

すくすく日記



あんな
柿原 杏南 ちゃん

平成17年12月3日生(上和仁)
パパ 和彦 さん
ママ 有紀 さん
柿原家の娘・杏南です
12月で1歳になります。毎日お兄ちゃん2人にかわいがられて、たくましく成長しています。
皆さん、よろしくお願ひしまあ～す!!

ゆき
徳永 有紀 ちゃん

平成12年11月1日生(上久井原)
パパ 和史 さん
ママ 亜紀 さん

有紀ちゃん、もう生まれてから6年になるね。これからも元気でやさしい有紀ちゃんであってくださいね。



けんじろう
角 健治郎 くん

平成17年12月7日生(上大田黒)
パパ 利行 さん
ママ 貴美 さん

最近ハイハイが出来るようになりました。
いつもお兄ちゃんと元気に遊んでいます。お兄ちゃん大好きです!

なおか
菊池 直花 ちゃん

平成14年5月17日生(内田)
パパ 武史 さん
ママ 美江 さん

歌とおどりが大好きな直花です。これからも妹の琉菜と仲良く元気に育ってね。
運動会、お疲れ様!!



今月のお手軽逸品 11月

白たまプリン



栄養素

ごまにはストレスやイライラを静めるのに有効なリノール酸、老化防止や白髪予防に効果のあるビタミンEを含んでおり、動脈硬化の予防にも効果的です。



食生活改善推進員
坂木美恵子さん(長小田)

ひとくちメモ

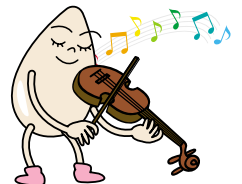
プリンを固めるときはあらかじめ熱を取って、冷蔵庫で冷やしても固まります。④は一度に入れると分離することがありますので少しずつ入れてください。

【材料(8個分)】

- 粉ゼラチン…15グラム ●水大さじ…6
- 白練りゴマ…80グラム ●ヨーグルト…大さじ5
- 牛乳…520ml ●砂糖…大さじ2
- (黒みつ) ●黒砂糖…大さじ4 ●砂糖…大さじ4
- 水…大さじ5

【作り方】

- ①粉ゼラチンは水でふやかします。
- ②ボールに練りゴマとヨーグルトを混ぜ、のばします。
- ③鍋に牛乳と砂糖を入れて80℃くらいに温めて、火を止めて
①のゼラチンを入れてきれいに溶かします。
- ④②のボールに③を少しずつ加え、混ぜます。
- ⑤④を氷水に浸けて少しとろみをつけ、型に入れ、氷水で冷やし固めます。
- ⑥黒みつの材料を鍋に入れて中火にかけ、少しとろっとするまで煮詰め、冷ましておきます。
- ⑦型から出して黒みつをかけます。



人の動き 平成18年9月末日現在

		(前月比)
世帯数	3,988 世帯	(-7)
総人口	12,279 人	(-32)
男	5,793 人	(-12)
女	6,486 人	(-20)

「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。