



七花ちゃんは、気が利くしっかりお姉ちゃん。文字に興味が出てきて、よく描くママの似顔絵もメッセージ付きになりました。プリキュアファンでキュアベリーに夢中です。マイベースで気ままな七稀斗くんは、バットとグローブが側にないと不機嫌なほど野球好き。パパと遊ぶキャッチボールが日課で、パパの野球チームの試合を観戦しながら、将来を夢見ます。2人とも大好きな両おじいちゃん、おばあちゃんの家に行くのが楽しみです。

♥ママから…笑顔を絶やさず、健康で！2人仲良くね♪

子どもさん(就学前)の登場を受付けしています!!

はい

すくすく
たくっ子

ぽ～お

にしやま きょうご
西山 響牙 くん(1歳)

(多久町東の原)

パパ／勘太郎 さん
ママ／恵 さん

みなかわ ななか
嶺川 七花 ちゃん(3歳)
な ぎ と
七稀斗 くん(1歳)

(北多久町筋原)

パパ／真也 さん
ママ／沙織 さん

託児所で習った「チューリップ」や「こいのぼり」などの歌を口ずさみ、飛んだり跳ねたり、ご機嫌に踊る響牙くんは、明るくて、ワンパク。お気に入りの三輪車やミニバイクで遊びます。最近では、自分で洋服を着たり、脱いだり、トイレもできるようになりました。おじいちゃんの姿が見えないと「じー、いない」と悲しくなるほど大好きで、仲良しです。

♥ママから…今のまま元気で、友達いっぱい作ってね♪



ヘルシークッキング

地産地消
menu

「豚肉の玉ねぎソースかけ」

簡単調理で、甘みたっぷりの新玉ねぎをおいしくいただきます。

(1個分：168kcal)

材料 4人分

豚肉(ショウガ焼き用)…30g×8枚

塩…少量(1.2g)
こしょう…少量
小麦粉…適量

サラダ油…大さじ1

新玉ねぎ…2個(300g)

醤油…大さじ1
酢…大さじ1
水…大さじ1
砂糖…小さじ1/2

スナッペンどう…100g

ミニトマト…8個

作り方

- ①新玉ねぎを縦半分に切り、縦に薄切りする。
- ②豚肉に塩・こしょうをふり、薄く小麦粉をまぶす。
- ③フライパンに油(大さじ1/2)を熱し、②の両面を焼いて火を通し、ゆでたスナッペンどうとミニトマトとともに器に盛る。
- ④フライパンに残りの油(大さじ1/2)を熱し、①をしんなりするまで炒め、Aを加えてひと煮し、③の豚肉の上にかける。

■問い合わせ 健康増進係 ☎75-3355

2009. 6 月号
市報 多久
No.576

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6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。

