



はらまる通信

HARA MARU TSUSHIN

VOL.97



はらまるオススメレシピ

鶏肉とほうれんそうのマヨネーズ炒めの作り方

旬のほうれんそうを鶏肉と合わせて炒めて味わいます。ブロッコリーなどの他の旬の野菜と一緒に炒めても美味しいです。子ども好むご飯がすすむ一品です。是非お試しください。



材料 2人分

ほうれんそう 2株、鶏もも肉 2枚、しめじ 1株、マヨネーズ お好み、鶏ガラスープの素 小さじ1、コショウ 少々

作り方

- ① ほうれんそうと鶏肉、しめじを一口大に切ります。
- ② フライパンに鶏肉を入れ炒めます。
- ③ 鶏肉に火が通った後、ほうれんそうとしめじを加えて炒めます。
- ④ ほうれんそうとしめじに火が通ったら、マヨネーズと鶏がらスープの素を入れてさらに炒めます。
- ⑤ 最後にコショウで味を調えれば完成です。

募集

正・准
看護師

- ★1日3時間しか働けないけど・・・
- ★来年の春からなら大丈夫だけど・・・

ご心配いりません、あなたに合った働き方一緒に考えましょう!!

看護師さんという資格を持ちながら、フルタイムでは働けない、夜勤はできないなどで、お休みの方! あなたの貴重な時間が地域社会のためにあります。これからの社会においても、貴重な経験となりますよ!!

TERESA 東京訪問看護リハビリステーション
お問い合せはいつでも ☎055-969-2008

ちよつとのんびり コーヒーブレイク

第2回桜草の育て方教室を開催されます。

はらまる通信で紹介させて頂きました「桜草の育て方教室」が開催されます。前回から引き続き「沼津さくらそう会」代表の真野契子さんから教えて頂きます。

前は栽培の仕方、特に開花を終えた桜草の維持の仕方を教わり、数多くの桜草の種類を写真で拝見しました。今回は芽分け植え付け、植え替えから教えて頂きます。本格的な桜草の植え替えは、11月からです。ぜひ受講いただき、春の桜草の開花を楽しんで頂ければと思います。よろしくお願いします。



第2回 桜草の育て方教室

日時 平成26年11月29日(土)
午後2時から3時半頃まで

会場 原地区センター2階第1会議室

参加費 500円

持ち物 ご用意する持ち物は特にありません。

問い合わせ先 帯笑園保存会事務局担当副会長
〒410-0304 東原123 大澤敏夫
携帯電話 090-6761-3267

11月15(土)、16日(日)、帯笑園にて松葉蘭などの伝統園芸植物の展示会が開催されました。松葉蘭をご存知ですか?江戸時代に観賞植物として流行し、特に熱狂的な愛好家の中で投機的な取引が行われ、禁止令が発令するほどの人気でした。その松葉蘭は現代でも密かに受け継がれています。次号にて、展示会の様子を含め、報告させて頂きます。



LIXIL
リフォーム
チェーン

住まいプロ ホームウェル
トップ・ワークス



株式会社 トップ・ワークス
〒410-0311 静岡県沼津市原町中2-7-2
TEL(055)967-6166 FAX(055)967-7933

0120-54-6166

http://www.topworks.org

器・雑貨・文具の店
AMAYADORI
open 10:30~17:00
close 木・金・土
www.amayadori.jp

ギャラリーカフェ
ちよつ蔵

沼津市原 239-2 ☎090-1981-3994
11:00~18:00 お休み 日・月

HONEY SUCKLE

tel.fax.055-966-0152
菓子工房
ハニーサックル
198 HARA, NUMAZU-SHI

第11回 カルチャーセンター創 バレエ科発表会

Musical Ballet
バレエコンサート
コッペリア

2014年11月30日(日) 開場 15:00
沼津市民文化センター・小ホール 開演 15:30
お問い合わせ カルチャーセンター創 TEL:055-968-8055

地域で生産されたものを、地域で消費。

JA なんすん 原産直市

原地域の25人の生産者が、季節に応じた「旬」の野菜を、毎週土曜日の朝8:00より、なんすん原支所北側にて販売しています。

鍋に入れる野菜、大根・白菜・ねぶか・春菊が出はじめました。

ぜひ、原の旬を味わってください。

原産直市生産者一同



ほうれんそうを研究する

ほうれんそうを漢字で書くと、「菠薐草」となります。菠薐とは中国語でベルシャ（現、イラン）を指し、ベルシャからシルクロードを経て中国に伝えられた葉菜のことをベルシャの草、すなわち菠薐草と呼び、その名が日本にも伝わったと言われています。

ほうれんそうといえば、すぐに思い浮かぶのはポパイ。主人公のポパイが絶体絶命になった時、ほうれんそうの缶詰をバクッと食べてアツという間にパワーアップし、悪役のブルートを倒してしまうというアメリカの人気マンガです。このポパイは1929年にほうれんそうの缶詰の宣伝用にテレビ放送されたもので、当初は子供たちに大人気でした。でも、缶詰の人気はいまひとつで、売上増にはならなかったそうです。その原因は、同じ時期に登場したブロッコリーの人気に押されてしまったからだそうです。

◎当日出品する野菜が、お天気によっては多少変わることがありますが、ご了承下さい。

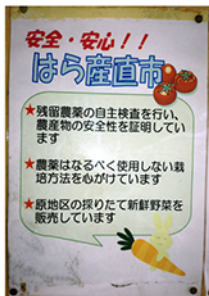
11/22・29 12/6・13

大根・柿・みかん・ほうれんそう・白菜・ねぶか

さつまいも・春菊・さといも・こかぶ・ブロッコリー

葉ネギ・たくわん・菊・にんじん・キャベツ

新米・漬物・味噌・お茶・干物（最終土曜日）



※原産直市は、エコロジータ環境を応援します。買い物袋は持参してください。

hinataboogo

〒410-0311
静岡県沼津市原町中3-10-9
☎055-966-3117

営業時間 9:00~20:00
定休日 不定休

自家製ソースの洋食店

グリルわかば

ご来店お待ちしております。

ミニパーティーも
出来ます!

沼津市原1721-4 (P有)
☎055-966-0208

今年も感謝祭を無事に終えることが出来ました！ ありがとうございました。

今年もトップ・ワークス感謝祭、ものづくり職人体験ひろばを無事に終えることが出来ました。今年と同じ原地域の店舗、企業、農家さんにご参加いただいたこともあり、昨年を上回る多くの方々にご来場頂けました。誠にありがとうございました。ものづくり体験のワークショップもそれぞれ予定人数を上回り、終了時間を待たずして、ワークショップが終了してしまい、ものづくりの関心の高さに驚きでした。来年も11月3日(祝)に開催予定です。トップ・ワークス社員・パートナー職人一同、ご来場頂けることを心よりお待ちしております。



「フランドルのチップス」

この度沼津ブランドに認定されました。
お土産に、お贈答に是非お使い下さい。

沼津市原346
柳「フランドル」松屋
055-966-0206

OneDay Café

駿河湾沼津SA上り線内にある
ワンちゃんとおいさんのための憩いのカフェです！
住所：沼津市根古屋998-27
TEL：055-946-5112