

ハートピア6

第325号

令和6年6月20日発行

発行元

株式会社
中島新聞店

〒381-2224
長野市川中島町原 530-2
☎0120-71-0271
TEL.292-0271 FAX.292-0222

結婚して50年 今年金婚式を迎えたご夫婦に 記念日新聞を お贈りします 無料です

今年、金婚式を迎えたご夫婦に結婚記念日の信濃毎日新聞第1面のコピーをラミネート加工し、「記念日新聞」として贈呈しています。

当時の記事を通して、懐かしい出来事や思い出をご夫婦、ご家族で語り合っただけだと考えます。

無料ですので、ぜひこの機会にお申し込みください。

●贈呈の対象となるご夫婦

1974(昭和49)年1月1日から同年12月31日までに結婚されたご夫婦。(現在、ご夫婦が健在であること)

●贈呈する新聞

結婚された1974年の日付の新聞に限ります。

●申し込み締切

2024年7月1日(月)

●お届け

2024年9月中旬ごろの予定

●お名前の新聞掲載について

申し込まれたご夫婦のお名前を9月中旬の信濃毎日新聞に特集して掲載する予定です。

●お申し込み方法

ご希望の方は下記にご連絡下さい。申込書をお届けいたします。

中島新聞店 ☎0120-71-0271



ACNAGANO PARCEIRO

プレゼント パルセイロ

長野Uスタジアムホームゲーム
優待券 & 駐車券



当紙では、下記7月の試合の優待券と駐車券をセットで、10名様にプレゼントします。奮ってご応募ください。

●トップチーム<2024明治安田J3リーグ>

- ① 7/13(土) 第21節 いわてグルージャ盛岡戦 18:00~
- ② 7/20(土) 第22節 FC今治戦 18:00~

●優待券=当日券が下記の様にお得に購入できます。

当日券	トップチーム
一般	1,000円引
小中学生	500円引

●応募=下記ホームページからお願いします。応募多数の場合は抽選。当選者の発表は同ホームページにて。プレゼント品は順次ご自宅にお届けします。

<https://www.nakajimashinbun.com>

●お問合せ等

中島新聞店 ☎0120-71-0271

※このプレゼントは中島新聞店独自のサービスです。



飯山産(戸狩サンファーム)の美味しい

お米



中島新聞店 企画部



ニコニコ宅配

0800-800-8829

詳しくはお問い合わせください

営業日/月~土(年末年始、祝日除く)
受付/9:00~17:00

解く

クロスワード パズル

前答 ショウブユ

応募総数 244通

当選者10名(敬称略)

宮尾茂喜・佐藤ふみ子・高杉春美・西澤安正・嶋田宏・中村輝夫・井堀良一・長橋啓子・北村勝美・宮島光男

A	シ	ン	シ	ウ	ミ
ヤ	オ	カ	ワ	リ	
ツ	エ	モ	サ		
	キ	ヨ	シ	ソ	
ハ	デ	カ	ジ	バ	
D	ブ	ン	ボ	サ	E

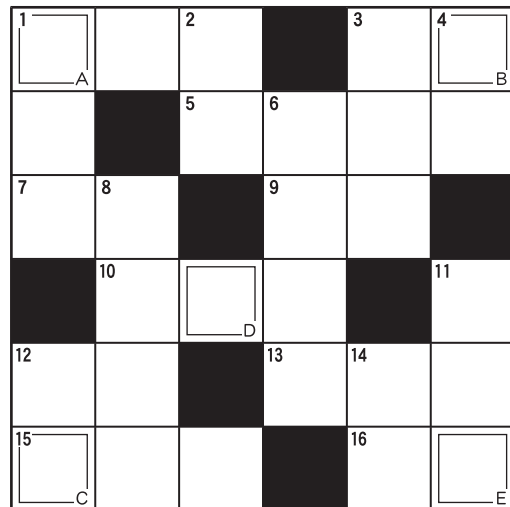
[メッセージ] ◆このクロスワードパズルで初めて知りました。菖蒲湯やってみたいです。(S.T) ◆昔は軒先に菖蒲を飾り、夜はお風呂にも菖蒲が入っていて、あの香りが懐かしいです。(S.K) ◆スーパーマーケットで菖蒲が並んでいました。今は買う時代になったんですね。浴槽に浮かべると爽やかな気分です。(M.M) ◆子供達が大きくなった今でも、子供の日に菖蒲とよもぎをお風呂に入れてはいます。その為に、庭に菖蒲を植えました。(K.T)

タテのカギ

- 1 連想ゲーム。乾燥・ラクダ・サハラ。
- 2 南⇄〇〇。
- 3 7÷3。商は2、〇〇は1。
- 4 シューズ
- 6 予約の団体客で一般客はお断り。
- 8 ラジオの視聴者。
- 11 笑うと頬にできる。
- 12 溺れる者は〇〇をもつかむ。
- 14 焼肉。舌はタン。心臓は？

ヨコのカギ

- 1 旧暦の五月。
- 3 フラビ。わら灰で〇〇抜き。
- 5 香川県の県庁所在地。
- 7 火中の〇〇を拾う。
- 9 頭隠して〇〇隠さず。
- 10 木曾名産の漬け物、〇〇漬け。
- 12 獲物を捕る仕掛け。
- 13 杜甫と〇〇〇。唐の二大詩人。
- 15 ブタの脂。
- 16 サザエの〇〇焼き。



答え

ご応募は住所・名前・電話番号を明記の上、ハガキまたはメールで右記へお送りください(6月28日必着)。抽選で10名様に図書カードを進呈します。

◎はがき

〒381-2224 長野市川中島町原530-2
中島新聞店クロスワード係

◎メール

office@nakajimashinbun.com



今が旬! レタス生産量日本一は、長野県。2位をぐっと離してダントツです。そんな新鮮なレタスですが、生で丸ごと一つ食べ切るのはなかなか難しいですね。今回は、丸ごとレタスをおいしく食べ切る! レシピをご紹介します。 (クッキングコーディネーター・浜このみ)



行事と旬で食べる! 作る! このみの / **ハートピア キッチン**

レタス1枚があっという間に食べられる♪

レタスの肉巻き



材料 2人分

- レタスの葉(大) … 4枚
- 鶏がらスープの素 … 大さじ1
- 豚バラ肉薄切り … 4枚
- 塩、コショウ … 適量
- ゴマ油 … 大さじ1



作り方

- ① レタスの葉の内側に鶏がらスープの素を振り掛ける。レタスを8cm×3cmくらいに折りたたむ。(写真A)。
- ② 豚バラ肉には塩コショウをしておく。
- ③ レタスを豚バラ肉で包む(写真B)。4個できる。
- ④ フライパンにゴマ油を入れ、③を両面強火で焼き(写真C)、食べやすいように半分に切る。



味付けはシンプルですが、肉のかりかり感とレタスから出るジューシーとした油が食欲をそそります。レタスは折りたたんで加熱すると、1枚を簡単に食べ切れますね。

汁の予熱でレタスがしんなり

材料 2~3人分

- レタス … 100グラムくらい
- ベーコン … 80グラム (5cm幅に切る)
- エノキタケ … 100グラム
- 水 … 4カップ
- コンソメ顆粒 … 大さじ1
- 酒 … 大さじ1
- しょうゆ … 大さじ1/2
- 黒粒コショウ … 適量

レタスの洋風スープ

作り方

- ① 丼の周りや底にレタスを敷きつめる。(写真A)
- ② 鍋に水とエノキタケを入れて(写真B)、沸騰したらベーコンを加えて、コンソメ顆粒、酒、しょうゆ、黒粒コショウで味を付ける。
- ③ ②を①に注ぎ(写真C)、レタスがしんなりしたら、取り分けて食べる。



レタスは加熱するとかさが減ってたくさん食べることができます。今回は汁の予熱でしんなりしたレタスを食べます。具材はこのほかにもいろいろ応用できます。一人ずつ器にレタスを敷いてもいいですね。

WEB ホームページでも **レシピ公開中!**

浜さんのおしゃれな料理をカラーで閲覧できます。作り方の写真も満載です。



<http://nakajimashinbun.com/kitchen/>