

広報 サロマ 1

2010
January
No. 627

年頭のごあいさつ
セーフティロード☆サロマ
お知らせ
あいあい通信
さろまげんき王国
トゥモローライフさろま



1人分▶289Kcal
塩分▶1.0g

陶器 / 陶遊子代表 岸 みどり 作

材料 | 2人分

お餅 (切り餅) ……4切れ (200g)
納豆 ……1パック
醤油 ……小さじ1
ひじき (戻し) ……大さじ1
長ネギ ……適宜
かいわれ菜 ……適宜
干し海老 ……小さじ1
※大さじ = 15cc のサジ
小さじ = 5cc のサジ

肝臓が疲れやすい時期ですが、お酒の飲みすぎに注意して楽しい年末年始をお過ごしください。2010年も食生活改善推進委員会をどうぞよろしくお願いします。

作り方

①切り餅は食べやすい大きさに切り分けて、普通に焼きます。



②ひじきは水に戻してから、水気をしっかりととりきります。



③長ネギは白い部分を白髪ネギにします。かいわれ菜は根の部分を切り取り水で洗います。



④納豆に、ひじきと干し海老、醤油を加え、よく混ぜ合わせます。



⑤焼いたお餅に納豆ひじきを添え、好んで白髪ネギとかいわれ菜を添えます。

POINT

ひじきのほかには、塩昆布やなめたけ等をあわせてみても良いでしょう。塩昆布、なめたけの味だけで十分に美味しくいただけます。

babyface



藤次 姫愛 ちゃん
平成21年1月6日生まれ
(西富 藤次 友希博・早苗さん)

はじめまして、ぶじつぐ ひめなです。私はお兄ちゃんが大好きでも、なかなか遊んでもらえないから早く大きくなって一緒に遊びたいな。みなさんよろしくネ。



山口 祥弥 くん
平成21年1月8日生まれ
(永代町 山口 恭典・多美子さん)

はじめまして、やまぐち しょうやです。兄ちゃんが大好きで、歩いて何でもマネするのでママたちは困ってるようもう少し大きくなったら、兄ちゃんよりも強くなるかもね。(笑) みなさんよろしくね。

※「baby face」では掲載するお子さんを募集しています。

掲載を希望される方は、誕生月の前月10日までに保健福祉課保健師までご連絡ください。なお、希望者多数の場合はこちらで抽選させていただきますことをご了承ください。

★お誕生おめでとうございます

平成21年11月生まれの赤ちゃん

田中 萌々美 (ももみ) ちゃん ★11月8日生まれ
宮前町 田中健一・可奈子さん

阿部 歩己 (あゆき) くん ★11月10日生まれ
永代町 阿部真・育美さん

青木 樹奈 (じゅな) ちゃん ★11月15日生まれ
武士 青木義博・唯さん

野宮 颯真 (そうま) くん ★11月26日生まれ
宮前町 野宮雅貴・直美さん

あとがき

新年あけましておめでとうございます。「1年の計は元旦にあり」と言われるように新年を迎え新たな目標・計画を立てチャレンジしていきたいのですが、お正月はゆっくりしたいと言っているうちに「1月に行く、2月は逃げる、3月は去る」と言うようにアツという間に時が過ぎてしまいます…。昨年、事業仕分けという言葉が流行しましたが、自分で自分の評価・仕分けをして新たな年に自分の「やりたいこと・やるべきこと」を見つけてみる。やはり1年の計は必要なのかもしれません。皆さんもぜひ新たな目標にチャレンジを！！「広報サロマ」本年もよろしくお願いいたします。

広報サロマ 1月号 No. 627

発行/佐呂間町 〒093-0592

常呂郡佐呂間町字永代町3番地の1

編集/町民課住民活動係 TEL 01587・2・1213

佐呂間町 URL <http://www.town.saroma.hokkaido.jp>

◆広報に対するご意見・ご質問やまちであった出来事、話題がございましたらお待ちしております。

今月の表紙

佐呂間保育所
おもちゃつきの様子