

＼かわいい！＼ おまえぎのたから 11月 生まれの 元気な子



まつい かのん
松井 花穂ちゃん3歳
(新神子区)



かわらさき うた
河原崎 詩くん2歳
(東町)



まつした めい
松下 芽彩ちゃん2歳
(合戸)



なかじま かえで
中嶋 楓くん2歳
(上朝比奈)



くればやし せな
紅林 聖奈ちゃん2歳
(本町)



えだむら えいじろう
枝村 栄次郎くん2歳
(新神子区)



なかやま ゆな
中山 夢菜ちゃん1歳
(本町)



かわいいな〜！
みんなすくすく元気に
大きくなってるね！

かわいい笑顔を募集します。
対象：1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：12月4日(月)8時15分
～22日(金)17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶
照会：総務課
☎0537(8)1132



～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！ 御前崎をたべよう！

時短で簡単♪
お弁当に入れると喜ばれ
る旬のサツマイモを使っ
たレシピです！



サツマイモのバター風味おにぎり

材料（4人分）

- サツマイモ……1本(200g程度)
- バター……………大さじ2
- ◆酒……………大さじ4
- ◆白だし……………大さじ3
- ◆水……………浸る程度
- 炊き立てご飯……茶碗4杯程度

作りかた

- 1 サツマイモは1cm角に切り、サツと水洗いして、バターを熱したフライパンで炒める。
- 2 1に◆の材料を加えてふたをし、煮込む。
- 3 2の水分がなくなる程度まで強火で炒め、炊き立てご飯と混ぜ合わせる。
- 4 お好みの大きさに握って完成。

▶ 1人分 = 386kcal
食塩相当量 0.6g

