



# ＼かわいい！／ おまえぎのたから

5月  
生まれの  
元気な子



みずたにひでと  
水谷秀人くん1歳  
(大山)



やぎ かんた  
八木歓大くん1歳  
(新谷区)



うえ た しゅう  
植田 柁くん1歳  
(下比木)



たかはし  
高橋ひまりちゃん2歳  
(新野東)



まつもとそう た  
松本蒼汰くん2歳  
(塩原)



わたなべゆいな  
渡部由菜ちゃん2歳  
(大山)



かわた まいく  
河田真育くん3歳  
(中町)



かわいい笑顔を募集します。  
対象：7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：6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：市役所総務課  
☎0537(0)1132

このコーナーは  
ケーブルテレビでも  
放送されるよ！



## 普段の食事に “野菜プラス1皿”



とんちゃん焼き

### 材料(4人分)

豚肉(焼き肉用) ..... 320g  
ニンニク ..... 1かけ  
ショウガ ..... 1かけ  
根深ねぎ ..... 1/2本  
パプリカ ..... 1/2個  
タマネギ ..... 1個  
油 ..... 大さじ2  
しょうゆ ..... 小さじ2  
みりん ..... 小さじ2弱

▶ 1人分=336kcal

- 1 ニンニク、ショウガをみじん切りにし、パプリカは種を取り、細切りにする。タマネギを食べやすい大きさに切り、根深ねぎを斜め切りにする。
- 2 鍋に油を熱し、ショウガ、ニンニクで香りを出す。
- 3 豚肉を入れ炒め、根深ねぎ、タマネギを加え火が通ったら、パプリカを加え炒める。
- 4 しょうゆ、みりんを味を調える。