

# わが家のアイドル



まえだ ささ 紗ちゃん (1歳)

あんよが急に上手になって、初めて靴を履いてお散歩しました (^\_^)



やまざき ともか 友楓ちゃん (3歳)

外ではお母さんにベッタリのはずかしがり屋さん。普段は歌って踊ってよくしゃべり元気いっぱいです！

このコーナーに登場してくれるお子さんを募集しています！

【対象】 1～3歳児

- ①お子さんのお名前
  - ②生年月日
  - ③住所 ④電話番号
  - ⑤保護者の方のお名前
  - ⑥続柄 (長男・長女など)
  - ⑦コメント (50文字以内)
- をご記入の上、写真の画像をお送りください。

問政策課 ☎内線206  
koho@town.oiso.kanagawa.jp

## みんなでつくろう！食物繊維たっぷり！

(平成30年度ぶれママ・ぶれパパ & イクメンクッキングより)



### ごぼうサラダ

献立の組み合わせによって、大豆やチーズなどを加えてもおいしいです。

#### 作り方

#### 材料 (2人分)

ごぼう	50g
にんじん	20g
乾燥ひじき	5g
切干大根	8g
ドレッシング	
マヨネーズ	大さじ2
ポン酢しょうゆ	大さじ1/2
すりごま (白)	大さじ1/2

- ① ごぼうは泥を洗い流して皮をこそげ、縦半分に分けて斜め薄切りにする。
- ② にんじんは皮をむき、せん切りにする。
- ③ 乾燥ひじきは水で戻して洗い、ザルにあげる。
- ④ 切干大根は水で戻して洗い、水気を切っておく。
- ⑤ 熱湯に塩 (分量外) を入れ、ごぼう、にんじんを加えてやわらかくなるまで茹でる。
- ⑥ ③の乾燥ひじきを入れたザルに熱湯をかけ、水気を切る。
- ⑦ ドレッシングの材料を混ぜ合わせ、材料を加えて和える。



問スポーツ健康課 ☎内線319

## カメラフケッチ

広報カメラマン撮影

- ①節分祭 浦安の舞 (2/3 高来神社 木原さん撮影)
- ②節分祭 豆まき (2/3 六所神社 伊福さん撮影)
- ③大磯小学生駅伝大会 (1/20 運動公園 杉崎さん撮影)
- ④和風作り (2/11 大磯漁港 上田さん撮影)
- ⑤咲き始めた梅の花 (2/7 旧吉田茂邸 高田さん撮影)



### 町の人口と世帯

人口 31,395 (-17) 男 15,333 (-4) 女 16,062 (-13)  
世帯 12,589 (-7) ( ) は前月比

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。