

このコーナーでは、各施設のイベント情報等を紹介しています。詳細は、各施設にお問い合わせください。

花と音楽の館かわさと「花久の里」 (☎569-3811)

■手打ちうどん体験教室

時 10月11日(月)10時～12時
定 10人(先着順)
費 1,000円(材料費・当日集金)

■ハンギングバスケット教室

時 10月17日(日)10時～12時
定 10人(先着順)
費 3,500円(材料費・当日集金)

■田舎まんじゅう作り体験教室

時 10月18日(月)10時～12時
定 10人(先着順)
費 700円(材料費・当日集金)

【共通事項】

申 9月20日(祝・月)の9時以降に電話又は窓口へ

■花久の里秋のバラまつり

秋バラは、香りや色が良いのが特徴。ふくよかなバラの香りをお楽しみください

時 10月17日(日)9時～16時
※花数は、少なくなります。10月いっぱいバラを楽しめます

■ベートーヴェン室内楽曲全曲演奏会Vol. 4

～大作曲家の足跡を辿る全21回の旅～

時 10月31日(日)
【昼公演】14時～(開場=13時30分)
【夜公演】18時15分～(開場=17時45分)
演奏 アルペリ弦楽四重奏団、小川由希子さん(ピアノ)

費 一般=3,500円 学生=1,500円
申 電話(随時受付)

産業観光館「ひなの里」 (☎540-3333)

■つまみ細工の花くす玉講座

時 10月5・19日、
11月2日(火)
13時30分～15時30分(全3回)
対 3回の講座にすべて参加できる方
定 10人(先着順)
内 つまみ細工で、ひな壇に飾られるくす玉を製作。また、ひなの里展示用の「びっくりくす玉」の製作に協力をお願いします
費 3,500円
申 9月23日(祝・木)の10時以降に電話



■平日ウォーク(イヤラウンドを歩こう) 「花と人形のまち中山道鴻巣宿を歩く」

時 10月14日(休)9時～13時頃
※雨天決行
内 ひなの里⇒マル武人形店⇒陸上競技場⇒パンジーハウス⇒花のオアシス⇒総合福祉センター⇒鴻神社⇒法要寺⇒鴻巣御殿跡⇒勝願寺⇒ひなの里(歩行行程約13km)
費 260円(保険料等、当日集金)
持 雨具、軽食、飲み物
申 当日(9時までにひなの里へ集合)

作って食べて健康に！^{しょくかい}食改さんがおすすめする絶品レシピ

監修：鴻巣市食生活改善推進員協議会

川幅うどんで カンタン春巻き

川幅うどんを使った創作料理です
食材がたくさん入ったボリュームたっぷりの主菜です

【作り方】

- ① 川幅うどん(生麺)7cm×22cmのものを1人分2枚用意する
- ② カニかまぼこは、1本を縦半分に割く
- ③ 薄力粉に水を混ぜ、糊を作る
- ④ ①のうどん1枚に刻んだ油揚げ・大葉・チーズ・カニかまぼこ・いんげんをのせて、うどんの縁に③の糊を塗り、上からもう1枚のうどんをかぶせて、しっかり閉じる
- ⑤ ④を油でカラリと揚げる
- ⑥ ポン酢、辛子醤油、大根おろし、ケチャップ等好みのタレを添える



材料(4人分)

川幅うどん(生麺)	8枚
カニかまぼこ	8本
いんげん	8本
油揚げ	2枚
スライスチーズ	4枚
大葉	8枚
薄力粉	大さじ1
水	小さじ3弱
揚げ油	適量

1人分 ◎エネルギー352kcal
◎食塩相当量1.7g
◎カルシウム151mg