

# ＼かわいい！＼ おまえぎのたから

2月  
生まれの  
元気な子



おがさわら えま  
小笠原 咲菜ちゃん3歳  
(白浜区)



まつもと いぶき  
松本 依路ちゃん3歳  
(東町)



しんじりょうへい  
進士 椋平くん2歳  
(塩原)



さくらい つむぎちゃん2歳  
(下朝比奈)



いむら ゆいと  
伊村 結生人くん1歳  
(佐倉二区)

かわいい笑顔を募集します。

対象：4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：3月6日(月)、7日(火)の2日間、8時15分～17時(最大8枠。先着順)

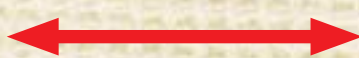
◆申込先：総務課

☎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！

旬のイチゴはビタミンCたっぷり！肌や粘膜の潤いを保ち、免疫力を高めて身体の調子を整えましょう。



イチゴとカステラのトライフル

### 材料（4人分）

- イチゴ……………12個
- バナナ……………適量
- ブルーベリー……………適量
- カステラ(スポンジケーキでも可)……………200g
- 生クリーム……………100ml
- 砂糖……………大さじ1

### 作りかた

- 1 カステラは1.5等分に切る。イチゴは飾り用4個を縦4等分、残り8個は細かく切る。バナナは食べやすい大きさに切る。
- 2 ボウルに生クリームを入れ、砂糖を加えて角が立つまで泡立てる。
- 3 生クリーム半量に1のイチゴ(飾り用以外)を加えてよく混ぜる。
- 4 器に1～3とブルーベリーを層にして盛りつける。

▶ 1人分 = 285kcal 食塩相当量 0.1g

◆今月のレシピに使われている特産品：イチゴ

健康づくり課・御前崎市栄養友の会

2023.2  
No.226

おまえぎのたから

発行／御前崎市役所 編集／総務課 〒437-1692静岡県御前崎市池新田5595 電話／0537-1132 FAX／0537-1136  
ホームページ／https://www.city.omezaki.shizuoka.jp x-ll / somu@city.omezaki.shizuoka.jp x-ll / somu@city.omezaki.shizuoka.jp

