

# 今月のMYベストショット

あなたのイチオシ写真、おもしろ写真を送ってください。  
 ※応募方法等は、なんぶS ANチャンネルまで  
 <TEL>0859-66-3331 <メール> nanbusan@town.nanbu.tottori.jp



7月25日にスポnetなんぶで、日南町の『古民家かつみや』自然体験イベントに参加してきました。流しそうめんに川のぼり、大樹のブランコ・ターザン遊びなどを満喫しました。

一夜限りの神秘的な花を咲かせるカラスウリ（馬場・長尾一男さん畑にて）



## じげの食材を使って1品いかが？ じゃがいもとピーマンのバターポン酢炒め

どこの家庭にでもあるじゃがいもとピーマンを、バターとポン酢で味付けした簡単コクうま料理です。どの野菜・果物にも言えることですが、旬に食べるのが一番！味・栄養面でも旬のものは充実しています。食卓にたくさん取り入れましょう。

### 【作り方】

- ① じゃがいもは少し太めの千切りにして水にさらし、3分ほどレンジで火を通す。ピーマンは千切り、豚バラ肉は細切りにする。
- ② フライパンにオリーブオイルを入れて温め、豚バラ肉を入れ色が変わったなら①のじゃがいもを加え炒める。（じゃがいもを長く炒めると崩れるので少し、シャキシャキ感が残るくらいがよいが、お好みで）
- ③ じゃがいもが全体的に透明になったらピーマン、バター、ポン酢を加えてさっと炒めて出来上がり。

【協力】南部町食生活改善推進協議会

**【材料】(3人分)** ■1人分270kcal・食塩相当量1.0g

じゃがいも	中3個
ピーマン	中2個
豚バラ肉薄切り	90g
バター	20g
ポン酢	大さじ1～2
オリーブオイル	小さじ1
塩・コショウ	少々



植付け作業後みんなで「ハイ！ポーズ」(写真上)  
 緑の部分が多くなってきました(8月11日現在)



7月6日、会見小学校で行われた校庭の芝生化作業に参加しました。約2万5千株の芝の苗を見た時には気が遠くなるようでしたが、たくさんの子どもたちや保護者、地域のみなさんの姿に「よし、がんばろう！」と自分に言い聞かせながら作業を行いました。

苗を植え付けるための穴掘りから植付けまで約2時間、途中雨に降られましたが、無事終わることができました。作業後の校庭を見渡すと、秋には一面芝生に覆われて、裸足で走り回る子どもたちの姿が浮かんできました。

この校庭が、これからたくさんの子どもたちの笑顔を届けてくれると思います。



### 子どもたちの笑顔

教育委員会事務局教育次長  
 板持 照明