

## かぼちゃと枝豆の レアチーズケーキ



### 材料・作りやすい量

カボチャ	40g	砂糖	100g
枝豆	40g	レモン汁	大さじ2
牛乳	大さじ2	粉ゼラチン	大さじ1
クリームチーズ	200g	水	50ml
豆乳	100ml	バタークッキー	8枚
生クリーム	大さじ2	バター	20g

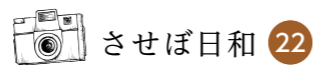
### 作り方

- ①バタークッキーを砕き、バターを20秒レンジにかけて溶かし、混ぜる。これを容器に敷いておく
- ②カボチャと枝豆をそれぞれゆで、冷ます
- ③②を別々の容器に入れ、牛乳を加え、裏ごしするかフードプロセッサーにかける
- ④クリームチーズを30秒ほどレンジにかけ、生クリーム、砂糖、豆乳、レモン汁を加え混ぜる
- ⑤粉ゼラチンを水に溶かし、レンジに50秒かけて④に混ぜる
- ⑥⑤を2等分して③の野菜を入れ混ぜる
- ⑦クッキー生地を敷いた容器に流し、空気を抜いて冷蔵庫で冷やして固める



考えていただいた人  
立石奈帆さん  
(佐世保北高1年・当時)  
栄養がある材料で色どりが  
よくなるように考えました。

- 1人分の栄養価 熱量503kcal、タンパク質11.1g  
脂質29.5g、カルシウム76mg、塩分0.4g
- 平成25年度ヘルシークッキングコンテスト  
「野菜のおやつ部門」最優秀賞



## ふるさとの味を小さな手に

平成25年12月 市立早岐保育所

12月中旬、早岐保育所を、かごいっぱいのみかんを抱えた男性が数名訪れました。彼らは「味っ子研究会」のメンバー。ふるさと佐世保の自慢の味「西海みかん」のPRを行っているみかん農家の皆さんです。

みんなで元気いっぱいに体操やあいさつをした後、甘くておいしい西海みかんができるまでのお話が始められました。メンバーの一人が畑の写真を手に、クイズを交えながら小さな子どもたちに語りかけています。子どもたちは、まだ見たことがない白く可憐なみかんの花の写真や、色付く前の青いみかんの写真に釘付けです。たくさんの質問も飛び交いました。

最後に、子どもたち一人一人にみかんが手渡されました。小さなかわいい手に大切に抱えられたみかんは、きっとその日、いろいろなことを教えてくれたお兄さんたちの話と一緒に、それぞれの家族に地元自慢のふるさとの味として届けられたことでしょう。



JAながさき西海(味っ子研究会)  
☎27-1230

## お便り

市民の方から寄せられた市政への質問などに回答します。

**質問** 街路樹の枝が伸びてきたり、道路上に樹木がはみ出したりして、歩行者や車に当たりそうになり、危険を感じるときがあります。木をせん定してほしいときは誰に言えばよいのでしょうか。

**回答** 皆さんが使用している国道や県道、市道はそれぞれ国、県、市が管理しています。なお、道路には個人が管理しているもの(私道)もありますので、道路区分を確認したい場合は土木政策・管理課にご確認ください。

- 街路樹  
それぞれの管理者がせん定を行っています。
- 道路にはみ出した樹木  
その樹木が生えている土地の所有者がせん定

を行うのが原則ですが、土地所有者がどうしても対応できないと判断される場合で、はみ出した樹木が歩行者や車の通行に著しく支障を来しているときは、道路管理者でせん定などの対応を行うこととしています。樹木が生えた土地の所有者が分からない場合は、まずは道路管理者へご相談ください。

☎土木政策・管理課 ☎24-1111

## 広報クイズ

問題の○に当てはまる文字等をお答えください。ヒントは紙面の中にあります。

### 問題1

○○を飼うということは、その一生について責任を持つということです。

### 問題2

鹿町町土肥ノ浦の温泉「やすらぎ館」。ぬるぬるとした手触りで、肌の脂肪分や分泌物をよく落とすことから「○○の湯」とも呼ばれます。

### 問題3

吉井・世知原地域には明治から大正時代のものを中心とする25基の○○が点在しており、県の景観資産に登録されています。

### 「広報させば」満足度アンケート

次の①～④のうち、当てはまる番号をお答えください。

- ①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満

**応募方法** 「はがき」または「Eメール」に、①クイズの答え②「広報させば」満足度アンケートの該当番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦広報紙へのご意見を書いて、2月21日(金)までに(消印有効)広報係へお送りください。

※応募は1人1通。発表は発送(3月中旬)をもって代えさせていただきます。

### 2月号プレゼント

長崎豊味館 牛テールカレーを3人に



※写真は調理例です。

こぶし大の牛テール肉が骨付きで丸ごと入った、豪華なレトルトカレー2箱をセットでプレゼントします。簡単にほぐれる柔らかでジューシーな肉と、濃厚なルーのおいしさをご賞味ください。(1箱1袋入り、税込み1,260円) 問い合わせ 豊味館 ☎27-8009



1月号の答え ①小値賀 ②自動交付機 ③サービス  
12月号の応募状況  
268通(正解250通・不正解14通・無効4通)

## あて先

●はがき 〒857-8585(住所不要)  
佐世保市役所秘書課広報係宛

●Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp  
(携帯電話からも可)