

すくすく日記



たいそう
上川 泰蔵 くん

平成13年11月9日生(中路)

パパ 泰昭 さん
ママ 由紀 さん

桐と温、2人の妹のお兄ちゃん。ひまわり園では、お友達と元気に遊び何事にも頑張って取り組めるようになりました。
休みの日は、パパやママの友達と魚釣りを楽しんでいます♪

もも か
豆塚 桃果 ちゃん

平成18年2月20日(中十町)

パパ 三明 さん
ママ 愛子 さん

桃ちゃん!!

あなたは我が家の天使です!これからその笑顔でみんなを幸せにしてくださいね!!



のり か
坂本 紀香 ちゃん

平成14年1月21日生(浦谷)

パパ 紀一 さん
ママ 美穂 さん

動物が大好きな元気いっぱいの子です。家の中でも外でも、いつも動物たちと遊んでいます。お手伝いも上手で、茶わん洗い、風呂そうじは得意技です。
これからも元気いっぱいにここに紀香ちゃんできてね。



あかり
庄山 明璃 ちゃん

平成18年3月11生まれ(中和仁)

パパ 大輔 さん
ママ 美恵 さん

はじめまして、明璃です。毎日元気いっぱい、いたずらいっぱい、のびのび育ってます。土日は、お店で看板娘として頑張っている私に会いに来てね♪



今月のお手軽逸品 2月

キャロットレアチーズ



栄養素

スキムミルクは、脂肪分がほとんどなく牛乳と比べて低エネルギーで、牛乳の10倍のカルシウムを含んだ食材です。ご飯や味噌汁などに入れてたりして、カルシウムを摂るように心がけましょう。



食生活改善推進員
杉本 和子さん(江光寺)

ひとくちメモ

人参とスキムミルクのピンク色が爽やかなさっぱりデザートです。スキムミルクの代わりに牛乳を使用してもおいしいです。

【材料(4人分)】

- キャロットジュース…100cc ●粉ゼラチン…6g
- 水…大さじ2 ●スキムミルク…大さじ3 ●水…50cc
- クリームチーズ…100g ●砂糖…大さじ2
- レモン汁…小さじ1 ●カステラ…2切れ

【作り方】

- ①粉ゼラチンを水に振りいれ、ふやかしておく。
- ②型に薄く切ったカステラを敷き詰める。
- ③キャロットジュースを沸騰直前まで温め、戻したゼラチンを加え溶かす。
- ④スキムミルクを水に溶かし、③と合わせる。
- ⑤室温に戻しておいたクリームチーズを柔らかく練り、砂糖と混ぜ合わせる。その後④を加え、よく混ぜる。
- ⑥⑤をとろみがつくまで冷やし、型に流し入れて冷やし固める。



人の動き 平成18年12月末日現在			
		(前月比)	
世帯数	3,971 世帯	(- 7)	
総人口	12,250 人	(- 12)	
男	5,774 人	(- 8)	
女	6,476 人	(- 4)	

「すくすく日記」大募集!! 写真に一言コメントを添えて役場総務課企画室へお持ちください。