

わが家のアイドル

けいしゅう
渡邊 慶舟ちゃん
平成23年6月3日生
航也さん、美波さんの長男



4つ上のお姉ちゃんが大好き。ただいま反抗期真っ盛り!

※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。

☎ 政策課 ☎ 内線207



みんなでつくろう! Oisoレシピ Vol.20

アジとトマトの焼き物

小学6年生の作品
(応募当時)

アジの小骨をとるのが大変でした。アジはしっかり焼くとよりおいしくなります。

材料 (2人分)

- ・アジ 2尾
- ・ミニトマト 10個
- ・にんにく 2片
- ・ルッコラ 少々
- ・小麦粉 適量
- ・塩こしょう 少々
- ・オリーブオイル 大さじ1



作り方

- ① ミニトマトはヘタを取って水洗いする。にんにくは薄切りにする。アジは3枚におろし、小骨を除き、両面に軽く塩こしょうをふり、小麦粉を薄くまぶす。
- ② フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ、中火にかける。香りがでたら、ミニトマトを入れてふたをし、途中で転がして軽く炒める。
- ③ ②を取り出し、続けてアジを皮側から入れる。途中でひっくり返して両面をこんがり焼く。
- ④ アジが焼けたら器に盛り、ミニトマトとルッコラを周りにかざり、完成。

※小・中学生によるOisoレシピ集は町のホームページからダウンロードできます。また、保健センターでも配布しています。

☎ スポーツ健康課 ☎ 内線319

9th SHONAN INTERNATIONAL MARATHON 第9回 湘南国際マラソン

2014.11.03

西湘バイパス・大磯プリンスホテル 他

カメラスケッチ

☎ 広報カメラマン撮影

● 静かにスタートを待つ
(☎ 西村さん撮影)



● スタートの瞬間
(☎ 上田さん撮影)



● 完走を目指して、スタート!
(☎ 杉崎さん撮影)



● ゴール! 走り切ったランナーたち (☎ 高田さん撮影)



町の人口と世帯 11月1日現在 人口 32,418 (-21) 男 15,804 (-17) 女 16,614 (-4)
世帯 12,835 (+15) () は前月比