

＼かわいい／ おまえぎのたから 2月 生まれの 元気な子



さかもと ひより
坂本 陽莉ちゃん3歳
(上岬区)



とみさか しゅう
富阪 柊くん3歳
(大山)



さかい ゆいと
酒井 結仁くん3歳
(中町)



たかつか かなた
高塚 奏多くん2歳
(中町)



すずき みう
鈴木 望生ちゃん2歳
(本町)



しのざき ゆいと
篠崎 結仁くん1歳
(合戸)



おかむら あいすけ
岡村 藍助くん1歳
(中町)



いとう らん
伊藤 蘭くん1歳
(東町)

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7日金8時15分
～21日金17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶
照会：総務課
☎0537-81132



～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！
プラス1品でバランスのよい朝食を



ちりめんじゃこやかかつお節を
入れても美味しい！

大根と水菜のサラダ
～柚子こしょうドレッシング～

材料（4人分）

大根……………1/6本(160g)
水菜……………1/2束
ツナ水煮缶……………1缶
◆柚子胡椒……………小さじ1
◆酢……………大さじ1
◆しょうゆ……………小さじ2
◆オリーブオイル……………小さじ2

▶1人分=46kcal
▶食塩相当量 0.88g

作りかた

- 1 大根は皮をむいて5cmの長さに細切りにし、塩少々(分量外)をまぶして5分ほど置いたら水気を絞る。水菜は3cmの長さにザク切りにする。
- 2 ボウルに◆の材料とツナ缶の汁を入れて混ぜ合わせる。
- 3 2に大根、水菜、ツナを加えて混ぜ合わせ、器に盛る。