

わが家のアイドル



やまもと こはる
山本 心春ちゃん (1歳9か月)

いつも笑顔の娘も、きれいなお花を前に
うっとり顔です♪
色々な経験をして大きく育ててね！

問政策課 ☎内線207
koho@town.oiso.kanagawa.jp

今月の表紙

800号を記念して、歴代広報の表紙を
並べました。ご興味のある方は、図書館
にて保管しておりますので、ぜひ見に
行ってみてください。

SNSで情報発信中



LINE



Instagram



facebook



マチイロ



Lifevision

みんなでつくろう！

～親子で簡単クッキングレシピvol.5～

手作りふりかけ deおにぎり

お子さんの「調理したい！」とママの「やらせてあげたいけれど大変...」の気持ちを応援します。

ごまをすり鉢でする、ごはんをふりかけを混ぜる、おにぎりをにぎるなどをお子さんと一緒にするのはいかがでしょうか。



材料 (2人分)

ごま	大さじ1
じゃこ	大さじ1
青のり	大さじ1
かつおぶし	大さじ1
ごはん	250g (大人150g、こども100g)

作り方

- ①ごまをすり鉢でする。そこへじゃこ、青のり、かつおぶしを混ぜ合わせる。
- ②ごはんを①のふりかけをボウルに入れ、混ぜる。
- ③好きな形ににぎる。

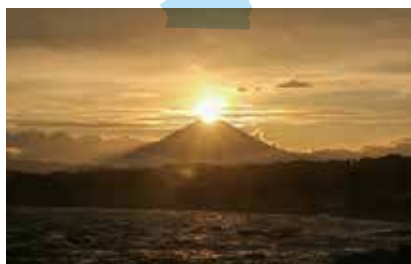
～ おうちでいただきますの日～
毎月19日は「食育の日」
第一曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

問スポーツ健康課 ☎内線319



カメラスケッチ

広報カメラマン撮影



ダイヤモンド富士
(9/2 照ヶ崎海岸 高田さん撮影)



ガンバレ ひよどりのヒナ
(8/23 馬場地区 伊福さん撮影)