



# 春のイベントへでかけよう!

4/14・15

## しおがまさま神々の花灯り

幽玄な灯りで演出された境内で、雅楽による「花・灯り・音」の饗宴が楽しめます。



市内地酒をオリジナルグラスで楽しめる「酒蔵めぐり」も同時開催!

とき 4月14日(金)、15日(土)  
18:30~20:30

ところ 志波彦神社・鹽竈神社境内

問 塩釜市青年四団体連絡協議会事務局  
(塩釜商工会議所内) ☎367-5111

4/23

## 第34回しおがま市民まつり

奉祝花まつり「満喫~しおがま~」  
ジャンボ鉄火巻、ステージイベントなど楽しいイベント盛りだくさん!



とき 4月23日(日)10:00~15:00  
ところ JR仙石線本塩釜駅前

問 しおがま市民まつり実行委員会  
(塩釜商工会議所内) ☎367-5111

## 御釜神社 花灯り

御釜神社境内をほのかに灯します。本町くるくる広場では2夜限りの「もともち茶屋」が開店。

とき 4月14日(金)、15日(土)17:00~  
※御釜神社花灯りは18:30~

ところ 御釜神社、本町くるくる広場

問 本町通りまちづくり研究会  
☎090-4634-5968



第34回しおがま市民まつり実行委員長  
橋沼幸平さん

幼いお子さんから年配の方まで楽しめるアットホームなお祭りです。イトインコーナーもありますので、おいしいものを食べながらゆっくり過ごしてほしいです。

5/3

## 鹽竈神社門前市

鹽竈の物産品の販売など。フリーマーケット出店者も募集中!

とき 5月3日(水・祝)10:00~14:00

ところ 鹽竈神社表坂下広場

募集ブース 30ブース

出店料 1ブース(2坪×2坪)1,000円

申込 住所、氏名、電話番号、希望ブース数、販売品目を明記し、はがきかファクスで

締切 4月10日(月)※先着順

問・申込 〒985-8501 塩竈市旭町1-1  
塩竈市観光物産協会事務局  
☎364-1165 FAX364-1169

5/20

## しおがま春のまちあるき参加者募集 ~浦戸桂島1日散策コース~

島の方のガイドで春の浦戸諸島を散策します。

とき 5月20日(土)8:45~

参加費 3,150円(交通費、昼食代、保険代)  
募集人数 15人(抽選)

申込 4月21日まではがきまたはメールで  
メール: shiokan40@gmail.com

問 塩竈観光物産案内所(本塩釜駅前)  
☎362-2525

## おいしいしおがま 食育レシピ Part2

### かんたん・おいしい・手作りおやつ

### ヨーグルト入りパンプキンゼリー

#### 材料 (プリン型6個分)

- かぼちゃ(正味) …… 100g<sup>ア</sup>
- プレーンヨーグルト …… 100g<sup>ア</sup>
- 砂糖 …… 40g<sup>ア</sup>
- 水 …… 150cc
- 粉ゼラチン …… 5g<sup>ア</sup>
- 水 …… 大さじ3

#### 飾り用

- かぼちゃの皮 …… 適宜
- ヨーグルト …… 適宜



「食育レシピ」は  
今月号で最終回で  
す。今後もさまざま  
な機会、食育レシ  
ピをお知らせして  
いきます。

#### 作り方

- ①Aの分量の水に粉ゼラチンを振り入れ、10分ぐらい浸しておく。
- ②かぼちゃは種を取り、電子レンジ(500W)で2~3分加熱し、小さく切って皮を取り除き、鍋で柔らかくなるまで茹でる。
- ③ミキサーに②のかぼちゃと水、砂糖を入れ、なめらかになるまでかき混ぜた後、ヨーグルトを入れ、均一になるようさらにかき混ぜる。
- ④①のゼラチンを湯煎にかけて溶かす。
- ⑤ボウルに③のかぼちゃと④を混ぜ込み、型に流して冷蔵庫で冷やして固める。
- ⑥⑤が固まったら、ヨーグルトと茹でた皮を飾る。



かぼちゃを煮たら、材料をミキサーにかけるだけ!かぼちゃの甘みとヨーグルトの酸味が合わり、さっぱりとした味わいになります。



塩竈市食生活改善推進員  
一戸さん 阿部さん

問 保健センター ☎364-4786

防災行政無線で放送された内容を再確認したいときは、自動音声で放送内容を聞くことができます。 防災行政無線確認電話 ☎364-1260



エフエムベイエリア (FM78.1MHz) でも防災行政無線の内容や防災情報を放送していますので、災害時にはラジオを活用ください。

「広報しおがま」は、22,600部製作し、1部当たりの経費(印刷・発送)は69円です。

#### 【塩竈市の人口】 H29.2.28現在

- 住民基本台帳調べ (前月比)
- 人口 55,115人 (-53人)
- 男 26,348人 (-20人)
- 女 28,767人 (-33人)
- 世帯数 23,190戸 (-2戸)