイベントのため月曜日も営業)

問い合わせ 富里市商工観光課 TEL0476-93-4942



「大正浪漫」をイメージした外観

2 野見金公園 (長南町)

アジサイの見頃 6月中旬〜



満開のアジサイを楽しもう

房総半島のど真ん中に位置するこの公園では、地元の方々が年月をかけて桜やアジサイを植え、美しい景観を整備してきました。これからの季節は、色とりどり1700株のアジサイが見頃を迎えます。

公園内の展望カフェでは、晴れた日には遠く東京スカイツリーや太平洋まで見渡せることも。自家焙煎コーヒーや地元の食材を使ったスイーツを味わいながら、花々と絶景を満喫してみませんか。



九十九里浜から茂原市街まで一望できる



場所 長生郡長南町岩撫36-1

交通 圏央道「茂原長南IC」から車で15分(無料駐車場73台)

展望カフェ 営業時間 金・土・日曜日、祝日11時〜15時

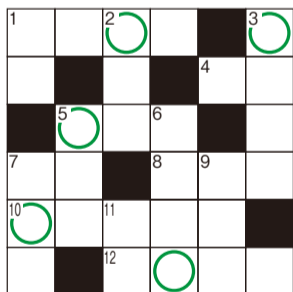
問い合わせ 長南町産業振興課 TEL0475-46-3397

クイズ&プレゼント

丸部分の5文字を組み合わせて、言葉をつくってください。
ヒント=雨上がりに出会いやすいです



- 「タテのカギ」
- 猿と仲が悪いです。
- 豚肉の塊を大きめに切って甘辛く味付けしたものです。
- サザエを殻ごと火にかけて調理したもの。
- 相撲をとる人のこと。
- 一日の始まり。朝日が昇り始める時間帯。
- 髪が渦巻き状に生えているところ。
- フランス語で映画という意味。



- 兄弟姉妹の子どもで、男性は「お兄」、女性は何?
- 紙や書類に押すと名前や絵が残ります。
- 物事の仕組みなどの大きさ。
- 中央新幹線は磁石の力で車体を約10センチ浮かせています。
- 御宿町の海岸がモデルとなった童謡の歌名は何?
- 怒りを表情に表すこと。「○○○○」は?
- 小さいものを観察する時に使います。ルーペ。
- 料亭や旅館などの料理人。
- 県ホームページ「ちば県民だより」クイズ応募ページから応募いただくか、はがき(63円)に、答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号とちば県民だよりへの意見・感想を必ず書

「ヨコのカギ」

5月号の正解

マ	×	ネ	イ	ロ
ッ		カ	モ	ツ
ト	リ	ユ	フ	マ
	リ	イ	ド	ウ
ア	ク	ア	ラ	イン
ウ		メ		ツド

マイワイ(萬祝)

※応募いただいた個人情報、プレゼントの発送のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。



県立特別支援学校市川大野高等学園 「本物の働く力を育むために」 学びながら働き、働きながら学ぶ

市川大野高等学園では「学校における授業」と「企業における実習」を組み合わせる特色あるキャリア教育を実践。近隣企業や事業所などの協力のもと、生徒が現場に出向き、働きながら学びます。実社会とつながりながら学ぶことで働く意欲を向上し、主体的なキャリアを形成していきます。

地域と共にある学校を目指して

開校以来大切にしていることは、地域とのつながり。実践型の学習の他にも、授業で育てた植物を近くの駅前の花壇に植えるなど、さまざま



JR本八幡駅の花壇の美化活動(園芸コース)

～市川大野高等学園～

園芸技術科、工業技術科、生活デザイン科、流通サービス科の4つの専門学科に9つのコースが設置されている高等特別支援学校。

な人との関わりを通じて自分自身の理解を深め、表現する力を育みます。近隣から専門家を招いての生涯学習講座も計画中です。

校内に設置されているカフェ「Natural Ohno」も、地域の方との交流の場の一つ。フードサービスコースの生徒が調理や接客をしたり、他のコースの生徒が作った製品を店内で販売したりしています。(月・金曜日10時〜13時、火・木曜日10時〜15時 ※臨時休業あり)

また、6月12日(日)に幕張メッセで開催される県民の日記念行事「ちばワクワクフェスタ2022」では、県立流山高等学園と合同で特設ブースを出展。生活デザイン科の生徒たちが中心となって手作りしたハンドメイドの布小物を販売します!



校内のカフェで接客を練習する生徒

問い合わせ 県立特別支援学校市川大野高等学園 TEL047-303-8011 市川大野高等学園 検索