



＼かわいい／

おまえぎのたから

7月
生まれの
元気な子



かわらさき なな
河原崎七菜ちゃん1歳
(朝比奈原)



ふじわら あゆと
藤原歩叶くん1歳
(大山)



くりやま かいと
栗山海翔くん1歳
(桜ヶ池)



かたやまれん な
片山蓮奈ちゃん2歳
(上比木)



たなか みう
田中美羽ちゃん2歳
(新野西)



たなか めい
田中萌己ちゃん2歳
(佐倉三区)

かわいい笑顔を募集します。
対象：9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：8月7日(月)、8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(05)1132



さきさかしん たろう
匂坂真太郎くん3歳
(大山)



はっとりぎんと
服部銀斗くん3歳
(佐倉三区)

このコーナーはケーブルテレビでも放送されます。

普段の食事に “野菜プラス1皿”



カボチャのミルク
そぼろ煮

材料(4人分)

カボチャ 200g
牛乳 200cc
めんつゆ(3倍濃縮)
..... 大さじ1.5
鶏ももひき肉 60g

▶ 1人分=100kcal

- 1 カボチャは厚さ2cmの食べやすい大きさに切る。
- 2 フライパンに牛乳、めんつゆ、ひき肉を入れて箸で混ぜる。ひき肉がほぐれたらカボチャを加え、クッキングシートで落としづたをする。
- 3 煮立ったら火をやや弱くし、カボチャが柔らかくなるまで煮る。