

さわやか品子活動報告

# OWLS

謹賀新年

**PROFILE**

**つちや品子** [つちや しなこ]

外務委員長 衆議院議員

聖心女子大学文学部歴史学科卒業、香川栄養専門学校卒業  
料理研究家としてテレビ・雑誌・講演や執筆等で活躍  
国際学院埼玉短期大学客員教授  
平成8年10月衆議院選挙で埼玉13区より初当選。現在6期目  
厚生労働副大臣、環境副大臣、外務大臣政務官、党幹事長  
党公務検査副会長などを歴任  
資格：栄養士、製薬衛生士、調理師、ホームヘルパー2級

■編集・発行：つちや品子 後援会/Tel 03-344-0062 春日都市柏原2-3-40-101/電話 048-761-0475/FAX 048-763-3475/E-mail otayori@owls.co.jp/つちや品子ホームページ URL http://www.owls.co.jp/shinako

## つちや品子 衆議院議員 6期目の決意



謹啓 初冬の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

平素は、私の政治活動に対しまして格別のご芳情にあずかり、厚く御礼申し上げます。

この度の、衆議院総選挙におきましては、大義なき解散といわれた状況の中で、お陰をもちまして、小選挙区において六回目の当選を、九万票を越える得票で果たすことができました。これも偏に皆様方のご厚情の賜物と心から感謝申し上げます。

これから、来年度予算案の審議に携わって参りますので、どうか倍旧のご支援とご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。国政におきましては、これまでの政策課題を着実に進めるべく、より一層の研鑽を重ね皆様のご期待に応えるよう精一杯働く決意でございます。

平成27年1月吉日 外務委員長 衆議院議員

土屋品子

## 衆議院 外務委員長に就任



この度、第188回(特別)国会が開会し、去る12月25日の衆議院において、常任委員長の選任があり「外務委員長」に就任しました。これもひとえに永年にわたる皆様方のご支援ご協力の賜物と心より厚くお礼を申し上げます。

我が国を取り巻く重要な外交課題が山積する中、立法府の立場から全力を尽くしていく覚悟でございます。

今後とも国政の場で、埼玉県第13選挙区の代表としても頑張ってまいりまので、皆様方のご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。

### 健康の秘訣は野菜中心食、毎日多食し成人病のリスクを軽減しましょう

1日に必要な野菜摂取量の目安は350gですが、平均295.3gとなっています。食材にめざたり、加熱したり、一工夫して美味しく野菜を摂りたいものです。春サラダのドレッシングに使う梅は5粒でレモン1個分のビタミンCが含まれています。果物類も上手に活用したいものです。

### 野菜たっぷり水ぎょうざ



※この基本のぎょうざは、スープ仕立てにしたむじうどんに入れたひととぶ肉を利かせて

#### 材料作り方 4人分

豚ひき肉 100g／貝用のキャベツ 100g／しょうがのみじん切り 小さじ2／胡麻油 小さじ2／卵1/2個／片栗粉 小さじ2／ざらしうの皮(大判)2枚／つけ合わせ用キャベツの葉 2~3枚【タレ】豆板醤(レモンソース)  
ねり胡麻 大さじ2／砂糖 大さじ2／酢 大さじ1／四川豆板醤 小さじ1／砂糖 小さじ2  
または柚子皮(大)1/2個、白菜等好みの材料で、タレに味があるため具材には適宜使用にて  
※タレは、からし酢醤油、ポン酢など好みのもので

- ①キャベツはみじん切りにし、豚ひき肉と合わせ粘りが出まるまで混ぜ、しょうがのみじん切りと胡麻油、卵、片栗粉を入れ更に良く混ぜる。
- ②ぎょうざの皮、20枚で①の具を包み、湯で。(沸騰すると浮き上がるが、中のキャベツに火が通るよう湯でる)
- ③付け合わせキャベツは適当な大きさにちぎり、ぎょうざと一緒にゆでる。
- ④タレ用の材料を良く混ぜ合わせ、熱いうちに供する。

## SHINAKO'S KITCHEN

今回は 水餃子よっ !!

