

# 旬食改いきいき レシピ



## 「阿蘭梨餅」風もちもちケーキ

今月紹介するのは、京都名物「阿蘭梨(あじかり)餅」のようなケーキ。パウンドケーキのようですが、中はもちもち、くせになる食感です。

餅粉がなければ、白玉粉で代用できます。  
問合せ先=健康推進課(☎64-1335)

### ◆作り方

- ①卵・砂糖・サラダ油・牛乳をボールに混ぜながら順に入れる。
- ②餅粉とベーキングパウダーを混ぜ、ふるいにかける。
- ③①に②とあずき缶も混ぜ入れる。
- ④30cm角位のプレートにクッキングシートを敷き、③を流し入れる。
- ⑤180℃のオーブンで、40～45分程度焼く。

### ◆材料(18切分)

卵	2個
砂糖	65g
サラダ油	60g
牛乳	250cc
餅粉(白玉粉)	230g
ベーキングパウダー	大さじ1/2
あずき缶	大1缶



### ◆栄養価(1切分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	塩分
164kcal	3.2g	4.8g	31mg	0.2g

市は、京田辺市市民活動パワーアップセミナーの受講生を募集します。

同セミナーでは、市民団体などの組織づくりから運営まで、市民活動をより活性化させる手法を学ぶことができます。

日時：テーマ・内容など↓下表のとおり

場所：中央公民館

対象：市内に在住し、通勤・通学し、市民団体などで活動している人や、これから活動を始めようと考えている人

講師：NPO法人きょうとNPOセンター職員

定員：40人。多数の場合は抽選します

受講料：無料

申込方法：往復はがき(1人1枚)の往復用、郵便番号・住所・氏名(ふりがな・年齢・性別・電話番号)・市民活動パワーアップセミナー第〇回参加希望、返信用に郵便番号・住所・氏名を書いて、郵送してください

希望するすべての回に申し込みできます

しめくり：10月31日(水)

申込・問合せ先

市民参画課(〒610-0393)

(住所不要) ☎64-1314

# 組織づくり・運営手法を学ぶ 市民活動 パワーアップセミナー

回	日時	テーマ	内容
1	11月11日(日) 午前10時～正午	市民活動団体の組織づくり	市民活動団体のマネジメント・定款例・個人情報の取り扱い方法・組織づくりの考え方
2	11月11日(日) 午後1時～3時	NPO法人格を取得してパワーアップ	法人格を取得するポイント・NPO法の基礎知識
3	11月18日(日) 午前10時～正午	市民活動団体の広報力のパワーアップ	市民活動に必要な「思い」が伝わる広報力

## わくわくワークショップ 人権のこと考えよう

市は「わくわくワークショップ」人権に気づいて感じて考えよう」を開きます。

ワークショップとフィールドワークを通じて、人権について楽しく考えてみましょう。

ワークショップは、10月26日(金)午後1時30分～4時30分

場所：社会福祉センター

テーマ：スポーツと人権

講師：数南企画代表の渡辺毅さん

定員：先着30人

(フィールドワーク) 10月31日(水)午後0時30分～4時

行き先：川村義肢(大阪府大東市)

定員：先着20人

参加費：無料

申込方法

10月5日(金)以降に来庁か電話で申し込みください

申込・問合せ先

人権啓発推進課(☎64-1336)

## 10・11月は生涯学習推進月間

# 盛りだくさんの秋を楽しもう

## 文化 芸術 スポーツ

### 世代越え 絆つながる 文化祭

市民文化祭実行委員会は、市民の文化活動を通じた相互交流を深めるため、第47回京田辺市民文化祭を開きます。

市民のみならず、市民のみなさんによる美術作品の展示や、音楽・舞踊の発表などを通して、文化・芸術の秋を感じてみましょう。

日にち：11月3日(祝)・4日(日)

場所：中央公民館・田辺中央体育館

内容：作品展示・舞台発表・ふわふわドーム・模擬店など

市民文化祭標語を募集

集めた結果、次の3点が優秀作品に選ばれました。

最優秀作品はチラシなどに掲載し、入選者は市民文化祭の式典で表彰します。

入賞作品(敬称略)

Ⅱ 最優秀賞：「世代越え 絆つながる 文化祭」西田保次

Ⅲ 優秀賞：「世代越え 笑顔で集う 文化祭」宮田典子・響きあう人と文化の「ハート」小寺光雄

【問合せ先】

京田辺市民文化祭実行委員会(中央公民館内) ☎62-2552



## 第47回 市民文化祭

文化・芸術の秋を感じて

市は、10・11月の2カ月間を生涯学習推進月間としています。

文化・健康・スポーツなどに関心を持つとともに、生涯を通じて自由に学び、健康で心豊かな生活を送り



ましょう。

期間中、下表のとおり催しを行います。イベント盛りだくさんの秋を楽しみませんか。

問合せ先=京田辺市生涯学習推進本部(社会教育・スポーツ推進課内、☎64-1394)

日にち	イベント名	会場
10月7日(日)	茶まつり	酬恩庵一休寺参道
	ベタンク大会	田辺公園多目的運動広場
10月8日(祝)	生涯スポーツフェスティバル	田辺中央体育館など
10月13日(土)	障害者スポーツ大会	田辺中央体育館
10月14日(日)	市民音楽祭	同志社女子大学
	野外活動のつどい	野外活動センター
10月20日(土)	敬老会	田辺中央体育館
10月21日(日)	マラソン大会	木津川サイクリングロード
10月27日(土)	保育のつどい	田辺中央体育館
11月1日(木)～4日(日)	絵画展	コミュニティホール
11月3日(祝)	緑化まつり	田辺公園多目的運動広場
	京田辺第九コンサート	同志社女子大学
	市民文化祭	中央公民館・田辺中央体育館など
11月3日(祝)・4日(日)	菊花展	中央公民館
	いけばな展	田辺中央体育館
	同志社クローバー祭(同志社京田辺祭)	同志社大学京田辺校地
11月4日(日)	文化講演会	中央公民館
11月10日(土)	一体さんウォーク	田辺公園多目的運動広場～市内
11月10日(土)・11日(日)	せせらぎまつり	中部住民センター
11月13日(火)	幼稚園大会	田辺中央体育館
11月18日(日)	産業祭	田辺中央体育館など

## 同志社大でクローバー祭

11月3・4日

野外ステージライブ・巨大迷路・模擬店も



幼稚園児が遊戯を披露(昨年の様子)

同志社クローバー祭実行スタッフは、「あなたの四つ葉を見つけよう」をキャッチフレーズに、同志社クローバー祭(同志社京田辺祭)を開きます。

体験コーナーや模擬店など、楽しい企画が盛りだくさん。思う存分楽しみましょう。

日にち=11月3日(祝)・4日(日)

場所=同志社大学京田辺校地

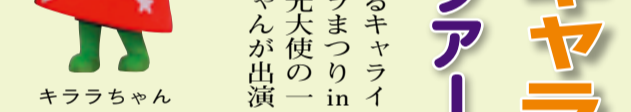
内容=▼同祭ヒーロー「タナレンジャー」のヒーローショー▼巨大迷路▼移動動物園▼ふわふわドーム▼体験コーナー(陶芸・世界の民族衣装・アンチエイジング測定)▼模擬店(飲食物・フリーマーケット)▼野外ライブなど

また、東日本大震災の復興支援のため、被災地の物産展や、被災地へメッセージを届ける企画もあります。詳しくは、同志社クローバー祭ホームページ(<http://doshishacllover.web.fc2.com/>)をご覧ください。

問合せ先=同志社クローバー祭実行スタッフ事務室(☎65-7832)

## ゆるキャラまつり in 彦根

バスツアーで応援しよう



キララちゃん

日本最大級のゆるキャライベント「ゆるキャラまつり in 彦根」に京田辺観光大使の一人、キララちゃんが出演します。

バスに乗って、みんな応援に行きませんか。参加者には特製缶バッジをプレゼントします。

日時：集合場所：10月21日(日)午前7時30分・キララの駅(近鉄新田辺駅東キアラ商店街内)解散は午後6時ごろ

行き先：彦根市

人数：先着40人。中学生以下は保護者同伴

参加費：大人1千円。小学生未満は無料

申込方法：キララ商店街ホームページ(<http://www.kirarainnagasaki.com/>)にある申し込みフォームから電話で申し込みください

申込・問合せ先：キララの駅(☎63-5267)月～土曜日午前10時～午後4時

## 全国都市緑化月間 緑化まつりで花探そう

生け垣の設置に補助金も

10月は全国都市緑化月間です。緑豊かな生活環境を守り、ゆとりと潤いを実感できる美しいまちを目指しましょう。

【緑化まつり】

市は同月間に合わせ、緑化まつりを行います。お気に入りの花を探しに出掛けませんか。

日時：11月3日(祝)午前9時から

場所：田辺公園多目的運動広場

内容：樹木・花の販売、緑化カレンダーの配布など

【生け垣設置に補助金】

市は、生け垣を設置した場合に樹木購入費の一部を補助しています。

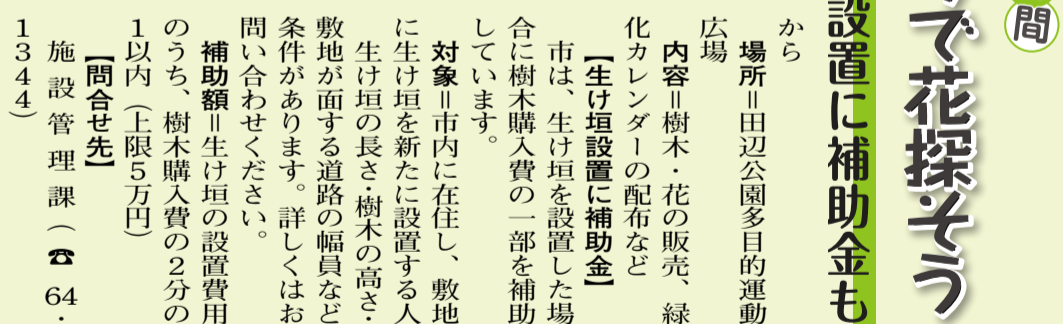
対象：市内に在住し、敷地に生け垣を新たに設置する人

生け垣の長さ・樹木の高さ・敷地が面する道路の幅員など条件があります。詳しくはお問い合わせください。

補助額：生け垣の設置費用のうち、樹木購入費の2分の1以内(上限5万円)

【問合せ先】

施設管理課(☎64-1344)



## スポーツの秋を満喫

## スポーツフェスティバル

同志社大学は、同志社スポーツフェスティバルを開きます。秋空の下、気の合う仲間と一緒にスポーツの秋を満喫しませんか。

日にち=11月3日(祝)・4日(日)

場所：同志社大学京田辺校地

申込方法：PM・電子メールに、種目・チーム名、代表者の氏名・性別・携帯電話番号・PMを書いて申し込んでください

先着順に受け付けます。

申込期間：10月9日(火)午前9時～12日(金)午後5時

申込・問合せ先：同志社大学スポーツ支援課(☎65-7417、PM65-7416、メールアドレス：jsport@at.doshisha.ac.jp)

◆バスケットボール

日にち：4日(日)

時間：男子：午前11時～午後5時  
女子：午後2時～午後5時

募集数：男子24チーム・女子8チーム(1チーム5人)

◆バレーボール

日時：4日(日)午前11時～午後5時

募集数：男女各24チーム(1チーム6人)

男女混合チームは男子チームとします

◆ソフトボール

日時：3日(祝)午後0時30分～5時  
4日(日)午前9時～午後4時

募集数：男女合わせて32チーム(1チーム11人)

男女混合チーム可。

◆サッカー

日時：3日(祝)午後1時～7時30分  
4日(日)午前10時～午後4時

募集数：10チーム(1チーム5～7人)

男女混合チーム可。

## ふらっと楽しむ 映画 アメイジング・スパイダーマン

同志社大学は、コンサートや映画上映などを行う「ふらっとプログラム」を設けています。

今回は、映画「アメイジング・スパイダーマン」を上映。13年前に失踪した父親の秘密を思いがけず知ってしまった主人公が、スパイダーマンとして生きていく決意を

し、真の責任に目覚めていく姿を描きます。

どなたでも自由に入場できますので、ふらっとお立ち寄りください。

日にち=10月11日(木)

時間=▼午後0時30分▼午後3時15分▼午後6時

場所=同志社大学京田辺校地多目的ホール(ハローホール)

駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください。

入場料=無料

問合せ先=同志社大学京田辺校地学生支援課(☎65-7413)

