

＼かわいい！＼ おまえぎのたから

4 月
生まれの
元気な子



すぎやま さな
杉山 佐名ちゃん1歳
(大山)



いせき おうり
井磧 咲更くん2歳
(女岩区)



おき れんや
沖 蓮也くん2歳
(門屋)



での ひなこ
出野日奈子ちゃん2歳
(中原区)



いわもと かいと
磐本 凱士くん2歳
(下岬区)



たなか いろは
田中 彩吾ちゃん3歳
(塩原)

かわいい笑顔を募集します。
対象：6月生まれの子 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：5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



～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！ 御前崎をたべよう！



そのまま食べてもおいしいイチゴですが、ジャムにしてパンやヨーグルトと合わせてもいいですね。

イチゴまるごと低糖質ジャム

材料

- イチゴ.....150g
- 顆粒低カロリー甘味料.....14g
- レモン汁.....小さじ1

▶ 1人分 = 67kcal
食塩相当量 0.0g

◆今月のレシピに使われている特産品：イチゴ

作りかた

- 1 イチゴはよく洗ってから水気を拭き取る。
- 2 ヘタを切り落とし、ヘタから1㍉程の深さの切り込みを入れる。
- 3 耐熱ボウルに2と低カロリー甘味料、レモン汁を入れてよく混ぜ、ラップをかけずに電子レンジ(600W)で2分加熱する。
- 4 サッと混ぜ合わせて粗熱を取る。

