



いずみちゃんと学ぶ 泉崎のこト

～知っていますか？巡回バス「ふれあい号」のこと～

総務課
☎53・2409

Q

巡回バス「ふれあい号」ってなに？

A

「ふれあい号」は、月曜日から金曜日までの平日に村内各所を巡回する巡回バスです。どなたでも利用することができ、事前の予約も必要ないため、気軽に利用することができます。

午前の運行は、西地区（高根・太田川・踏瀬）コース、中地区（原・天王台・峠）コース、東地区（関和久・北平山）コースの3路線があります。それぞれの路線で、泉崎駅や泉崎村役場、泉崎カントリーヴィレッジなどの施設も巡回します。乗車する時には、経路沿線上で手を挙げてください。

午後の運行は、泉崎駅を出発し、泉崎村役場、泉崎カントリーヴィレッジを経由して、利用する方の自宅付近まで送ります。利用する時は、各施設の前でお待ちください。



過去の記事は「こ」から！

今日の朝御飯 <夏野菜の麻婆丼>

令和6年度わが家のアイディア料理コンクール入賞作品

★★★ 今月おすすめレシピ アイディア賞 中野目 紗英さん ★★★

材料（4人分）：ナス…2本、トマト…1個、ピーマン…4個、ご飯…4人分

★ 豚ひき肉…200g、水…200ml、片栗粉…大さじ1、オイスターソース…大さじ1/2
砂糖…大さじ1/2、みそ…大さじ1/2、ごま油…少々、だしの素…小さじ1
しょうゆ…小さじ1、にんにくチューブ…3cm、しょうがチューブ…3cm



夏野菜の麻婆丼

◆材料費

500円程度（4人分）

◆コメント

朝から栄養たっぷりなご飯を、火を使わずにレンジで調理できるよう考えました。

◆作り方

- ①ナスは1.5cm幅の半月切りにする。トマトは2cm角に切る。ピーマンは乱切りにする。
- ②耐熱ボウルに★を入れてよく混ぜる。
- ③②にナス、ピーマンを入れ、ふんわりラップをし、600Wのレンジで6分加熱する。
- ④③にトマトを加えて混ぜたら、再度ラップをし、2分加熱して混ぜる。
- ⑤器にご飯を盛り、④をかける。