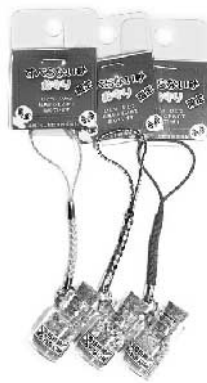


# 土佐くろしお鉄道 NEWS

受験生のための土佐くろしおオリジナル「すべらない砂」発売・無料配布中

本年も土佐くろしお鉄道オリジナル「すべらない砂」を12月1日から配布・販売しています。配布や販売期間は次のとおりです。受験生の皆さん、お守りとしていかがですか？



## 無料配布

受験のための切符や定期券購入者(中学3年生、高校3年生)に対し、中村駅と宿毛駅窓口にて、3月31日まで配布

## 販売

中村駅売店と宿毛駅窓口にて1月31日まで販売

## 販売価格

1個300円(税込)  
※郵送などによる販売も受け付けています。

問 土佐くろしお鉄道 営業課

☎ 35-4962

## 土佐入野駅にクリスマスツリー

12月11日、土佐入野駅で大方中央保育所の園児によるクリスマスツリーの飾り付けが行われました。園児たちは事前に保育所で作ってきた飾り付けをツリーに飾ったり、サンタクロースも駆けつけてくれ、クリスマスの雰囲気を楽しみました。  
飾り付けをした後は、列車に乗り中村駅に行き、列車格納庫の中を見学。間近に見る列車に園児たちは興味津々の様子でした。



列車の格納庫前で職員の方が園児に車内でのマナーや安全確認などの話しをしました。

## 蜷川そば打ち体験

12月12日、であいの里蜷川で土佐くろしお鉄道主催の「お!!なか・すくウォーク&ツアー」蜷川そば打

ち体験」が行われました。

参加者は土佐くろしお鉄道を利用し、土佐上川口駅からであいの里蜷川までウォーキング。当日は天気も良くそれぞれのペースで気持ち良くウォーキングができました。

であいの里蜷川に到着後、地元で収穫したそばの実を使ってそば打ち体験。昼食にそばを食べ、駅までウォーキングして帰りました。  
土佐くろしお鉄道では、沿線からさまざまな方面を歩いて感じる旅を企画しています。地域のイベ

ントや見どころをめぐる旅は毎回大好評です。

問 土佐くろしお鉄道 営業課

☎ 35-4962



先生のそばの打ち方を真剣に見る参加者。

# くろしおっ子の学校給食

## れんこんきんぴら丼



冬場が旬のれんこんです。れんこんのビタミンCは熱に強いので、残さず食べると風邪に負けない強い体を作れますよ。

## ●材料(4人分)●

- 米 2合分
- れんこん 120g(小1節)
- たまねぎ 80g(1/2個)
- にんじん 80g(1/2本)
- 糸こんにゃく 30g
- 豚ミンチ 200g
- 酒 小さじ2
- 油 小さじ1
- ごま油 小さじ1
- ねぎ 20g
- A { 砂糖 大さじ1/2
- 濃い口しょうゆ 大さじ2
- みりん 小さじ1

## 〔作り方〕

- ①れんこんと玉ねぎは薄くスライス、にんじんは短冊切り、糸こんにゃくは2~3センチに切る。
- ②フライパンを熱してごま油をなじませたら、酒をふった豚ミンチを入れて炒める。
- ③肉の色が変わったら、①で切りそろえた具材を加え、よく混ぜて炒める。
- ④Aの調味料で味をととのえ、炒め煮る。
- ⑤汁気がなくなったら、ねぎを散らして炊き上がったご飯の上に乗せる。

## ○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)