

おいしい あんじょう

今月は「かぼちゃ」

かぼちゃのかき揚げ丼

材料(4人分)

かぼちゃ…1/8個(150g)
にんじん……………1/4本
玉ねぎ……………1/2個
三つ葉……………1/5束
尾付きむきえび…4尾
なす……………1/2本
天ぷら粉……………200g
水……………300ml
天つゆ
水……………400ml
だしの素… 小さじ1
醤油……………大さじ4
みりん……………大さじ4
砂糖……………小さじ2
ご飯……………適宜

つくり方

- ①かぼちゃ、にんじんは千切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ②なすは1cmの厚さに切る。
- ③天ぷら粉と水を混ぜ合わせ衣を作る。
- ④①と三つ葉を③に入れ、穴開きお玉で適量をすくい形を整えて、180℃に熱した油で揚げる。
- ⑤④とは別に、なすに③を付けて揚げる。
- ⑥えびに小麦粉を軽くまぶしてから③を付けて揚げる。
- ⑦小鍋に天つゆの材料を加え熱する。
- ⑧器にご飯を盛り付け天ぷらをのせ、天つゆをかける。

ビタミンたっぷりの
緑黄色野菜、かぼ
ちゃ。
抗がん作用のある
β-カロテンは、体
内でビタミンAに変
換され、髪の毛や目
粘膜、皮膚を健康に
保ち、喉や肺等の呼
吸器系を守ります。
食物繊維も豊富で、
便秘にも効果的。
かぼちゃを食べて、
夏を元気に迎えたい
ものですね。



かぼちゃのはなし

かぼちゃは戦国時代にポルトガル人から
伝わったとされています。現在多く生産
されている「西洋かぼちゃ」は甘くて栗の
ような食感で、子どもからお年寄りまで
万人に好まれます。近年ではひょうたん型の「バターナツ
ツ」も人気で、甘くて濃厚な風味がポタージュ等によく合
います。旬は秋ですが、収穫時期は7～8月。コルク状に
乾いた状態のヘタは追熟がしっかりされている目印です。



市役所食堂でスペシャルメニュー を販売します。

日時：7月22日(水)午前11時～午後2時

提供メニュー：かぼちゃのかき揚げ丼(先着30食)



イベント
情報



旬の野菜
を使った
レシピ

問▶農務課
(☎71)2233)

〈地産地消への取り組み〉 このコーナーで紹介する農畜産物は、市内産直施設や小売店で購入できます。



安城市民憲章

わたしたちは、

- * たがいに助け合い、住みよ
いまちをつくりましょう。
- * きまりを守り、良い習慣を
育てましょう。
- * 自然を愛し、きれいな水と
みどりのまちをつくりま
しょう。
- * 教養を高め、若い力を育て
ましょう。
- * 健康で、明るく楽しい家庭
をつくりましょう。

急病のときは

- 1 まずは、かかりつけ医へ
- 2 休日夜間急病診療所(保健センター併
設/☎76)2022)へ

科目	診察日	受付時間
内科・ 小児科	(月)～(金)	午後8時～10時
	(土)	午後5時～9時
歯科	(日)・(祝)・ 年末年始 (12月30 日～1月 3日)	午前8時30分～11時30 分、午後1時～4時30 分、午後5時30分～9 時(午後5時30分～9時 は内科・小児科のみ)

- 3 救急医療情報センター(☎36)1133/
毎日24時間受付)
- 4 子ども医療電話相談 受付日時→毎日
午後7時～翌日午前8時 電話番号→
短縮番号#8000または(☎052)962)9900)
- 5 八千代病院(☎97)8111)、安城更生病
院(☎75)2111)



人口・世帯 ()内は前月比
(令和2年6月1日現在)

総人口 190,483人 (- 24)
男性 97,778人 (- 38)
女性 92,705人 (+ 14)
世帯数 77,016世帯 (+ 10)



5月の火災・救急

火災 2件(うち建物 1件)
救急 478件(うち急病 335件)



5月の犯罪・事故

(年間累計/前年対比)
刑法犯 69件(376件/ - 60)
交通事故 25件(197件/ - 100)
負傷者 28人(230人/ - 109)
死者 0人(0人/ - 1)