



「11お魚料理
コンクールレシピ集」

「11お魚料理コンクールレシピ集」から、
甕島漁業協同組合長賞を受賞した「カン
パチのカラフルフライ」ところてんのごまみそソ
ース」を紹介いたします。

こしきの恵



甕島漁業
協同組合長賞

カンパチのカラフルフライ ところてんのごまみそソース

作り方

- ① カンパチは薄くそぎ切りにし、塩をふる。
- ② パプリカを千切りにし、アスパラガスは塩ゆでし切り身の長さに合わせ、切る。
- ③ カンパチの切り身でアスパラ・大葉・パプリカを巻き、つまようじで止める。別に、パプリカ・大葉だけのものも作っておく。
- ④ 小麦粉、とき卵、パン粉の順につけて、油で揚げる。
- ⑤ すり鉢でゴマをすり、次にみそを入れてすり、そして、酒・ゴマ油・水・砂糖を入れてすり、容器に移す。
- ⑥ ところてんを粗くつぶし、⑤を混ぜる。
- ⑦ ④を食べやすい大きさに切り、皿に盛り付け、ソースを添える。
*お好みでレタスなどを添えてください。

材料(4人分)

カンパチ	400g
塩	少々
パプリカ(赤・黄)	各10g
大葉	4枚
アスパラガス	4本
小麦粉	適量
卵	適量
パン粉	適量
揚げ油	適量
みそ	48g
酒	20cc
ゴマ	大さじ1
ゴマ油	大さじ1と1/2
砂糖	12g
水	60cc
ところてん	16g

審査員
から一言

ソースにところてんを使うという発想が素晴らしいです。彩りもきちんと考えられており、とてもカラフルに仕上げられた作品です。カンパチを薄く、幅広く切るのが少し大変かなと思います。

催し

てらやまランチ無料開放

少年自然の家の
いろいろな施設や
寺山の自然に親し
みながら家族や友
達との触れ合いを
楽しみませんか。
【時】9月2日(日)10時～12時
13時～15時
【所】少年自然の家



【内容】冒険の森(アスレチック4施設、自転車モトクロス、パークゴルフ、スライム作り、プラネタリウム
*雨天時紙飛行機・かさ袋口ケットの工作、紙飛行機・かさ袋口ケット飛ばし競争、スライム・どんぐりトトロ、プラネタリウム
*綿あめをプレゼントします。
【対象】どなたでも参加できます。
*冒険の森と「自転車モトクロス」は小学4年生以上
*「自転車モトクロス」は3年生以下も平坦な地に限り試乗可
【参加料】無料
【準備するもの】活動しやすい服装、飲み物
*必要な場合は昼食、虫よけスプレーなど

ピン写真連写真展

【時】9月4日(火)～9日(日)9時～17時
*9日は16時まで
【所】川内まごころ文学館 企画展示室
【入場料】無料
【問合せ】ピン写真 貴島
☎(23)3090

薩摩川内子供大綱引

川内大綱引の文化を子どもたちに継承していくことを目的として開催します。
市内の小学生が参加します。
【時】9月8日(土)
▼日程
・綱練り開始12時
・太鼓隊集合13時30分
・記念写真14時
・開会式ダンギ祭15時
・綱引15時20分
【所】向田本通り 光永寺前
*応援旗デザインコンテストを9月7日(金)まで川内駅東西自由通路で開催しています。



川内駐屯地創設記念行事

自衛隊車両市中行進
【時】9月8日(土)13時30分～14時
【所】国道3号 中央公民館入口、川内駅入口交差点
市民と自衛隊員のごとこ
【時】9月8日(土)18時～21時
【所】国際交流センター
【内容】音楽演奏・隊員による寸劇・太鼓演奏・お楽しみ抽選会など
【入場料】無料
*駐車場は国際交流センターおよび鹿児島純心女子大学の駐車場となります。
*入場制限をさせていただく場合があります。



川内駐屯地創立27周年記念式典
(川内駐屯地一般開放)
【時】9月9日(日)9時30分～15時
【所】川内駐屯地
【内容】戦車試乗・大綱物産フェア・装備品展示・薩摩剣士「隼人」の握手会など
*川内駅～川内駐屯地間をシャトルバスで送迎します。

募集

【問合せ】陸上自衛隊川内駐屯地広報班
☎(20)3900(内線205・206)
横馬場市営住宅(新築)入居者募集



募集戸数	全38戸	
間取り	2DK	2LDK
家賃	22,400円	24,900円
	44,100円	49,000円
*家賃は収入額によって変動します。		
応募締切	9月7日(金)必着	
抽選日	9月11日(火) 10:00から	
入居予定日	10月1日(月)	

【応募方法】本庁建築住宅課および平野商事(株)市営住宅管理事務所(鹿児島相互信用金庫川内中央支店前)に備え付けまたは、市ホームページにある申込書に必要事項を記入の上、直接また



は送付で応募
【抽選場所】国際交流センター
■市営住宅の見学会
今回の横馬場市営住宅の室内を公開します。
【時】9月1日(土)・2日(日)10時～16時
【所】横馬場市営住宅(高江病院跡地)

*駐車場に限りがありますので市営横馬場駐車場をご利用ください。
【応募・問合せ】
▼本庁建築住宅課住宅管理G(内線3613)
▼平野商事(株)市営住宅管理事務所
☎(25)1900