

レンジで簡単！ 管理栄養士の おすすめレシピ 旬のかぼちゃの茶巾しぼり



チーズと
甘納豆入り♪

【材料】（5個分）

- ・かぼちゃ…150g（種とわたを取ったもの）
- ・プロセスチーズ…20g（5mm角に切る）
- ・小豆甘納豆…20g

【作り方】

- ① かぼちゃはよく洗い、1口大に切る。
- ② 耐熱容器に入れて、ふんわりとラップをし600Wのレンジで2～3分間加熱する。
- ③ 熱いうちに皮ごとつぶし、粗熱が取れたら、角切りしたチーズと小豆甘納豆を加え混ぜ合わせる。
- ④ ラップに③を包んで、端をねじって形を整える。
- ⑤ 三角に切った皮をトッピングして出来上がり。

市民の声



が
街路灯に蛾が集まり、通勤に困っています。

< 提言 >

滝川駅付近に職場があり、夜間勤務をしているのですが、通勤路や職場の入り口付近に蛾が集まり大変困っています。街路灯が原因だと思うのですが、点灯時間の変更や、街路灯をLEDにするなど、なんとか対処していただけないでしょうか。

< 回答 >

市内の街路灯については、各町内会などが地域の総意に基づいて設置・管理をし、市では各町内会の街路灯の工事や電気料に対して補助を行っています。今回のお声を受け、該当箇所の街路灯を管理する町内会に、事情を説明させていただいたところ、付近の街路灯の電源を一時的に切っていただけることとなりました。

また、同所の街路灯については今年度中にLED化工事を予定しておりますので、来年度はこれまでに比べ、虫が集まることは少なくなると思われます。工事によって街路灯がLEDに切り替わるまでは、夜道にお気を付けて、出勤くださいますようお願いいたします。

【くらし支援課 Tel 28-8012】

皆さんの声をお寄せください。

企画課広報広聴係 TEL28-8005 FAX22-7008

eメール：teigen@city.takikawa.hokkaido.jp

※市民の皆さんから寄せられたご意見・ご要望を公表しています。市公式ホームページの「ご意見・ご要望」か、市立図書館（市役所2階）でご覧ください。

たきかわら版

11月の無料相談日

▼行政相談

21日（月）（電話での予約が必要です）

くらし支援課 Tel 28-8012

11月の「みんなのタキカワ」



FMG'Sky (77.9MHz)
毎週金曜日 12時15分～12時30分
（再放送 同日18時～18時15分）

- 4日 広報ひろい読み
- 11日 税を考える週間
- 18日 はじめまして！滝川市役所1年生
- 25日 アクティブシニアの時代
～滝川市老人クラブ連合会～

間 観光国際課 Tel 28-8031



モンゴル出身国際交流員

こんにちは！モンゴル出身のノミンです。今回、初めてCIRのつぶやきを担当し、モンゴル最大の祭典であるナードムを紹介しました。昔から行われている伝統的な祭りです。ナードムではモンゴル相撲、弓技、競馬の三大伝統競技が行われます。モンゴル文化において欠かせない行事の一つですので、皆さんぜひご覧ください。

今後もモンゴルの文化などを紹介していきたいと思います。



最新情報はFBで



第28号はこちら

CIRのつぶやき

編集後記

◆母校の特集。当時より太った僕に対して「太った？」とは聞かず「がたいがよくなって男らしくなったね！」と言葉を選んでくれる、そんな優しい先生が集まる素晴らしい高校です。（痩せます）
◆先月の編集後記で10月号完成後に道内旅行…ということので、夏休みを利用しニセコと函館へ。一見アクティブですが、いずれも温泉宿と食事がメインなので、実は観光名所に行つてません。
◆半年の期間を経て、正式採用となりました。周りの方々からお祝いと励ましの言葉を頂いて、胸が熱くなる思いです。広報マンとして一歩一歩成長できるように、これからも頑張っていきます。や

北海道周遊列車「HOKKAIDO LOVE! ひとめぐり号」が滝川駅に停車しました。歓迎の意味を込めて、乗客の皆さんへ笑顔で手を振りました。



『「HOKKAIDO LOVE! ひとめぐり号」お手振り』（10月9日／JR滝川駅）

今月の表紙

