2014
July
No.681

TOWN MAGAZINE SAROMA

8 広報サロマ月号

Contents

02 まちの話題
04 情報掲示板
10 あいあい通信
11 セーフティーロード☆サロマ
12 げんき王国
14 とうもろーらいふさろま

陶器提供　岸　みどりさん　　１人分エネルギー約 137kcal　塩分　1.2g

長いものフライパン焼き

材料　２人分

長いも	150g	こしょう	少々
ピーマン	40g	ブイヨン固形	1/3 個
トマト	50g	チーズ（とろけるタイプ）	40g
塩	少々	バジル(粉)	少々

① 長いもは皮をむいて５㎜の厚さの輪切りにします。

② ピーマンも輪切りに、トマトはサイの目に切ります。

③ 固形ブイヨンは細かく包丁で削っておきます。

④ テフロン加工のフライパンに①の長いもを並べ、上から塩、こしょう、削ったブイヨンを均一にふりかけます。その上にピーマン、チーズをのせ、火にかけます。

⑤ 長いもの焼き面がこんがりして、チーズがとろけてきたら、一気にひっくりかえします。

⑥ チーズがキツネ色にパリッとしたら、器に盛りつけ、サイの目に切ったトマト、バジルをふりかけます。

匠の利かせ技

油を使わずにテフロン加工のフライパンでパリッと仕上げます。

babyface

野村　泰己　くん
平成２５年８月１４日生まれ
（幸町　野村　林太郎・千亜希さん）

★はじめまして★ "のむら　たいき"です
お兄ちゃんが大好きなんだけど、毎日おもちゃの取り合いをしては泣かされているよ
早く歩けるようになってお兄ちゃんをやっつけるぞー!!

★お誕生　おめでとうございます★

平成２６年６月生まれの赤ちゃん

６月１５日生まれ
小山田　海夏（みいな）ちゃん
　西富　小山田　吉賞・由梨香さん

６月１９日生まれ
須藤　恵太（けいた）くん
　宮前町　須藤　恵吾・萌さん

※「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５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。

夏川　碧海　くん
平成２５年８月３１日生まれ
（浜佐呂間　夏川　貴夫・真規子さん）

こんにちは★
食いしん坊の"なつかわ　あお"です
パパと一緒にのんで、食って、ブクブク太ってます(。- ∀ -)ﾆﾔ　なぎ兄ちゃんとひろむ兄ちゃんとあそぶのが毎日たのしいです♪

ＴＳ　広報サロマ８月号　№682
表紙　子育て支援センター事業「あいあいらんど」の流しそうめん
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

今月のひとり言

最近、プロのカメラマンと仕事をすることがあり、いろいろとカメラの話を聞くことができました。広報担当になって５年目、最初は何もわからなかったカメラを自分なりに参考書などを買って勉強していたつもりでしたが、そこはやはりプロ。ギャフンと言ってしまうくらい、腕の違いを見せつけられ、豊富な知識に感嘆の声をあげてしまいました。少しは覚えられてきたなと思っていたカメラですが、まだまだ。皆さんが見やすい、見たいと思える広報を作れるようにもっともっと勉強しなければならいと改めて感じました。