

「かわいい」おまえぎのたから

8月
生まれの
元気な子



かわしまめい のあ
川島萌愛・望愛ちゃん1歳
(下朝比奈)



くすだにこ
楠田心瑚ちゃん1歳
(新谷区)



おおいしわく
大石優久くん2歳
(大山区)



はぎわら みこと
萩原実琴ちゃん3歳
(比木原)



かわらさきたいら
河原崎泰良くん3歳
(朝比奈原)



すずきたまき
鈴木珠妃ちゃん3歳
(上朝比奈)



おき ゆずか
沖 柚果ちゃん3歳
(門屋)



もりとうにこ
森藤二瑚ちゃん3歳
(佐倉二区)

かわいい笑顔を募集します。
対象：10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：9月9日(月)、10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
☎0537-1132

「御前崎をたべよう！」



チンゲン菜の
しらす和え

おびたし風にして
ヘルシーに♪

材料(4人分) = 6.5 kcal

- チンゲン菜 300g
- しらす干し 20g
- だし汁 大さじ2
- 薄口しょうゆ 小さじ1

★チンゲン菜は、栄養豊富で美肌作用、かぜの予防効果が期待できる野菜です。

- 1 チンゲン菜は熱湯でゆでて冷水にとり、水気をしぼって食べやすい大きさに切る。
- 2 1としらす、だし、しょうゆを混ぜ合わせる。

