

すくすく日記



江藤 昂太くん
平成14年7月26日生 (江田)
ママ パパ 直哉 さん
あゆみ さん

3人兄弟の末っ子で、お兄ちゃんたちが大好きな“こうた”です。
みなさんよろしくお願いします。



深草 彩名ちゃん
平成14年5月18日生 (下久井原)
ママ パパ 健夫 さん
恵美 さん

3人兄妹の真ん中でお歌が大好きな彩名です。
いよいよ年長さんですね。妹の悠稀奈と一緒に仲良く幼稚園に行つてね。

『すくすく日記』大募集!!

すくすく日記ではかわいい子どもさん(小学校就学前)の写真を募集します。

①子どもの氏名②ふりがな③生年月日④行政区
⑤保護者の氏名⑥コメント(60文字程度)を添えて役場企画室までお持ちください。

なお、応募多数の場合は次月号(順番に掲載)になります。ご了承ください。

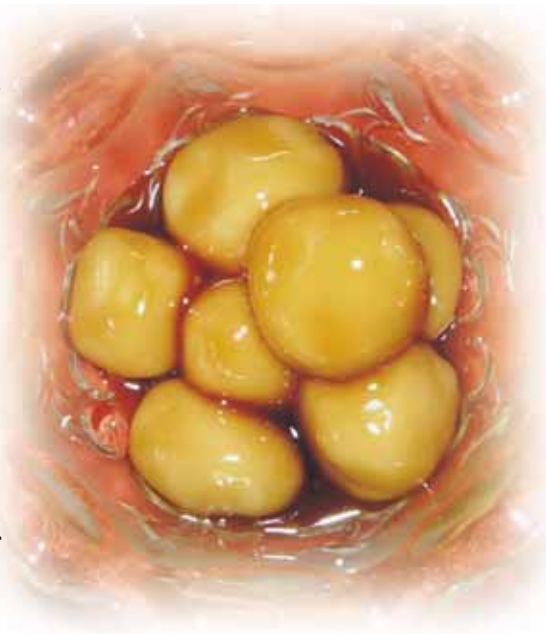
人の動き

平成20年2月末日現在

		(前月比)
世帯数	3,961世帯	(- 2)
総人口	11,991 人	(- 29)
男	5,638 人	(- 19)
女	6,353 人	(- 10)

今月のお手軽逸品 4月

みたらし団子



栄養素

豆腐は良質なたんぱく質が多く含まれており、消化吸収率もよくコレステロールを下げる効果がある食品です。良質なたんぱく質は肝機能の弱まりなどを補う効果もあります。市販のお菓子を食するよりは健康的なおやつになるかと思ひます。



食生活改善推進委員
中村 昌子 さん(上和仁)

ひとくちメモ

粉だけで作る団子よりも、豆腐を加えることで、栄養的にもよく、口当たりもやわらかくなります。

【材料(20個分)】

●豆腐……………130g ●白玉粉……………130g

〈たれ〉

●砂糖……………大さじ4 ●酢…………… 小さじ1

●しょうゆ ……大さじ11/2 ●片栗粉……………大さじ11/2

●水……………大さじ3

【作り方】

- ①豆腐と白玉粉をあわせ、20個に丸めてゆでる。
- ②鍋に砂糖、しょうゆ、水、片栗粉を入れて混ぜ、火にかけ、しゃもじで混ぜる。とろみ がついたら火を止める。
- ③②にだんごを入れ、あんをからませる。