

よかところ！よかもん！特産品！

南九州市特産品協会から、いろいろある市内の特産品を紹介します。

甘酢 豚足 艶姫



鹿児島県産の豚足を地元川辺のしょう油に丸一日つけ込み、じっくり焼いていきます。甘酢を使うことで臭みが消えやわらかく仕上がるので、初めて食べる方や苦手な方にもおすすめです。手間暇かけて作ったやわらかくてもちもちした食感は、女性にも大人気。市外から求めて来る方も後を絶ちません。カラーゲンたっぷりの豚足を食べてお肌つやつやになりませんか。

串源 南九州市川辺町今田 191
☎ 0993-56-1964

休 不定 HP 有

かごしま知覧茶 後岳&特香



“後岳”は、一番茶のみを使用し、味、香り、水色をバランスよくブレンドした、人気の高いお茶です。



“特香”は、新茶の清々しい香りを生かしながら家族で気軽に楽しんでいただけるお茶です。

新茶の出荷時期は後岳が4月下旬、特香が5月初旬です。この時期にしか味わえない新茶を、ぜひご賞味ください。

■保存方法：常温

■消味期限：半年

知覧茶業センター

(南さつま農業協同組合)

南九州市知覧町郡 17285

☎ 0120-38-2422

休 土・日・祝日 HP 有

【お問い合わせ】南九州市特産品協会（知商工観光課内）☎0993-83-2511

食改さんの すこやかお薦めレシピ

こんにちは。“食改”です！！

知覧地区の食生活改善推進員より、ヘルシーレシピをご紹介します。切干大根、玉ネギの甘味がおいしく、ご家庭によくある食材で手軽に作れます。お酒のおつまみにもどうぞ♪

材料 4人分

- 切干大根 30g
- ちくわ 2本
- 玉ネギ 100g
- 人参 60g
- 小麦粉 大さじ5
- 片栗粉 大さじ2
- 冷水 大さじ4
- 黒ゴマ 小さじ2
- 油 小さじ3
- 油 適量
- 大根おろし 適量
- 塩 少々

作り方

- ① 切干大根はさっと水洗いし、水気を切り、食べやすい長さに切る。ちくわは斜め薄切り、玉ネギは5mm位の薄切り、人参は千切りにする。
- ② Aをボウルに入れ、衣を作る。
- ③ ②に①の材料を入れ、ざっくりと混ぜ合わせ、170℃の油で揚げる。
- ④ 皿に盛り付け、塩、大根おろしを添える。



切干大根かき揚げ

栄養価 1人分

- エネルギー 155kcal
- タンパク質 3.4g
- 脂 質 7.2g
- 食塩相当量 0.7g

☆私たち食生活改善推進員は、地域で食生活改善の活動をしています。地域の公民館などで栄養教室をしたい！旬の食材を使った料理法を知りたい！等々、ご要望がありましたら、お知り合いの食改さんまたは保健センターへご連絡ください。

栄養士
から♪

切干大根が入り、良くかんで食べるメニューです。塩をつけなくても、おいしいですよ。

お手数ですが
52円切手
をお貼りください

897-0392

フリガナ
◎ご氏名

年齢／ 歳 性別／ 男・女

広報紙掲載の場合のお名前の表記

本名・匿名・イニシャル

ペンネーム ()

※記入がない場合、実名で記載させていただきます。

◎ご住所 〒 -

電話 () -

おたより
まっています

広報紙を読んだ感想、取り上げてほしい記事、最近笑ったこと、身近な話題などなど、何でもけっこうです。おたよりお寄せください。
52円切手を貼ってポストから郵送するか、市役所の各庁舎に設置してある『ご意見箱』へご投函ください。



←点線に沿って切り取ってください。
(官製はがきでも可)

南九州市役所 企画課 行

File 49 街探偵



郡地区

颯娃地域

地区・校区巡り⑫

852世帯、1903人(平成28年3月末)

(自治会)

長崎、鬼口、前原、浜村、下大久保、上大久保、
平丹花、浦芝原、志戸、山下、瀬谷、梶山、麓

郡地区は南九州市の東の玄関口として位置し、歌人の与謝野鉄幹・晶子夫妻が景色の素晴らしさを歌に詠んだ“瀬平海岸”があり、颯娃から指宿までを治めていた伴姓颯娃氏の居城跡“颯娃城跡”など歴史ある文化財も数多く存在しています。新茶祭や大野嶽神社例大祭などが開催される“大野岳”は、地域とのつながりが深いだけでなく観光スポットとしても注目され、観光で訪れる方にお茶の魅力を伝えている“茶寿会”の活動の拠点にもなっています。

瀬平海岸



郡区夏祭り

毎年8月下旬に開催される夏祭り。颯娃小学校で開催され、楽しいステージイベントや色鮮やかな花火で、過ぎゆく夏の夜を楽しめます。写真は毎年恒例の颯娃小6年生と地元青年団によるソーラン節です。



大野岳公園

「大野嶽神社」や108歳を祝う茶寿にちなんだ108段の「茶寿階段」が人気の観光スポット。「しろろ山頂展望台」から望める360度の景色も最高です。



大野嶽神社初詣

茶寿階段



しろろ山頂展望台



集川河川清掃

毎年9月初旬に河川愛護の一環として行われている清掃作業。郡地区の自治会より集まった約50人の有志の方々が、地区民になじみの深い集川を清掃します。



ふれあい学級

毎年11月初旬に開催される颯娃小学校児童と高齢者の皆さんとのふれあい学級。将来ある子どもたちの育成のため、昔から伝わる遊びや郡地区の歴史、繰り返してはいけない戦争の体験談を伝えています。



※皆さんが知りたいこと、疑問に思うことがありましたら、市役所企画課 広報統計係までお知らせください。

南九州市の情報は、ホームページからでもご覧になれます。
ホームページ
<http://www.city.minamikyushu.lg.jp/>
または携帯サイト



携帯電話からも、南九州市の情報をご覧いただけます。インターネット接続可能な携帯電話を利用して、南九州市ホームページの情報の一部を検索できます。

点線に沿って切り取ってください。→
(官製はがきでも可)

◆広報紙を読んだ感想、取り上げてほしい記事、最近笑ったこと、身近な話題など、何でもお書きください。

◆読者アンケート

今月号の広報紙の中で、気に入ったものの番号3つに○印をつけてください。

- | | | |
|----------|-------------|-----------|
| 1 施政方針 | 2 まちの話題 | 3 行政情報 |
| 4 レシピ | 5 街かど探偵 | 6 おたより |
| 7 図書館だより | 8 ケンゾウレンジャー | 9 誕生・おくやみ |

PRESENT

おたよりをくださった方の中から

『川浩農園』より

『川浩農園®の
かわなベメロン2個入り』

を3人の方にプレゼント!

当選は発送をもって
(5月20日消印有効)

プレゼント品を提供いただける方を募集します。
企画課広報統計係 ☎ 0993-83-2511
知覧庁舎内線 2050 まで。

川浩農園®のかわなベメロン

旬! 甘い!
おいしい!
地元のメロン



川浩農園の川崎浩一さんは、地元川辺の自然を生かしメロンなどを栽培しています。

農業を始めた頃は戸惑うこともあったそうですが、現在は食の安心・安全推進パートナーの登録やエコファーマーの認定を取得し、農薬散布を減らす工夫や肥料設計など、農家の皆さんがより安心・安全な農作物を栽培できるよう活動していきたい、とがんばっています。

自家栽培

川浩農園

道の駅「川辺やすらぎの郷」、
A-Zかわなべなどで販売中!

南九州市ホームページからも 『おたより』受け付けます

広報紙を読んだ感想、身近な話題など『おたより』をお寄せいただきありがとうございます。

南九州市ホームページ
(<http://www.city.minamikyushu.lg.jp/>) の広報紙
ページを選んで入力してください。

塗木農村公園の桜がきれいです。ぜひ、皆さんに紹介してください。もう少ししたらホテルも出てきます。
(南九州市 知覧町 匿名)

広報紙3月号に市内の桜の名所を紹介するコーナーがありましたが、川辺町の塘之池公園の桜もきれいですので、ぜひ紹介してください。
(南九州市 川辺町 匿名)

おたより



おたよりありがとうございます。
2カ所ともきれいに咲いています。
した。



塗木農村公園



塘之池公園

読者の皆さんからお寄せいただいたおたよりや情報を掲載しています。
※文章は添削させていただく場合があります。
ご了承ください。