



長崎県のおいしい食材を使ったヘルシーな料理を紹介します

ながさきレシピ

川棚町特産の小串トマトのソースでそうめんをイタリア風にアレンジ

「トマトとそうめんの冷製パスタ風」



材料 (2人分)

- ◎そうめん 2束 ◎オリーブオイル 少々 ◎塩 少々
- ◎コショウ 少々
- [ソース]
- ◎トマト 1個 ◎オリーブオイル 50cc ◎ニンニク 少々
- ◎レモン汁 少々 ◎ハチミツ 少々 ◎塩 少々 ◎コショウ 少々
- [トッピング]
- ◎トマト 1/4個 ◎キュウリ 1/2本 ◎赤たまねぎ 1/4個
- [飾り] (お好みで) デイルやオリーブオイルなど

つくり方

- ① トマトを熱湯に10秒間つけたあと、氷水で冷やしてきれいに皮をむく
- ② ①のトマトとソースの材料をミキサーで混ぜてソースを作る
- ③ たっぷりのお湯でそうめんをゆで、よく水洗いをした後、水気を切り、オリーブオイルと塩、コショウを混ぜて味を整える
- ④ トッピングの野菜をすべて5mm角に切り、混ぜておく
- ⑤ 器に②のソースを流し、③のそうめんを盛ってから④をトッピングして、飾りに乗せたら出来上がり

【今月の食材】

小串トマト

大村湾に面した川棚町小串郷で作られている「小串トマト」は、トマト本来の味と風味が強く、甘くておいしいことで有名です。



滑らかな食感を出すために、トマトは必ず湯むきをしてください。

作ってくれたのは
料理人 坂本 洋一 さん

料理コンテストでの上位入賞のほか、優れた技能者長崎県知事表彰など受賞歴多数。テレビ番組や料理教室、学校授業などで食の大切さや料理の楽しさなどを伝えている。



すくすくいきいき

福祉・医療・子育ての情報発信



安全な出産とお子さんの健やかな成長をサポートします

安全な出産と子どもの健やかな発育を支援するため、長崎県周産期医療支援システム「すくすく」を運用しています。産前産後を安心して過ごすため、「すくすく」を利用しませんか。

長崎県周産期医療支援システム「すくすく」とは？

妊婦の健康状態や新生児の発育状況を記録するオンラインシステムで、妊娠初期から産後1カ月までの記録を管理します。

こんな時、「すくすく」が役に立つ！

- ・妊婦健診時に情報を記録することで、胎児の成長をグラフで分かりやすく確認できます。
- ・赤ちゃんが未熟児で生まれそうな時、搬送先の病院に経過記録がすぐに送付されるため、迅速で正確な診療を受けられます。

「すくすく」を利用するには？

システムに参加している医療機関の初診時に登録(無料)を行います。(大村市在住の方は母子手帳の発行時に登録できます。)

問合せ 県の医療政策課 ☎095-895-2461 [長崎県 すくすく](#) 検索

「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」世界文化遺産登録を記念した貨幣セットと特殊切手が発売!



3月15日、独立行政法人造幣局の岸直道理事から中村知事へ、「世界文化遺産貨幣セット(長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産)」が贈呈されました。

このセットは、世界遺産登録を記念して発売されたもので、平成31年銘の未使用硬貨6種類と本遺産のシンボルマークが刻まれた丹銅製のメダル1枚が収められています(販売申込受付は終了しました)。

また、7月には日本郵便株式会社から特殊切手「世界遺産シリーズ第12集」が発行されます。12の構成資産を題材とした10種類の82円切手からなる切手シートで、全国の郵便局で切手1枚から購入できます。手紙を送る際には、長崎が誇る世界文化遺産をあしらった本切手を利用してはいかがでしょうか。



問合せ 県の世界遺産課 ☎095-894-3171 [潜伏キリシタン遺産](#) 検索

スタートアップ集積交流拠点「CO-DEJIMA」が3月26日、オープンしました!

「CO-DEJIMA」は、成長が見込まれるスタートアップ企業や今後スタートアップ企業の立ち上げ等を目指す方、企業、大学、金融機関などさまざまな人材が交流し、アイデアや技術を高め合うことで、新たなサービスを形にするための拠点です。室内には、セミナーやワークショップを開催できるエリア、ミーティングスペースやカフェ、図書等のコーナー、有料の固定ブース(5席)などを備えています。

今後、県内外の先駆的なスタートアップ企業によるセミナーや交流会等のイベントを開催していきます。詳しくは「CO-DEJIMA」のホームページをご覧ください。

※スタートアップ企業: 新たなビジネスモデルで成長を目指す企業のこと

開館時間: 火～土曜日 12時～20時
(日曜日、祝日、月曜日、年末・年始を除く)
※固定ブース利用者は24時間出入室可能
所在地: 長崎市出島町2-11(出島交流会館2F)



CO-DEJIMA

「CO-DEJIMA」という名称には、所在地である出島(DEJIMA)からさまざまな「CO(共に)」を生み出したいという思いが込められています



問合せ CO-DEJIMA事務局((公財)長崎県産業振興財団内) ☎095-800-1390 [CO-DEJIMA](#) 検索