



すくすくたくっ子

はいぽ〜ず



かたぎり 片桐 夏帆ちゃん (2歳)
はる 波瑠ちゃん (11か月)

(多久町浦町)

こすけ パパ/浩介さん
たえこ ママ/妙子さん

お世話好きの夏帆ちゃんは、妹を抱っこしたり、ご飯を食べさせたり、大切にしているお人形のメルちゃんも貸してあげて、とても優しいお姉ちゃん。ホットケーキの材料をまぜたり、お味噌汁をついだり、お手伝いもしてくれて、ママも大助かりです。

いつも元気な波瑠ちゃんは、好き嫌がなく、ごはんもいっぱい食べて、すくすく成長中！音楽が流れると、リズムに合わせて、体を動かすのが大好きです♪

お休みの日は、家族みんなで仲良く公園や買い物にお出かけします。かわいい笑顔とはしゃぐ声に、家族は元気をもらっています。

にこにこ笑顔が素敵な虎太郎くんは、プラレールやトミカなど乗り物系のおもちゃが大好きで、パパから電車や車の名前を詳しく教わって、ますます興味津々。大きくなったら、新幹線の運転手さんになるのが夢です。

夕飯の支度のお手伝いをしたり、自分のおやつを「お仕事のとき、食べてね」ってママのバックに入れたり、優しい男の子に成長中。最近では、お休みの日に家族でいろんな公園をめぐるのがブーム。ぶらんこや滑り台が大好きで、公園を駆け回って遊びます。パパに肩車してもらうのが一番のお気に入りです。

そんな虎太郎くんの成長に家族はホッくり癒され、将来がすくすく楽しみです。

むらかわ 村川 虎太郎くん (4歳)

(北多久町山犬原)

かずとも パパ/一友さん
みき ママ/美紀さん



パパ・ママから

いつも元気で優しい子になってね♡

パパ・ママから

仲良く助け合える姉妹に育ってね♡

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!! 情報課広報広聴係 ☎75-2280) までご連絡を♪



薬味たっぷり麻婆豆腐

問 健康増進課 ☎75-3355



1人分: エネルギー202cal・塩分1.1g

材料

4人分

- ・豆腐…1丁(400g)
- ・豚小間切れ…160g
- ・にんにく…1かけ
- ・しょうが…1かけ
- ・長ねぎ…100g
- ・にら…30g
- ・豆板醤…小さじ1~2
- ・ごま油…小さじ1
- ・鶏がらスープの素…少々
- ・しょうゆ…少々
- ・砂糖…少々
- ・甜麺醬…大さじ1
- ・酒…大さじ2
- ・水…250cc
- ・片栗粉…小さじ2
- ・水…適量

作り方



- 1 豆腐と豚小間切れは食べやすい大きさに切る。にんにく・しょうが・長ねぎの白い部分はみじん切りにする。にらと長ねぎの緑色の部分は粗みじん切りにする。Aの調味料を合わせておく。
- 2 フライパンを熱しごま油を入れ、にんにく、しょうが、長ねぎ、豆板醤を炒める。香りが出たら、豚小間切れを炒める。
- 3 2に火が通ったら、Aの調味料を加えて、ひと煮立ちさせ、豆腐を入れる。
- 4 片栗粉を水で溶き、3に回し入れてとろみをつけ、にらとねぎの青い部分を加えて、器に盛り付ける。



多久町婦人会のみなさん

麻婆豆腐は、辛みを調整して、幼児から高齢者までおいしく食べていただける人気の中華料理です。にんにくやしょうがの香りがしっかり味を感じさせ、食欲をそそります。

多久市食育推進協議会委員によるメニューを紹介しています

April 2015
市報TAKU

No.646

- 発行 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1
Tel. 0952-75-2280 Fax. 0952-75-2110 E-mail: koho@city.taku.lg.jp
- ホームページ <https://www.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。
- 編集 情報課 広報広聴係 印刷 株式会社 音成印刷 発行日 平成27年4月1日

FM佐賀
77.9MHz

Hello! 多久

毎週月曜 お昼12時~12時30分

好評
放送中

自然保護のため再生紙を使用しています。

