

イチオシヤシオシ

住みやすさナンバー1のまち 八潮のイチオシの話題をご紹介します。

問秘書広報課 ☎423

ゆるキャラグランプリ 投票結果 112位

10月4日、「ゆるキャラグランプリ2020」の投票結果が発表され、ハッピーこまちゃん エントリー数691体のうち2036票で第112位でした。これからもハッピーこまちゃんの応援をよろしくお願いいたします。

投票ありがとうございました！



やしお八つの野菜 de 健康レシピ

レシピ⑫ 小松菜の豚肉あんかけ

やしおの八つの野菜（小松菜・枝豆・ねぎ・ほうれんそう・トマト・ナス・山東菜・天王寺かぶ）を使用したレシピを毎月ご紹介しています。

今回は、「小松菜の豚肉あんかけ」をご紹介します。

問保健センター ☎995-3381



やしお de まなぶ

小松菜 江戸時代から江戸川区の小松川付近を中心に栽培されたので、小松菜と呼ばれています。昭和30年代から栽培され、現在、やしおの主要野菜です。

●作り方

- ①にんじんは短冊切りにしてゆでる。小松菜はゆでて3センチメートルの長さに切る。Aを合わせておく。
- ②豚肉は細切りにし、下味をつけ片栗粉をまぶす。
- ③フライパンにごま油とにんにくを入れ、香りが立ったらねぎと②を加えて炒め、肉の色が変わったらAを加え、味をからめる。
- ④器にゆでた小松菜を盛り、③をかける。にんじんを彩りよく飾る。

●材料 4人分

- 小松菜 300グラム
- にんじん 80グラム
- 豚もも薄切り肉 200グラム
- しょうゆ・酒・片栗粉 各小さじ2
- にんにく(みじん切り) 1かけ
- ねぎ(みじん切り) 40グラム
- ごま油 大さじ1
- オイスターソース 大さじ1
- 酒 大さじ1
- A しょうゆ 小さじ1
- さとう 小さじ1
- 水 大さじ4

やしお840メール配信中

登録はこちらから
※Facebook、Twitter
でも同時配信中



シティセールス PR動画配信中



急病の時はこちらへ

医療機関名・相談窓口	連絡先	日時・場所・内容など
救急電話相談 (24時間365日)	☎#7119 または ☎048-824-4199	内急な病気やけがについて、受診の必要性など看護師によるアドバイス 〈利用方法〉自動音声のガイダンスに従って、相談内容(番号)を選択 ①=「子どもの救急電話相談」(中学生まで) ※つながらないときは#8000もしくは☎048-833-7911②=「大人の救急電話相談」③=医療機関案内(子ども・大人に対応) ※歯科、口腔外科、精神科の案内はしていません。
埼玉県A I 救急相談	https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html	内利用者がスマートフォンやパソコンから入力した内容をもとにした、可能性のある症状や家庭での対処法についての案内
八潮市立休日診療所 (内科・小児科)	☎995-3383(要事前連絡)	日曜日・祝日・振替休日・年末年始(12月31日~1月3日) 午前10時~正午、午後2時~4時 場保健センター(公園側)
草加市子ども急病夜間 クリニック	☎954-6401	日~金曜日 午後7時30分~10時30分 土・日曜日、祝日 午後6時30分~10時30分 場草加市立病院内 対0~15歳の患者で内科系の症状(発熱、腹痛、おう吐など)
(公財)日本中毒情報センター 大阪中毒110番(24時間)	☎072-727-2499	内毒物(薬、化学薬品など)を誤って飲んだときの応急手当の仕方

〈 告 告 〉

土地有効活用 店舗・倉庫

(株)シバエ建設 不動産 ☎048-998-5678
埼玉県知事免許(7)第16039号 〒340-0822 八潮市大瀬3-1-1

モンテールは「おやつ時間の
ワクワク」をお届けします

モンテール

八潮直売店では豊富なラインナップのスイーツを取り揃えております
八潮市大瀬3-1-8/フリーダイヤル ☎0120-46-8823

働きたいシニアの方募集中!!

公益社団法人
八潮市シルバー人材センター

八潮市大字伊勢野257番地
☎048-995-5817
URL <https://webc.sjc.ne.jp/yashio-sc/>