



■冬の雪あかりイベントのご案内 (札幌シーニックバイウェイ藻岩山麓・定山溪ルートからのお知らせ)

詳細 各まちづくりセンター (本誌南区版1ページ参照)

地区名	イベント名	日時	会場	内容
真駒内	真駒内地区「ふれあい雪あかり」	1/21(水)~23(金) 17:30~20:00	地下鉄真駒内駅前	アイスキャンドル点灯、ハンドベルの演奏、お楽しみ抽選会など
石山	石山スノーファンタジー	1/24(土)16:00~19:00	石山振興会館(石山1条3丁目)ほか	イルミネーション点灯、雪見寄席など ※12/7(日)~3/7(土)は地区内の国道230号および平岸通沿いでイルミネーション点灯(16:00~21:00)
藻岩	藻岩地区アイスキャンドル	1/24(土)、25(日) 17:00~20:00	藻岩地区区内約20カ所	アイスキャンドル点灯 ※24(土)16:30から藻岩北会館(川沿2条2丁目)で点灯式
南沢	南沢地区冬まつり	1/24(土)、25(日) 17:00~19:00	南沢福祉会館前(南沢1822)	ペットボトルキャンドル点灯 ※問い合わせは藻岩まちづくりセンターへ
芸術の森	芸術の森地区雪あかりの祭典	1/31(土)10:00~16:00	札幌芸術の森(芸術の森2丁目)	アイスキャンドル点灯、もちつきなど
		1/31(土)10:00~18:00	関口雄揮記念美術館(常盤3条1丁目)	ジャズライブ、キャンドル点灯
		1/31(土)14:00~19:00	札幌市立大学芸術の森キャンパス(芸術の森1丁目)	アイスキャンドル点灯、学生による冬の芸術イベントなど
		2/7(土)16:00~19:30 8(日)10:00~12:30	南老人福祉センター、石山緑地(ともに石山78)	アイスキャンドル点灯、雪の滑り台など
		2/8(日)16:30~19:00	芸術の森地区会館(石山東7丁目)ほか	アイスキャンドル点灯、夕市、大道芸など
		2/11(祝)13:00~17:00	保養センター駒岡(真駒内600)	朝市、コンサート、アイスキャンドル点灯など ※「ゆきだるまん」コンテストの参加受付は12:00から
定山溪	定山溪温泉雪灯路2015	2/2(月)~8(日) 18:00~21:00	定山溪神社(定山溪温泉東3丁目)	スノーキャンドル点灯、定山溪温泉たまねぎすうぶ販売など ※問い合わせは定山溪観光協会へ☎598-2012
澄川	スノーフェスティバル in澄川-2015-	2/7(土)13:00~21:00 8(日)13:00~19:00	地下鉄澄川駅前広場	スノーキャンドル点灯、雪の滑り台、雪中ゲーム大会など ※12/20(土)~2/28(土)は同会場でイルミネーション点灯(17:00~23:00)
滝野	滝野スノーフェスティバル	2/7(土)、8(日) 16:00~19:00	滝野すずらん丘陵公園(滝野247)	雪あかり点灯、花火の打ち上げ(両日とも18:00)など ※問い合わせは滝野すずらん丘陵公園へ☎592-3333
藻岩下	藻岩下やさしい雪あかり	2/7(土)、8(日) 17:00~20:00	藻岩下2丁目、南35条みゆき公園(南35条西10丁目)	アイスキャンドル点灯 ※南35条みゆき公園は19:00まで
簾舞	みすまい雪あかり	2/14(土)14:00~18:00	簾舞まちづくりセンター(簾舞3条6丁目)周辺	雪像、スノーキャンドル点灯

※天候や各地区の状況により、日時・内容の変更または中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

今月のやさしい “三つ葉”

北海道では12~2月が旬の

特徴

三つ葉の香り成分には、ストレスを緩和したり食欲を増進させる働きがある。また、カリウムが多く含まれており、余分なナトリウム(塩分)の排出を促し、血圧を正常に保つ働きもある。

見分け方

葉が鮮やかな緑色で、葉・茎ともに変色がなく、ぴんとしてみずみずしいものがおいしい。

料理例

おひたし、お雑煮、茶わん蒸し、あえ物など

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

簡単レシピ 三つ葉とにんじんとコーンのチヂミ

- [材料/3枚分(直径10cm)]
- 三つ葉・・・40g
 - にんじん・・・25g
 - コーン(缶詰)・・・30g
 - ごま油・・・大さじ1
 - ★小麦粉・・・50g
 - ★水・・・90ml
 - ★マヨネーズ・・・小さじ2



[作り方]

- ①三つ葉は長さ2cmに切る。にんじんは皮をむき、千切りにする。
- ②★を混ぜ合わせる。
- ③汁気を切ったコーン、①、②を混ぜ合わせる。
- ④フライパンにごま油を熱し、③を流し入れる。焼き色が付いたら裏返し、両面を色よく焼く。
- ⑤器に盛り付けポン酢など好みの調味料を添える。