

# お知らせ

## 豊岡病院からのお知らせ 「地域連携小児休日救急診療」

▼12月・1月の日程と担当医師(敬称略)／12月19日(日) 中沢洋(豊岡市出石町)、12月26日(日) 赤松亮(豊岡市九日市)、1月9日(日) 赤松亮(豊岡市九日市)、1月16日(日) 国屋正史(養父市八鹿町)  
▼診療時間／午前9時～午後5時

▼お問い合わせ／豊岡病院  
(☎0796-22-6111)

## 司法書士による市民生活 無料相談会を開催

▼内容／登記・多重債務・消費者問題・成年後見など  
▼とき・ところ／1月1日(土) 和田山農業研修センター1206号室、1月8日(土) 香住文化会館第二会議室、1月15日(土) 豊岡市民会館中会議室  
※いずれも午後1時～4時  
※予約制です。  
▼予約／兵庫県司法書士会但馬支部 (☎676-3368)

## ご飯を食べよう！ 簡単レシピ

# 厚揚げとさつまいもの 酢豚風



### 材料 (4人分)

厚揚げ	2個	しょうゆ	大さじ 1, 1/2
さつまいも	150g	砂糖	大さじ 2
生しいたけ	4枚	酢	大さじ 1
トマト	2個	トマトケチャップ	大さじ 2
ピーマン	4個	かたくり粉	大さじ 1
		水	1/2

### 【作り方】

① 厚揚げは油抜きをして1口大に切っておく。さつまいもは乱切りにし、レンジで少し固めに加熱しておく。生しいたけは2～4等分、トマトはくし形、ピーマンは乱切りにしておく。

② 中華鍋に油大さじ1程度入れて、厚揚げを炒める。

③ ②にさつまいも、生しいたけ、トマトを入れて炒め、ピーマンを入れAの調味料を加えて混ぜあわせる。



出来上がりはこんな感じです。

## 平成23年 養父市成人式を開催します

- とき／1月9日(日)午後1時受付、午後1時30分開式
  - ところ／八鹿文化会館ホール
  - 対象者／平成2年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方
- ※養父市に住民登録されていなくても、養父市出身の方および市内で生活されている方も参加できます。希望される方は、12月24日(金)までにご連絡ください。  
※式典会場には、ご家族をはじめ、新成人を祝福される市民の皆さんも入場できます。ぜひお越しください。
- お問い合わせ／教育委員会社会教育課  
(☎664-1628)

