

夏休みに親子で体験&学ぶ「岩倉市で活躍する企業見学ツアー」

問合せ先 商工農政課商工観光グループ (☎ 38-5812, メール :shokono@city.iwakura.lg.jp)

市内の企業を親子で巡り、体験し学んでみませんか。

●とき 8月9日(火)午前10時～午後5時(予定)

●集合場所 総合体育文化センター駐車場

●当日スケジュール

①オリエンテーション→②グリーンアカデミー岩倉→③昼食→④スターテクノ株式会社→⑤株式会社クリモト

●訪問先

①グリーンアカデミー岩倉(鈴井町)…農業体験をしながら、地元野菜を知り、その生産過程や販売について学びます。

②スターテクノ株式会社(西市町)…自動車部品製造用のロボットや愛知の産業技術を学びます。

③株式会社クリモト(北島町)…自動車の部品の試作品等を作る3Dプリンターなど最新のものづくりに触れることができます。

●対象者 市内の小学生(推奨:4～6年生)とその保護者。親子1組としてご参加ください。

●参加費 無料

●定員 10組20人程度(先着順)

●その他 市のバスで移動します。昼食・飲み物等は各自でご用意ください。

※行程、注意事項等詳細は参加者決定後にご連絡します。

●申し込み 7月29日(金)までに市ホームページの申込フォームまたはメールで、参加する親子の【①氏名②年齢③住所④電話番号】をご記入のうえ、お申し込みください。

※申し込みが確認できましたら受付完了メールをお送りします。

受付完了メールが届かない場合は、商工農政課までご連絡ください。



健康いわくら21～プラス1品、野菜料理の提案～

★岩倉市食の健康づくり推進員が作成した「野菜別!おいしい料理レシピ集」を保健センターで配布しています。



簡単!!美味しい野菜レシピ



簡単トマトソース

健康課健康支援グループ(保健センター内 ☎ 37-3511)



作り方

- ① たまねぎ・にんにくはみじん切りにします。
- ② フライパンにオリーブ油を入れ、にんにくの香りが出るまで弱火で炒めます。次にたまねぎを加えさらに炒め15分程ゆっくり加熱します。
- ③ ②の中に、ホールトマト缶と粉チーズの半量を入れ一煮立ちしたら火を止め20分程置きます。
- ④ 20分程度経ったら③に残りの粉チーズを加え、塩、こしょうで味を整えます。
- ④の粗熱がとれたら冷蔵庫で保管します。トーストやパスタ、肉や魚料理のソースとして使えます。

材料 作りやすい分量

たまねぎ(1/4玉)	50g
にんにく	1片
オリーブ油	大さじ3
ホールトマト缶	1缶
粉チーズ	大さじ2
塩	小さじ2
こしょう	少々

…メモ…

ホールトマト缶はトマトのヘタを取り除いて果実の形のまま缶詰にしたものです。甘味と酸味のバランスがよく、煮込み料理にむきます。小さくカットしたカットトマト缶は果肉感とさっぱりとした食感を楽しみたい場合におすすめです。