

【超簡単おやつ！焼酎鬼まん】

【材 料】

さつまいも	300g
砂糖	30～50g
小麦粉	60g
焼酎	大さじ2

焼酎でふっくら！
アルコール0なのに、
焼酎の風味も！



【作り方】

- ① さつまいもを皮付きのまま角切りにして水にさらした後、水を切る。
- ② ボウルに砂糖、小麦粉を入れて混ぜ、①を加えて良くまぶした後、焼酎を入れてざっくり混ぜる。
- ③ 沸騰している蒸し器にオープンシートを敷いて、お玉1杯程度の量をこんもり盛る。約12～13分蒸して完成。



【炊飯器で簡単！焼酎芋ケーキ】

【材 料】

ホットケーキミックス	200g
豆腐	150g
さつまいもの甘煮（さつまいも100gと砂糖50g）	
砂糖	15g
卵	1個
牛乳	大さじ4
焼酎	大さじ3

焼酎で豆腐の匂いが無くなります！



【作り方】

- ① さつまいもを1.5cm角に切り、砂糖を加えて5分煮て、甘煮を作る。
- ② 豆腐は軽く水切りし、こまめにつぶしておく。豆腐、砂糖、卵、牛乳、焼酎（大さじ1）をボウルに入れ、泡だて器でなめらかになるまで混ぜる。
- ③ ②にホットケーキミックスを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ④ 炊飯器の内釜にバター（分量外）を薄く塗り、生地を流し入れて表面を平らにならし、中央を少しくぼませる。その上に①の甘煮をたっぷりのせる。
- ⑤ 炊飯器の「標準モード」で炊いて完成。お好みで、仕上げにケーキが熱いうちに焼酎（大さじ2）をハケで塗る。（お子様にはNG）



プレイバック！懐かしの「田舎のたしなみ。」
今回は、平成28年10月号に掲載した田舎のたしなみ。【秋の「焼酎」特別編】から当時のレシピを2つ紹介します。ふるさとの味を、改めてお楽しみください。

田舎のたしなみ。【12月】

市生活研究グループでは、農山漁村で暮らす人々が自分たちの生活をより豊かにするため、生活の中で生み出した「生活の知恵（旬の食材の保存方法や、便利な道具の開発など）」を研究し、伝承しています。このコーナーをご覧いただき、ぜひ皆さんの日々の生活に活用ください。

■問い合わせ先：市農政畜産課 農政グループ
TEL 474-1111（内線164）

エコ通信

■問い合わせ先：

市環境課 環境政策グループ

TEL 472-1111（内線239）

地 域	一般ごみ	紙おむつ	生ごみ	資源ごみ
有明	伊崎田校区・有明校区（土橋・坪山・早馬・東吉村・野吉・中央吉村・中吉村・西吉村）	年末 12/24（水） 年始 1/7（水）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	有明校区（上記以外）	年末 12/24（水） 年始 1/7（水）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	蓬原校区・原田校区	年末 12/25（木） 年始 1/8（木）	12/30（火） 1/6（火）	12/30（火） 1/3（土）
	野神校区・山重校区	年末 12/26（金） 年始 1/9（金）	12/27（土） 1/3（土）	12/29（月） 1/5（月）
志布志	松山地区	年末 12/29（月） 年始 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	田之浦地区・森山地区	年末 12/29（月） 年始 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	潤ヶ野地区・八野地区	年末 12/26（金） 年始 1/9（金）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	四浦地区	年末 12/29（月） 年始 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	東区（坂之上）	年末 12/30（火） 年始 1/6（火）	12/30（火） 1/3（土）	12/30（火） 1/3（土）
	帖五区（馬見ヶ塚・横尾上・西内之倉・東横尾下・西横尾下）	年末 12/25（木） 年始 1/8（木）	12/30（火） 1/3（土）	12/30（火） 1/3（土）
	東区（上記以外）・帖五区（上記以外）	年末 12/30（火） 年始 1/6（火）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	夏井・陣岳区	年末 12/24（水） 年始 1/7（水）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	香月地区（大浜西・上小西・下小西・興和・上昭和・昭和台）・志布志区（大浜東）	年末 12/30（火） 年始 1/6（火）	12/30（火） 1/3（土）	12/30（火） 1/3（土）
	香月地区（上記以外）	年末 12/24（水） 年始 1/7（水）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	志布志区（上記以外）	年末 12/24（水） 年始 1/7（水）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）
	安楽地区（一丁田・上之浜）	年末 12/29（月） 年始 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）	12/29（月） 1/5（月）

一般ごみと同日

通常どおり

● 清掃センター 【一般ごみ・粗大ごみ】	年末	12/27（土） 12/28（日）	年始	1/5（月） 1/4（日）
● 井手間資源ごみ収集所 【資源ごみ（草木・生ごみ除く）】		12/28（日）		1/4（日）
● 循環センター（有明地区） 【資源ごみ（草木・生ごみ除く）】		12/27（土）		1/7（水）
● 循環センター（志布志地区） 【資源ごみ（草木・生ごみ除く）】		12/30（火）午前中		1/3（土）
● （有）そおりサイクルセンター松山有機工場 【草木】				



shibushi.seibututayousei@gmail.com

● 市生物多様性センター
TEL 090-4301-9091
■ 申込・問い合わせ先
※ 動きやすい服装で参加ください
参加費 無料

申込方法 電話またはメール
申込期限 1月16日（金）
定員 20人（先着）
場所 有明開田の里公園多目的
日時 1月18日（日）10時～

有明開田の里公園内の森を歩き、動植物を観察します。気軽に参加してみませんか。
冬のネイチャーウォック
チング参加者募集