



平野 駿さん
常磐小4年
『夕焼けの丘』
『戦争ってなんだろう』という本を見て描きました。戦争なので悲しい空です。夕焼けのオレンジ色が上手にできました！



宇井 泰斗さん
常磐小5年
『100mめざせ1位』



「運動会の100mで1位になった時の絵です。走っている時の腕と足の動きが難しかったです。よく描けたと思います」



石橋 晃紀さん
常磐小2年
『一輪車すいすい』



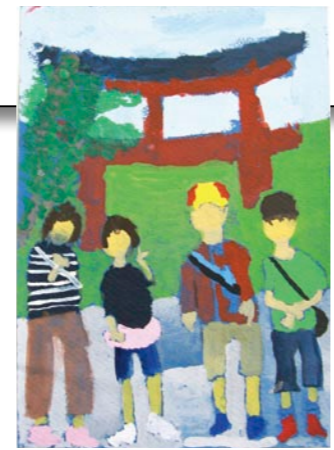
「紙版画にはじめてチャレンジしました。むずかしかったけれど、手や足が上手に描けてよかったです」



加藤 歩さん
常磐小6年
『みんなでパチリ』



「修学旅行の時、班で写真を撮った時の思い出のつまった絵です。赤い大きい鳥居が立派に描けました」



みんなのひろば



宇井 結菜ちゃん
H24年1月9日生まれ
[志代地]
「私もう歩けるよ!!早くお姉ちゃんお兄ちゃんと追いかけてみたいの♡」



岡村 結愛ちゃん
H22年1月19日生まれ
[染井]
「弟大好き♡とっても優しいお姉ちゃんです」



平山 茜ちゃん
H23年1月16日生まれ
[谷津]
「カメラに向かってハイポーズ!かわいく撮ってね♡」



勝又 蒼太ちゃん
H22年1月2日生まれ
[栗田]
「僕は車がだーいすき!!みんなでドライブに行きたいな♡」

クッキング レシピ79 サバの竜田揚げ



タイム

『いつでも簡単にできるレシピ』



■材料 5人分 1213kcal (1人分 243kcal)
サバ(1切れ60g) … 5切れ 片栗粉…………… 35g
生姜…………… 10g 揚げ油…………… 適量
しょう油 大さじ1と1/2 }
酒…………… 小さじ2 }^A

- 作り方
- ①生姜はすりおろして汁をしぼり、**A**と合わせる。
 - ②サバを**A**の漬けタレに15分ほど漬ける。
 - ③鍋に揚げ油を入れ中温170℃に加熱する。
 - ④サバの汁をきってから片栗粉をまぶして揚げ、表面がきつね色になったら取り出して油をきる。

一口メモ

★サバは「青魚の王様」といわれるほど栄養価が高く、中性脂肪を低下させて血液をサラサラにしたり、生活習慣病を予防するなどの効果があります。しっかりとタレに漬け込むことでサバ独特の臭いも気にならずに食べられます。



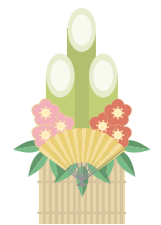
提供：保健推進員 飯田邦子さん(南並木)



三之宮 碧海ちゃん
三之宮 碧星ちゃん
H22年1月21日生まれ
[台作]
「お遊戯会デビューです。あおいちゃんはなす!そらちゃんは人參!野菜シスターズです😊」



佐藤 心花ちゃん
H23年1月5日生まれ
[大原内]
「最近のイタズラブーム!ママの車のカギをゴミ箱に隠しちゃった★」



元気な子ピッコ大募集!

このコーナーでは満4歳までのお子さんを大募集しています。おとこ・おなまえ・☎番号・お子さんの生年月日を記入の上、30字程度のコメントを写真に添えて『広報たこ』までお寄せください。

◆宛先：〒289-2292 多古町役場 広報たこ行

◆3月生まれの締め切りは1月31日(木)です
◆4月生まれの締め切りは2月28日(木)です

