

わが家のアイドル

まなか
西山 愛風ちゃん
平成20年9月22日生
尊史さん、悠さんの長女



歌とおどりが大好き。
いつも元気に走り回っているまなかちゃん
我家は今日もお祭りです。

※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。

◎問い合わせ 政策課 ☎内線 207



大磯のたべごろレシピ Vol.9

揚げ里芋の青のりまぶし

里芋はいも類の中では最も低カロリーです。独特のぬめりの成分であるガラクトマンナンは食物繊維の一種で、整腸作用があるといわれています。

材料(4人分)

里芋	80g
青のり	大さじ 2
塩	小さじ 1/4
揚げ油	適量
ミニトマト	適宜



写真・レシピ提供
大磯町食生活改善推進団体（ママの会）

作り方

- ① 里芋の皮をむき、半分に切り、水にさらしてからよく水を切る。
- ② 青のりと塩を混ぜておく。
- ③ 揚げ油を 170 度に熱し、①の里芋をきつね色に揚げる。
- ④ 油を切り、熱いうちに②をまぶす。

☎ スポーツ健康課 ☎内線 310

チャレンジフェスティバル 10/3 大磯運動公園他



① ツリークライミングに挑戦



② ダンベル体操



④ APEC に備えテロ対策訓練を実施 (10/15 城山トンネル)



③ 災害時の煙を体感 (10/11 防災フェア 大磯運動公園)



⑤ 全力疾走!! (国府小学校運動会)



⑥ 練習の成果を披露 (大磯小学校運動会)

カメラ スケッチ



撮影者 (広報カメラマン)
① 奥野さん ②③ 杉崎さん
④ 上田さん ⑤ 高田さん
⑥ 太田さん

秋の大運動会

10/11

町の人口と世帯	人口 32,820 (+28)	男 15,990 (+5)	女 16,830 (+23)
11月1日現在	世帯 12,574 (+27)	()は前月比	

※平成22年国勢調査に基づく人口と世帯数は平成23年1月に公表予定です。