

南阿蘇鉄道ニュース

南阿蘇水の生まれる里白水高原駅で サンドアートライブが開催！

6月4日、白水高原駅にて、サンドアーティスト..
Caveさんによるサンドアート野外ライブ「希望の花」
が開催されました。

Caveさんは、震災直後より南阿蘇鉄道にご支援を
されており、4月28日には東京の下北沢にてチャリテー
ライブを開かれています。

当日は天候に恵まれ、用意した座席は満席となり、立
ち席での観覧の方も多数おられるなど、たくさんの方に
お越しいただきました。

今回は、応援ソング「希望の花」にのせたサンドアートの
舞台を披露され、サンドアートで列車を走らせる幻想
的なライブに参加者の皆さんは感動的な南阿蘇の一夜を
楽しまれていました。



非常時に役立つ簡単クッキング！ 自主防災クラブ・食生活改善推進員協議会の活動

6月21日、第二駐在区の防災コミュニティセンターで地元自主防災クラブの活動が開催されました。約20人が参加し、初めに役場総務課の藤原防災官から「自主防災組織とは？」をテーマに、連携の大切さについて講話がありました。

次に、食生活改善推進員による災害時に役立つ調理法の『パッククッキング』の実演と試食があり、簡単にできるサラダや乾物を使った料理などを作り、参加者には大変好評でした。

パッククッキングとは

災害時ライフラインが途絶えても、ポリ袋で料理を何品も作ることができ、洗い物もでないエコな料理法です。

食生活改善推進員協議会では、パッククッキングの普及活動を行っておりますので、公民館などでの講習会のご希望があれば健康推進課 保健係 Tel.(67) 2704にご連絡ください。

試食レシピ ポテトスナックでサラダを作ろう！

【材料(2人分)】

ポテトスナック(カップ容器に入ったもの)
お湯適量、ハム1枚、きゅうり1/2本
マヨネーズ大さじ1

【作り方】

- ①スナック容器のふたを半分はがし、カップの半分くらいまでお湯を注ぎ、ふたをして3分。途中かき混ぜ再びふたをして2分待つ。
- ②ふたを取り、やわらかくなったスナックを混ぜる。※硬い場合はお湯を足す。
- ③ハムは手でちぎり、きゅうりをスライサーで薄く切りカップの中に入れる。
- ④最後にマヨネーズをカップに入れ、混ぜて出来上がり。

