

ミヤコラボ

荻田町 × みやこ町

京都府研究所 MIYAKO LAB

同じ京築地域・京都府でとなり合う
荻田町とみやこ町の初コラボ企画！

「自分のまちだけでなく、この地域全体をもっと元気に」——そんな思いから生まれた取り組み。

どうして“となりのまち”を紹介するの？

荻田町とみやこ町は、ともに京都府にある、昔からつながりの深いまち。おたがいのよさを知り、訪ね合うことが、地域全体の活性化につながります。

荻田町の魅力も、みやこ町の広報紙で紹介中。まちの垣根をこえて、京築の魅力を発信していきます。

みやこ町 → 荻田町 研究レポート

第18回 みやこ町 夏まつり

が開催されます！

打ち上げ花火に、屋台のにぎわい、町民総踊り。みやこ町の夏を彩る一大イベントが、今年も開催されます。夕暮れの特設ステージから夜空の花火まで、家族みんなで楽しめる一日です。

【開催日】8月22日④

16:00～花火終了まで
(花火は20:00～)

※雨天の場合は8月23日⑤に順延

【会場】サン・グレートみやこ前
特設ステージとその周辺



問い合わせ

みやこ町夏まつり実行委員会
みやこ町（産業振興課内）
☎0930・32・2512

イベント情報は
右コードから



荻田町 → みやこ町

荻田町に盆踊りが帰ってくる!? 盆ダンス

が開催されます！

あの楽しかった夏が、ついに帰ってきますー。

夕暮れとともに会場に灯りがとまり、あちこちから聞こえる笑い声。キッチンカーのいい匂いに誘われて、自然と人が集まってくる。そんなワクワクする夏の夜が荻田町に帰ってきます。

小中学生はもちろん、世代を超えて家族みんなで楽しめるプログラムが盛りだくさんです。町を元気に、そして笑顔でいっぱい。地域への想いがつまった特別な一夜を、ぜひご家族やお友達を誘ってお楽しみください。

【開催日】8月8日④ 16:00～20:30(盆ダンスは18:00スタート)
雨天決行、荒天時中止

【会場】荻田町役場東側駐車場

【イベント内容】出店・キッチンカーも多数出展予定！

【駐車場】荻田町役場東側駐車場、総合体育館第二駐車場、
失対事務所駐車場

問い合わせ

荻田町商工会議所青年部
☎093・436・1631

イベント情報は
右コードから



すこやか写真館

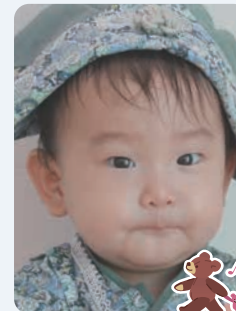
7月



赤ちゃんの写真募集

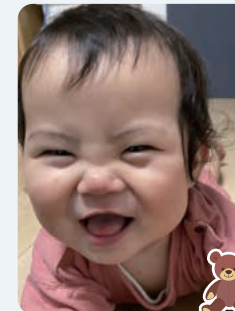
お子様の名前(ふりがな)・
誕生日、保護者の住所・
連絡先、メッセージ(30
字程度)を添えて、8月
25日④までにご応募くだ
さい。応募は右
コードからが便
利です！

●問い合わせ/企画課
☎093・434・1921



宮原陽路ちゃん(22日)

1歳のお誕生日おめでとう！
大好きだよ♡これからも元気に
すくすくと大きくなってね！



三善陽菜ちゃん(18日)

君はファンキーモンキー
ベイビ～どんな君も大好き！
祝1歳★



奥野夏葵ちゃん(23日)

おてんばなっちゃん♡たくさ
んの愛に包まれて、なっちゃん
らしくおおきくなってね♡

管理栄養士のおうちレシピ

夏バテ予防で暑い夏を乗り越える！ 豚しゃぶおろしそうめん



材料(2人分)

そうめん……………3束(150g)
豚しゃぶしゃぶ肉……………120g
砂糖……………大さじ1/2
大根……………8cm(約250g)
かいわれ大根…1/5パック(10g)
ミニトマト……………4個
めんつゆ(ストレート)……………400cc
■調味料A
かつお節…小袋1袋(約3g)
ごま油……………大さじ1/2
濃口しょうゆ……………小さじ1

1食分
栄養素 ▶エネルギー 442kcal ▶たんぱく質 23.8g
▶脂質 8.8g ▶炭水化物 72.8g ▶食塩相当量 3.6g

作り方

- ①豚しゃぶしゃぶ肉を茹でる5～10分前に冷蔵庫から出しておく。
- ②鍋にたっぷりの湯(3リットル)を沸かし、沸騰したら砂糖を加える。
- ③湯はぐつぐつ沸騰させた状態ではなく、火を少し弱めた状態で豚肉を少量ずつ入れる。表面を洗うように湯にくぐらせ、全体の色が変わるまで茹でる。途中アクが出たら取り除きながら茹で、火が通った豚肉はザルに広げ水気をきる(冷水で冷まさない)。
- ④③を調味料Aで和える。かいわれ大根は食べやすい長さに切り、大根はすりおろして大根おろしにして余分な水気を切る。ミニトマトは半分に切る。
- ⑤鍋にたっぷりの湯を沸かしそうめんを入れ茹でる。流水で冷やしながらかみ洗いし、ざるに上げて水気を切る。器にそうめんを④を乗せて、めんつゆをかけて、でき上がり。



夏定番のそうめんを栄養たっぷりレシピにアレンジ。夏バテ予防に効果的なビタミンB1が多く含まれる豚肉と抗酸化作用のあるトマトも加え、暑い夏を乗り越えましょう。

豚しゃぶを軟らかく仕上げるポイント

- ①急激な温度変化を避ける
 - ②保温効果のある砂糖を湯に入れる
 - ③茹でるお湯の理想温度は70℃～80℃。
- これらのポイントを押さえることで軟らかくしっとりと仕上がります！