



キュートでかわいい奏ちゃんは、ままごとセットがお気に入り、菖ちゃん相手に「ごはんできたよ～」と、夢中になって遊びます。最近では、着替えが自分でできたり、トイレも言えたり、また一歩成長しました。菖ちゃんは、怖いもの知らずのチャレンジャー。滑り台の階段をひとりりで上ったり、大きな犬を見てもへっちゃらです。アンパンマンのぬいぐるみをかわいがり、お姉ちゃんと遊んだり、お散歩したり、毎日楽しんでます。

2人は、「パパおかえり～」の時間が待ち遠しい仲良し姉妹です。

♡パパ・ママから…2人仲良く、楽しく過ごしてください♪

子どもさん(就学前)の登場を受付けています!!

はい

すくすく
たくっ子

ぽ～お

はしとりの
橋本 稜乃 ちゃん (8歳)
おみ
旺弥 くん (6歳)
こう
昂旺 くん (2歳)
(東多久町平和町)
パパ/健太郎 さん
ママ/陽子 さん

ささき かなで
佐々木 奏 ちゃん (3歳)
あやめ
菖 ちゃん (1歳)

(南多久町泉町)

パパ/富隆 さん
ママ/真衣 さん

明るくてユーモアたっぷりの稜乃ちゃんは、空手を習って2年目。週3回のトレーニングは欠かさず、紫の帯になったら通えるスイミングも楽しみで、学校では算数が好きです。ワンパクで好奇心旺盛の旺弥くんは、海の生き物や昆虫などが大好き。図鑑で覚えた種類は数知れず、本物を見るとワクワクで、大きくなったら水族館で色んな魚を育てたいと思っています。お笑い好きで活発な昂旺くんは、お姉ちゃんとお兄ちゃんが大好き。ミニカーやプラレールで遊びます。

賑やかな3姉弟は、週末になるとお手伝いも一致団結です。

♡パパ・ママから…姉弟仲良く、すくすく育ってね♪



ヘルシークッキング

地産地消
menu

「ごぼうのスープ」



食物繊維が多い野菜の代表“ごぼう”を使ってスープにしました。腸を整え、スタミナを保つごぼうの独特の香りや味をあったかスープで楽しんでください。

(1人分: 137kcal)

材料 4人分

ごぼう…100g
玉ねぎ…80g
ベーコン…20g
バター…大さじ1
小麦粉…大さじ2
牛乳…1カップ (300ml)
水…1カップ (300ml)
固形コンソメ…1個
塩・こしょう…少々
パセリ…適量

作り方

- ①ごぼうは薄切りし、水につけてあくをぬく。玉ねぎも薄く切る。
- ②ベーコンは、せん切りにして、フライパンでカリカリに焼く。
- ③ごぼうと玉ねぎをバターで炒め、小麦粉を加えて全体が混ざったら、水とコンソメを加える。
- ④ごぼうが柔らかくなったら、ミキサーにかける。
- ⑤④を鍋に移し、牛乳を加えて軽く火を通し、塩・こしょうで味を調える。
- ⑥器に盛ってベーコンとパセリのみじん切りを散らす。
(好みで生クリームを入れてもおいしい)

■問い合わせ 健康増進係 ☎75-3355

2009.12月号
市報多久
No.582

発行 ■ 多久市 ☎846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1
Tel. 0952-75-2116 Fax. 0952-75-2110

編集 ■ 総務部経営統括室 印刷 ■ 株式会社 音成印刷
発行日 ■ 平成21年12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。

