

＼かわいい！＼ おまえぎのたから **10**月 生まれの 元気な子



てんじん ひまり
天神 日鞠ちゃん1歳
(桜ヶ池)



みどりかわ れん
緑川 蓮くん1歳
(大山)



しみず ふつま
清水 楓真くん1歳
(佐倉二区)



こいけ ゆの
小池 柚乃ちゃん2歳
(佐倉一区)



たてまつ ひだか
立松 陽高くん3歳
(東町)

かわいい笑顔を募集します。
対象：12月生まれの1歳～
3歳児で、本コーナーへ掲載
されたことのない子

申込期間：11月9日(月)、10日(火)
の2日間、8時15分～17時
(最大8枠。先着順)

◆申込先：総務課
☎0537-1132

コロナウイルスを予防しよう!!



2m



“御前崎をたべよう!”



サツマイモは食物
繊維がたっぷり♪
デザートにどうぞ

サツマイモとリンゴの甘煮

材料(4人分)

- サツマイモ……………1本
- リンゴ……………1/2個
- バター……………20g
- A 水……………1カップ
- 砂糖……………大さじ2
- B 塩……………ひとつまみ
- レモン汁……………40ml

◆シナモンパウダー お好み
▶1人分=152kcal

作りかた

- 1 サツマイモを1㍉幅の輪切りにする。リンゴは芯を取り、皮ごと5㍉幅のいちょう切りにする。
 - 2 鍋にバターを入れて中火にかけ、1を軽く炒める。
 - 3 Aを加えて沸騰したら、極弱火にし、全体を混ぜ合わせながら10分間煮る。
 - 4 Bを加えてひと混ぜ。味を整える。
- ◆シナモンパウダーはお好みで。

