

アロマな一日 室内でアロマセラピー

美杉総合支所地域振興課
☎272-8082 ☎272-1119

オリジナルアロマ作りに挑戦して、香りで森林セラピー体験しませんか。

とき 2月12日(日)10時～15時

ところ 美杉総合文化センター

定員 30人

費用 2,000円

申し込み 電話で美杉総合支所地域振興課へ

申込期間 1月16日(月)～2月3日(金)



第5回ノルディックウォーキング競技会

美杉総合支所地域振興課
☎272-8082 ☎272-1119

恒例のノルディックウォーキング競技会を今年も開催します。今回は5回目の記念大会です。

とき 3月12日(日)9時～

ところ 君ヶ野ダム湖畔コース

定員 100人

費用 1,500円

申し込み 電話で美杉総合支所

地域振興課へ

申込期間 1月30日(月)～2月24日(金)

公民館地域力創造セミナー 久居公民館おもてなし講座 木目込み人形を作ってみよう!

久居公民館
☎・☎256-3931

公民館自主講座の講座生が指導します。



作品の例

とき

2月8日・15日・22日いずれも水曜日13時30分～16時(全3回)

ところ 久居公民館2階大会議室

対象 市内に在住・在勤・在学の人

定員 抽選15人

費用 2,500円(材料費)

申し込み 返信用はがきを持参し直接窓口または往復はがきで、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を久居公民館(〒514-1125 久居元町2354)へ

締め切り 1月26日(木)必着

ポルタひさいふれあいセンター 交流活動室使用団体

ポルタひさいふれあいセンター
☎259-0377 ☎259-0388

平成29年度に交流活動室を会議などで使用する団体を募集します。

対象 市内に在住の人で構成し、非営利目的で市内を拠点として継続的に活動している団体

使用料 無料

申し込み 所定の申請書に必要事項を記入し、直接ポルタひさいふれあいセンター窓口へ

申込期間 2月1日(水)～28日(火)8時30分～21時(土・日曜日、祝・休日は18時まで)

平成29年4月1日採用予定 三重短期大学専任教員

三重短期大学大学総務課
☎232-2341 ☎232-9647

専門分野 食物栄養学

採用職 助教

応募資格 管理栄養士の資格および修士以上の学位を有する人

定員 1人

申込期限 1月30日(月)17時

Tsu city RESTAURANT 津ぶっこでおいしいレシピ

グリーンシチュー



久居農林高校
生活デザイン科の生徒が考案

材料(1人分 397kcal)

- 鶏モモ肉…45g
- キャベツ…20g
- ニンジン…15g
- ジャガイモ…30g
- タマネギ…25g
- シイタケ…2g
- バター…小さじ1
- チーズ…5g
- サラダ油…小さじ2
- 伊勢茶粉末…小さじ1.5
- 牛乳…100cc
- だし汁…120cc
- 薄力粉…大さじ1
- 塩、こしょう…適宜

作り方

- ①鶏肉、キャベツ、ニンジン、ジャガイモ、タマネギ、シイタケを1口大に切る。
- ②油をひいた鍋に①を入れ、炒めて塩、こしょうをする。
- ③火を止めた鍋に溶かしたバターと薄力粉を振り入れて②と混ぜる。
- ④全体に薄力粉がなじんだら牛乳とだし汁を加え、軽くかき混ぜる。
- ⑤火を再びつけ、とろみがつくまで混ぜる。煮立ってきとろみがついたら伊勢茶粉末を入れ、弱火にして煮込む。
- ⑥しばらく煮込んだら、塩こしょうで味を調える。
- ⑦器に入れ、真ん中にチーズを添える。



津ぶっこ13品目をはじめ、津市産品の魅力を
紹介するホームページを公開中！

check!

