

# すくすく日記



日永 真雪ちゃん

平成18年11月19日生 (上津田)

パパ 雅輝 さん  
ママ 真弓 さん

我が家のアイドル真雪です。パパとママの娘に生まれてきてくれてありがとう。元気で優しい女の子に育ってね。みなさんよろしくお願ひします。

ペンブリッジ アレックスくん

平成13年12月29日生 (寺山)

パパ アルトン さん  
ママ 飛鳥 さん

ポケモンと魔王が大好きなアレックスです。夢の憧れさを海れず元気いっぱい成長してください。またグランパ達に会いに行こうね。



松尾 冬磨くん

平成17年12月10日生 (上大田)

ママ 紀美 さん

12月で2才になるとうまで☆  
いま一番好きなことは、じーたんとお外で遊ぶことです♪  
じーたんよろしくね♥

池田 海翔くん

平成14年12月1日生 (藤原)

パパ 誠 さん  
ママ 郁美 さん

ぬり絵が大好きで、話しかけてもわからないくらい熱中してしまうお兄ちゃんです。これからも優しいお兄ちゃんであってね♪



## 人の動き

平成19年9月末現在

		(前月比)
世帯数	3,960世帯	(- 1)
総人口	12,079人	(- 9)
男	5,679人	(- 7)
女	6,400人	(- 2)

熊本市玉名郡和水町江田3886  
URL: http://www.town.nagomi.lg.jp/  
Eメール: nagomi@town.nagomi.lg.jp  
森林資源を大切に  
この取組はエコマーク認定の  
再生紙を使用しています。

## 今月のお手軽逸品 11月

### がね汁



#### 栄養素

がねにはたんぱく質が豊富です。野菜と一緒に食べることによってバランスよい1品になります。



食生活改善推進員  
深草 テイチ子さん (下久井原)

#### ひとくちメモ

がねは新鮮な物を使ったほうが、味がよく出ます。ごぼうなどを加えてもおいしくいただけます。

#### 【材料(4人分)】

- がね……………3匹
- 人參……………50g
- 大根……………50g
- 里芋……………100g
- 豆腐……………半丁
- みそ……………50g
- 小ねぎ……………適量

#### 【作り方】

- ①がねは洗って、4つ割にして、甲羅をはずし、エラをとりのぞき、ミキサーにかけてつぶし、めのこまかいざるでこす。
- ②人參、大根、里芋はいちょう切りにする。
- ③①のこした汁を鍋に入れ、人參、大根、里芋を入れ、煮えたらみそともめん豆腐を加え、ひと煮立ちしたら、火を止める。
- ④器に盛り、小口切りにしたねぎをちらす。

#### 今月の納税は？

国民健康保険税(第4期)  
納期限日: **11月30日**  
忘れずに納めましょう!