



千島団地の魅力を動画で配信

TAISHO☆UP ショートムービー公開中!

千島団地(大阪市大正区)を舞台に、大正区、株式会社フィル、URのコラボで街の活性化に取り組む「TAISHO☆UPプロジェクト」。若者が集う新たな聖地となるべく「DIY」「音楽」「スポーツ」の3つのテーマを軸に、気軽に使えるDIY工房やバンドの練習も可能なスタジオの整備など、プラットフォームの整備が着々と進んでいます。



さまざまなプロジェクトが進行中、千島団地の魅力をより効果的に伝えるためのショートムービーも制作中。ヒップホップ調の楽しい動画や、男女の1日を切り取った心温まるストーリーなどバリエーション豊かな動画

がそろっています。TAISHO☆UP (<http://www.ur-net.go.jp/kansai/taishoup/movie/>)の特設サイトからぜひご覧ください。



武庫川団地はゴルフ場だった!? ベイコム「ジモレキTV」ロケを実施

株式会社ベイ・コミュニケーションズが放送する歴史番組「ジモレキTV」。2月28日、「武庫川団地はゴルフ場だった!？」



かつてのゴルフ場の痕跡は、はたして見つかったのか?

をテーマに、番組ロケが行われました。武庫川女子大学の丸山健夫教授とリポーターの関明日香さんが、競馬場からゴルフ場、そして飛行機工場へと、武庫川団地の敷地がたどった歴史をひも解きます。

放送は4月24日~30日、毎日20時から。ベイコム12チャンネル*で視聴できます。

※視聴可能エリア: 尼崎・西宮・伊丹市、大阪市西部8区(西区、福島区、大正区、此花区、港区、浪速区、西成区、住之江区)全域と2区(北区、中央区)の一部

食卓を鮮やかに 彩りレシピ



Recipe: 1



うまみはソースで残さずいただく

アサリとキャベツのグラタン

材料 2人分 調理時間 約20分 エネルギー 244kal (1人分)

アサリ(殻付き・砂出ししたもの) 200g ※ 牛乳 1/4カップ
白ワイン 大さじ2 ※ 生クリーム 1/4カップ
キャベツ 4枚 塩、コショウ 少々
パン粉 大さじ1
バター 10g
パセリ 少々
赤パプリカ 少々

作り方

- 1 アサリは殻をこすり合わせるようにして水洗いし、鍋に入れる。白ワインをふり、ふたをして中火にかけて蒸し煮にする。アサリの口が開いたら取り出してむき身にし、蒸し汁はこしておく。
- 2 キャベツは幅1cmのざく切りにする。
- 3 鍋にアサリの蒸し汁とキャベツを入れてふたをし、蒸し煮にする。キャベツがしんなりしたら※を加えて煮る。煮汁がキャベツにからむ程度になったら、塩・コショウで味を調整してアサリの身を加える。
- 4 バターを塗ったグラタン皿に3を入れ、パン粉をふる。残りのバターを細かくしてのせ、みじん切りにしたパセリと赤パプリカを散らす。
- 5 オーブントースターに入れて7~8分、少し焦げ目が付くぐらいに焼く。



すぐに完成・もう一品! フキのペペロンチーノ

材料 2人分 調理時間 約10分 エネルギー 100kal (1人分)

フキ(水煮) 80g オリーブ油 大さじ1
ナガイモ 8cm 塩、コショウ 少々
ニンニク 1/2カケ 木の芽 少々
トウガラシ 小1本

作り方

- 1 フキは長さ4~5cmに切り、ナガイモは長さを半分にしてフキと同じぐらいの太さに切る。
- 2 ニンニクは薄切りにし、トウガラシは種を取り除いて輪切りにする。
- 3 フライパンにオリーブ油と2を入れて熱し、香りが出たら1のフキとナガイモを加えてよく炒め、塩・コショウで味付けし、ちぎった木の芽を加える。



PRESENT 読者プレゼント

アンケートにお答えいただいた方の中から、抽選でご希望の商品をプレゼント!

1.



5名様

株式会社ピエトロ
ドレッシング「レモンとたまねぎ」
「和風しょうゆ」、パスタソース「博多明太子カルボナーラ」のセット
レモンの風味がさわやかな新ドレッシングと、辛子明太子とカルボナーラを組み合わせたパスタソースの新商品を、定番の和風しょうゆドレッシングとの3点セットでプレゼント。
<http://www.pietro.co.jp/>

2.



5名様

パナソニック株式会社
体組成バランス計
場所を選ばずすっきり置けるコンパクトサイズ。乗るだけで電源が自動で入り、体重や体脂肪率などをすばやく測定、記録します。
<http://panasonic.jp/taisosei/>

3.



5名様

大阪観光局
大阪周遊パス(1日券)
大阪市内の電車・バスに1日乗り放題! 観光スポット約35ヶ所が無料になり25施設と67店舗で特典を受けられる、大阪観光のベストアイテム!
<http://www.osaka-info.jp/osp/jp/index.html>

応募方法は7面をご覧ください。