

# くろしおっ子の学校給食

## 春煮物



フキはハウス栽培もされていますが、天然のものは3～5月に旬を迎え、まさに今が食べ時です。4月は新生活や仕事の年度初めということもあり、慌ただしくなります。忙しい時期ですが、この春煮物を食べて、ほっと一息ついて春を感じてもらえたらと思います。

### 【作り方】

- ①たけのこ、フキ、厚揚げをひとくち大に切る。にんじんはイチョウ切り、じゃこ天は短冊状に切る。
- ②①をにぼしでだしをとっただし汁に入れ、調味料を加えて煮る。

### ○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201(直通)  
佐賀学校給食センター ☎55-2166(直通)

### ●材料(4人分)●

たけのこ水煮	80g
フキ	60g
厚揚げ	80g
にんじん	40g
こんにゃく	60g
じゃこ天	20g
にぼし	1g
水	140g
酒	0.5g
砂糖	16g
みりん	5g
こいくち醤油	15g
うすくち醤油	15g

## 土佐西南パークゴルフ協会 北海道との交流大会

日時:3月9日(木) 場所:土佐西南黒潮パークゴルフ場  
集合:午前9時 開始:午前9時半

成績	氏名	A-1	B-1	小計	A-2	B-2	HC	総計
優勝	橋田香苗	25	29	54	27	26		107
準優勝	澳本 修	26	32	58	25	28		111
3位	松田 哲	30	25	55	26	31		112
4位	小野みね	26	34	60	24	32	-4	116
5位	筒井康夫	27	27	54	29	30		113
6位	森近陽一	26	31	57	30	30	-4	117
7位	茶畑すみ子	28	29	57	29	31	-4	117
8位	峰岸広美	25	31	56	30	28		114
9位	佐田幸一	26	30	56	26	32		114
10位	尾崎良二	28	31	59	24	32		115

ベストスコア: Aコース 24点 — 尾崎良二、小野みね  
Bコース 25点 — 松田 哲  
ホールインワン: Aコース 5番 植野 初男  
Bコース 2番 伊藤日出男

※総計同点、カウントバック方式とする。

※カウントバックの優先順位は、合計・計・2小計・B2・A2・1小計・B1・A1とする。



IT'S WONDERFUL KUROSHIO TOWN

## 黒潮町ケーブルテレビ 4月番組予定表

IWKTVで高知FDを応援しよう!!

番組	放送時間
番組案内	6:00 10:30 15:00 19:30
IWKNEWS	6:05 10:35 15:05 19:35
おしえて食改さん	6:20 10:50 15:20 19:50
黒潮町版健康体操～ロココ体操～	6:30 11:00 15:30 20:00
行政チャンネル	6:45 11:15 15:45 20:15
防災チャンネル	6:55 11:25 15:55 20:25
えいちゃ! 知っ得! くろしお町	7:05 11:35 16:05 20:35
耳をすまして	7:15 11:45 16:15 20:45
図書館どうでしょう	7:30 12:00 16:30 21:00
ザ☆黒潮人	7:35 12:05 16:35 21:05
お話玉手箱	7:50 12:20 16:50 21:20
くろしお☆チルドレン	8:05 12:35 17:05 21:35
JCC三人娘が行く	8:15 12:45 17:15 21:45
サイエンスチャンネル	8:25 12:55 17:25 21:55
Kochi on TV!	8:40 13:10 17:40 22:10
片さんのFish!おふ	9:40 14:10 18:40 23:10
ショッピングチャンネル	24:00～6:00

IWKTV加入についてのお問い合わせは  
光ネットワークサービスセンター まで  
営業時間 9:00～17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

**FREE 0800-200-1373**

番組内容の更新は、毎週水曜日の15:00です。

## お知らせ

### ◆四国アイランドリーグplus公式戦

- 4月1日(土) 18:00～ 高知FD 対 福岡SB  
【予備日】  
4月4日(火) 18:00～ 高知FD 対 福岡SB
- 4月2日(日) 13:00～ 高知FD 対 福岡SB  
【予備日】  
4月3日(月) 13:00～ 高知FD 対 徳島IS

※いずれの試合も、放送は試合開始15分前からです。  
※放送内容などは、予告なく変更となる場合があります。

### ◆みんなの情報募集中!!

IWKTVでは、私の周りの面白い人、地域の取り組み、珍しいものなど。  
町民のみなさんからの色々な情報などを募集しています。

注) 放送内容などは予告なく変更する場合があります。「電子番組表」で正確な内容が確認できます。

IWKTVの放送時間・番組などに関するお問い合わせは 黒潮町役場 本庁 情報防災課 情報推進係 または IWKTV制作室まで

**【情報推進係】 ☎43-2188 | 【IWKTV制作室】 ☎43-0500**  
(課直通)