



1/マリエントの水槽を泳ぐカメ吉 2/マリエント前での見送り
 3/もぐらんぴあでカメ吉の到着を待つ子どもたち 4/おかえり!カメ吉 5/トンネル水槽を泳ぐカメ吉

震災から5年
もぐらんぴあに里帰り

震災

災で全壊し、飼育していた地下水族科学館もぐらんぴあ。そんな中、震災を奇跡的に生き抜いたアオウミガメ「カメ吉」は、八戸市水産科学館マリエントに預けられていました。

3月21日、小林眞八戸市長をはじめ、たくさんの人たちの見送りを受けてマリエントを旅立ったカメ吉。5年ぶりに里帰りしたもぐらんぴあでも、子どもたちの笑顔で迎えられました。もぐらんぴあの再開まであと少し。一回り大きくなって、元気に帰ってきたカメ吉にも会いに来てください。



久慈でもみんなを笑顔に!

マリエントカメ吉の飼育担当 渡辺 徹さん

寂しい気持ちもありますが、元気に帰ることができてホッとしています。八戸のみんなにも勇気と笑顔くれたカメ吉。もぐらんぴあでもたくさんの人を笑顔にしてほしいです!

いきいきキッチン

久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3315

鶏肉のレモン焼き

- 材料(2人分) 【1人分…185kcal/食塩相当量 1.1g】
- 鶏むね肉……………140g アスパラガス……………60g
 - 塩……………小さじ1/6 赤ピーマン……………30g
 - コショウ……………少々 ジャガイモ……………80g
 - レモン(薄半月切)…3~4枚 塩……………小さじ1/6弱
 - 粒マスタード……………小さじ1



- 1 鶏むね肉に塩・コショウをふり、レモンをのせる
- 2 アスパラガスは2~3等分に、赤ピーマンは乱切りにする
- 3 ジャガイモは一口大に切ってゆでる。やわらかくなったら湯を捨てて、鍋をゆすりながら水分をとばす。ひとつまみの塩をふり粉ふきいもにする
- 4 2に残りの塩をふりかけ、1と一緒に天板に並べてグリルで8~10分焼く
- 5 器に盛り、3とマスタードを添える

POINT レモンとマスタードの風味で減塩しましょう

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、栄養教室や離乳食指導などの食育活動を行う市食生活改善推進員。委員の皆さんが、手軽でおいしい郷土料理や、旬の食材を使った料理などを紹介するコーナーです

地下水族科学館

もぐらんぴあ

4月23日(土) オープン!

◆オープニングセレモニー 10時~

◎利用料金
 大人 / 700円
 高校生・学生 / 500円
 中学生以下 / 300円(幼児無料)

◎休館日
 毎週月曜日(祝日を除く)
 1月1日・12月31日

◎開館時間
 4~10月: 9時~18時
 11月~3月: 10時~16時

