



よく気がつく姉思いの優しい実愛ちゃんは、「なんしょっと？」や「ほらっ」など家族が話している言葉を真似て、みんなを和やかに笑わせます。おむつを卒業して、トイシを言えるようになり、いっそう賢くお姉ちゃんらしくなりました。明恵ちゃんはお姉ちゃんが大好き。だから、お姉ちゃんの持っている物も特別に欲しがり、奪い合いを仕掛けるたくましい女の子です。2人ともお父さんの帰りが毎日待ち遠しくて、顔を見ると大喜び。この夏は海に行ってきたくさんの思い出ができました。

♥ママから…姉妹仲良く、元気に育ってね♪

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!!

はい

すくすく
たくっ子

ぽ～お

ふるかわ こはる
古川 心春 ちゃん(2歳)

(北多町久砂原)

パパ/良介さん
ママ/茜さん

おとう みのり
武藤 実愛 ちゃん(2歳)
あきえ
明恵 ちゃん(10ヵ月)

(南多町久泉町)

パパ/純通さん
ママ/千晶さん

ちょっぴり人見知りの心春ちゃんは、最近おしゃべりや歌がとても上手になりました。保育園で習った「シャボン玉」や「おうまのおやこ」などをお家でも元気よく披露します。妹みたいにかわいがるお人形のメルちゃんとは、ママに絵本を読んでもらう時も、お風呂も一緒。ミルクをあげて、お世話もします。保育園でお友達とのプール遊びが楽しく、秋の運動会も心待ち！おばあちゃんが作ったトマトが大好きで、おじいちゃんと一緒に、愛犬“たく”とお散歩に行くのが大好きです。

♥ママから…これからも元気で、やさしく育ってね♪



ヘルシークッキング

地産地消
menu

「桐岡ナスの餃子」



特集で紹介した『桐岡ナス』の大きさを活かし、餃子の皮として使ったオリジナルレシピです。油で揚げても、焼いてもよく、好みのタレで頂いてください。

(1個分: 119kcal)

材料 10～15個分

桐岡ナス…1個(400～600g)
A { 小麦粉…1カップ(100g)
片栗粉…大さじ1
水…1カップ(200g)
豚ひき肉…150g
玉ネギ…1個
ニラ…50g
ゴマ油…小さじ2
しょうゆ…小さじ2
砂糖…小さじ1/2
B { 片栗粉…小さじ1
水…小さじ1
揚げ油…適量
シソの葉…1枚

作り方

- 桐岡ナスのヘタを取り、皮をむいて、縦に5mm位にスライスし、塩水(分量外:水1ℓに塩大さじ1ぐらい)につける。
- 玉ネギ、ニラを粗みじん切りする。
- フライパンにゴマ油を熱し、豚ひき肉と②を炒め、砂糖としょうゆで味をつけ、Bの水溶き片栗粉で全体を軽くまとめる。
- ①のナスの水気をきり、等分に分けた③を中に挟み、Aの衣をつけて中温の油で揚げる。
- ④を半分に切り、シソの葉を置いた皿に盛る。

■問い合わせ 健康増進係 ☎75-3355

2009. 9 月号
市報 多久
No.579

発行 ■ 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多町大字小侍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21年9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。

