

# クイズに答えて食事券をGet!!しよう 広報こもろクイズ

## ▶今月のクイズ

2月に常盤館から小諸市動物園に歩いて引越してきたポニーとミニチュアホースの名前は「●●」と「▲▲▲」?

## ▶今月のプレゼント

**kozorite** (コゾリテ) (大手 1-4-7)

「マシンで入れるこだわりのエスプレッソ」を

**10名様にプレゼント!**

※プレゼントの食事券は、小諸飲食店組合加盟店様のご厚意によるものです。



「医療と福祉の目と手でつくる食事の場」kozorite(コゾリテ)です。朝食と夜はカウンターバーで、小諸の健康に役立つ「地中海食」とつながりをご提供します。コーヒー1杯から、おひとりでも。お待ちしております。

【営業日時】金曜 17:00～22:30

土曜 7:00～9:00、17:00～22:30

日曜 7:00～9:00、17:00～22:00

月曜 6:30～8:30



詳細はインスタから▲

## ▶応募方法

クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号・広報こもろを読んだの感想(あれば可)を記入のうえ、はがき・FAX・電子申請のいずれかで、4/30(水)必着でご応募ください。(一世帯1通に限ります。)

※当選者発表は、食事券の発送をもって代えさせていただきます。

## ▶応募・問い合わせ先

〒384-8501 (所在地記載不要)

小諸市役所 企画課 FAX 23-8766

(右二次元コードから応募可能)

【先月号の答え】日高慎一郎さん、岡山千紗さん



## ▶小諸飲食店組合 食事券提供特別企画

広報こもろクイズ提供店12店で使える食事券2,000円分を、抽選でプレゼント!(合計15名様)

(提供:小諸飲食店組合)

2025年1月～12月の一年間、食事券当選者を除いた全正解者の中から抽選で賞品が当たります。(毎月1通、年間で12通の応募が可能。食事券が1回当たった場合、残りの11通が抽選対象。)

# 食べる 人参ドレッシング

おいしく食べよう!

こもろの野菜

小諸市にはおいしい野菜が沢山あります。各直売所では、季節ごとに採れたて新鮮野菜を売っています。おいしい地元野菜・食材をたくさん食べて頂くため、今年度は「旬の野菜を使ったレシピ」を紹介します。

4月は、小諸特産の菜の花油を使ったドレッシングをご紹介します。

抗酸化作用のあるビタミンEが豊富で、クセのない油です。サラダやきのこ、肉・魚料理に合いますよ～。

簡単にできますので、ぜひ作ってみてください。

清潔な容器に入れ、冷蔵庫で保存し、2～3日で使いきるようにしましょう。

## ■材料 (作りやすい量)

人参	1/2本 (約75g)
玉ねぎ	1/10個 (約20g)
菜の花油	大さじ2
酢	大さじ1
砂糖	小さじ1
レモン汁	大さじ1/2～1

約150ml  
(3/4カップ分です)

## ■作り方

- ① 人参・玉ねぎはよく洗い、皮を剥いてすりおろす(フードプロセッサー等でもよい)
- ② Aを入れてよく混ぜる

\*お好みで、塩、こしょう、粒マスタードなどでアレンジしてみてください。

\*菜の花油は、市内の直売所で販売しています。

菜の花油がない場合は、他の油でも代用可能です。

☎ 健康づくり課 保健予防係

子育てを応援するフリーマガジン [ママモ]

# mamamo

ママモ71号は4月下旬配布予定です!

特集

・保育園、幼稚園に入ってから心配ごと  
・地元スーパーの押し商品

お便り、お写真など投稿募集中 → <http://mamamo.info/> 右のQRからもどうぞ。

企画・編集・発行:株式会社アイク 佐久市猿久保805-1 TEL.0267-66-6660 FAX.0267-66-6661

小諸市内をはじめ  
佐久地域の  
幼稚園・保育園で  
園児一人一人に  
無料配布しています!

mamamoの  
**LINE**



QRより「お友だち追加」  
をお願いします!

●「お友だち追加」でうれしい特典●

① ママモの表紙モデルに  
応募できる!

② 会員さん限定のお得な  
情報をゲット! などなど...

