

＼かわいい！／ おまえぎのたから **8**月 生まれの 元気な子



の がわぞうすけ
野川宗佑くん 1歳
(早苗町)



さとうふうか
佐藤風花ちゃん 1歳
(東町)



やぎたくと
八木巧翔くん 1歳
(東町)



まつい たいち
松井太一くん 2歳
(佐倉二区)



さぎさかそうせい
匂坂蒼生くん 2歳
(合戸)



ちばこうき
千葉光稀くん 1歳
(大山)

お子さんのかわいい笑顔を広報へ掲載しませんか。10月に誕生日を迎える1歳～3歳児で本コーナーへ掲載されたことのないお子さんを募集します。広報課へ電話でお申し込みください。(先着順)受け付けは**9月12日(月)8時15分～**となります。
☎0537⑨1132

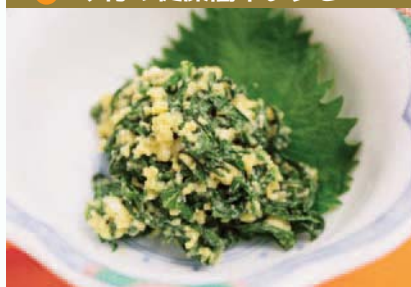


かわくち
川もあなちゃん 3歳
(佐倉二区)



さくらいてつた
櫻井隼大くん 2歳
(下朝比奈)

今日の健康簡単レシピ



大葉味噌の卵とじ

材料(1回分)

- 大葉……………40～50枚
- 卵……………1個
- 味噌……………大さじ1
- 砂糖……………大さじ1
- みりん……………大さじ2

- ①大葉をせん切りにし、水につけ灰汁をとる。
- ②卵を割り、ほぐしておく。
- ③鍋に味噌と砂糖、みりんを入れ火にかける。
- ④水を絞った大葉を入れ、よく混ぜ、卵を加え、火をとおす。

※食欲がないときのご飯のおともに。青じそはビタミン類、ミネラル類を多く含んでいます。古くから薬味としても使われ、さわやかな香りが暑い夏にぴったりです。

▶ 1回分 210 kcal

〈御前崎市健康づくり食生活推進協議会〉