



新型コロナウイルス感染対策のため、マスクの着用、入口での手指消毒をお願いします。

(持) 持ってくる物

2月の体験教室

6日(土)	紙すき	13:00～14:30
7日(日)	無添加石けん作り	10:00～11:30
10日(水)	廃食用油石けん作り	13:00～14:30
13日(土)	ペットボトルホルダー作り	13:00～16:00
14日(日)	衣類のリフォーム相談	13:00～16:00
15日(月)	パッチワーク	13:00～16:00
20日(土)	パッチワーク	13:00～16:00
21日(日)	傘布マイバッグ作り	13:00～16:00
24日(水)	咲き織り	13:00～15:00
27日(土)	衣類のリフォーム相談	13:00～16:00
28日(日)	ガラスでアクセサリ作り サンドブラスト	10:00～11:00 13:00～15:00

♪ペットボトルホルダー作り
余り毛糸で編み物をします
(持) かぎ針 (3～5号)、
中細毛糸、とじ針



※教室への申込みは事前に電話またはFAXをお願いします。
(天候や新型コロナウイルスの感染状況によっては中止になる場合があります)
※平日に対応できる教室もありますのでお気軽に問い合わせください。
※リサイクルプラザでは、施設見学者を募集しています。自治会、サークル等の団体や個人でも受付可能です。1時間程度で、ごみの分別作業や埋立処理場を見学できます。各地域や家庭でのごみの分別推進に役立ちますので、電話またはFAXで申込みください。

市リサイクルプラザ啓発棟 (休館日：火曜日) 下波田町 490 番地 ☎ 26-7474 FAX 26-7475
✉ plaza-kei@maro-v.jp ホームページ <http://www.m-sougou.net/plaz-kei/index.htm>

食育コーナー

クックパッドの「益田市」公式キッチン



日本最大のレシピ投稿・検索サイト「cookpad (クックパッド)」に益田市の公式キッチンを開設しています。地産地消レシピや益田市の学校給食・保育所給食の人気レシピ、市内で食育活動を行なっている個人や団体のレシピなどを随時更新しています。

人気レシピを紹介します！

★旬の白菜を使った“中華風白菜丼”

市内で食育活動をされている「りずむねっと」さんから提供していただいたレシピです。

【材料 (2人分)】

- ・白菜 ……適量
- ・豚こま切れ …… 200g
- ・しめじ …… 100g
- ・紹興酒 (日本酒でも可) 小さじ 2
- ・しょうゆ …… 小さじ 2
- ・こしょう …少々 ・砂糖 …適量
- ・オイスターソース…大さじ 2・1/2
- ・トマトケチャップ…大さじ 1
- ・酢…大さじ 1/2 ・水…1/4カップ
- ・豆板醬 ……小さじ 1/2
- ・片栗粉 …… 適量

【作り方】

1. 白菜は食べやすい大きさに切る。しめじは分ける。豚肉を切りAをもみこみ、片栗粉をまぶす。
 2. フライパンにごま油を熱し、豚肉を入れ強火で焼く。焼き色がついたら取り出す。
 3. 白菜の芯の部分としめじを炒め、Bを加えて混ぜ、ふたをして中火で6分間煮る。
 4. 豚肉をもどし、白菜の葉の部分、豆板醬を入れて炒める。
- ☆パプリカ、ピーマン、しいたけなどもあれば入れる。



★クックパッド 益田市公式キッチン
<https://cookpad.com/kitchen/33790608>

