



たなか さえ
田中 沙依ちゃん (3歳)
ゆうすけ
悠介くん (1歳)

(北多久町筋原)

パパ/康介さん
ママ/晃子さん

明るくて元気な沙依ちゃんは、歌ったり、踊ったりが大好きです。プリキュアの歌や忍者の歌を歌い、みんなを楽しませます。お話も上手で保育園の先生のまねをして、弟に絵本を読んであげます。オリジナルな物語に悠介くんもちゃんと聞いています。悠介くんはママっ子。いつもママだけど、元気でたくましくおもちゃの自動車で遊び、おじいちゃんのトラックに乗るのも大好きです。2人とも週末に帰ってくるパパに会えるのが楽しみ。いつもお世話してくれるおじいちゃん、おばあちゃんありがとう!!

♥パパ・ママから…元気で明るく保育園に通って、お友達がたくさんできたらいいね♪



かわぐち なおなり
川口 直柔くん (5歳)
よりと
頼人くん (3歳)

(北多久町メイプルタウン)

パパ/剛さん
ママ/典子さん

優しくて弟想いの直柔くんは、工作や絵が上手で、はさみやのりを使って作るのが大好き。スイミングも頑張り、ビート版なして少し泳げるようになったのが嬉しいです。大好きなお父さんがお休みの時が待ち遠しく、みんなで温泉に行くのが楽しみです。

目立ちたがりでワンパクな頼人くんは、おしゃべりがとっても上手です。お兄ちゃんが大好きで、幼稚園から帰ってくるのを待って、まねをして遊びます。人形遊びやウルトラマンの怪獣がマイブームで、春からお兄ちゃんといっしょに通う幼稚園がワクワクです。

♥パパ・ママから…4月より仲良く元気に幼稚園に通ってね♪



子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!!

ヘルシークッキング

地産地消
menu

「れんこん団子のとろりあんかけ」



れんこんをすりおろすことで、もちもちとした食感が出て、あんをかけることで歯の弱い高齢者や小さなお子さんにも食べやすい一品です。

(1人分: 99kcal)

材料 4人分

れんこん…200g
かぼちゃ…100g
豚肉…40g
〔砂糖…小さじ1/2
醤油…小さじ1
だし汁…1カップ
酒…小さじ1
淡口醤油…小さじ1
A みりん…小さじ1
塩…ひとつまみ
片栗粉…小さじ2
ほうれん草…80g
ミニトマト…4個

作り方

- れんこん、かぼちゃは皮をむいて、すりおろす。
- 豚肉は細かく切って、砂糖と醤油で煎り煮する。
- ①をよく混ぜ合わせて4つに分け、その中に②を入れて丸く団子にする。
- 蒸気があがった蒸し器に③を入れ15分くらい蒸す。
- 別の鍋にAを入れて火にかけてあんを作り、④にかける。
- ゆでて食べやすく切ったほうれん草や、湯むきしたミニトマトを添える。



■問い合わせ 健康増進係 ☎75-3355

2011.3 月号
市報 多久
No.597

発行 ■ 多久市 ☎846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1 編集 ■ 総務部経営統括室 印刷 ■ 株式会社 音成印刷
Tel. 0952-75-2116 Fax. 0952-75-2110 発行日 ■ 平成23年3月1日

ホームページ ■ <http://www.city.taku.lg.jp/> E-mail ■ koho@city.taku.lg.jp
市報多久は多久市ホームページでもご覧いただけます。

自然保護のため再生紙を使用しています。

