

＼かわいい！＼ おまえぎのたから

8月
生まれの
元気な子



たかし みず ひまり
清水 陽葵ちゃん3歳
(桜ヶ池)



すずき しど
鈴木 紫斗くん3歳
(朝比奈原)



かね たけひろ
金子 雄洋くん3歳
(大山)



ますだ あさひ
増田 旭牙くん2歳
(白羽)



さいとう もか
齊藤 如花ちゃん2歳
(新野南)



みずの あおば
水野 碧巴くん1歳
(東町)

かわいい笑顔を募集します。
対象：10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：9月5日(月)、6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！



トマトもずく酢

トマトにはリコピンが豊富に含まれています。アボカドとあわせて、美肌効果が期待できます。

材料 (4人分)

- トマト.....1個
- アボカド.....1個
- タマネギ.....1/8個
- もずく酢.....1パック
- おろししょうが.....小さじ2

作りかた

- 1 タマネギは薄切りにし、おろししょうがとともにもずく酢に漬けておく。
- 2 アボカドとトマトはそれぞれ2cm角に切る。
- 3 2に1を加えてあえる。

▶ 1人分 = 70kcal
食塩相当量 0.5g

◆今月のレシピに使われている特産品：トマト

