



久保 翼さん  
(つつけ丘)



『春が来る度に』

「ライトアップされた夜桜と提灯が真下の目黒川に反射している幻想的な写真です。春が来ると桜が見たくなる。私にとって、この写真は、そんな1枚です」

「フォトサークルさざんか」メンバーの作品を紹介します

平山 政子さん  
(居射)



『サンセットクルーズ』

「鹿島神宮へ初詣の帰り道、ふと立ち寄った北浦で刻々と紺青から緋色に移り変わる波紋に感動してシャッターを切りました」

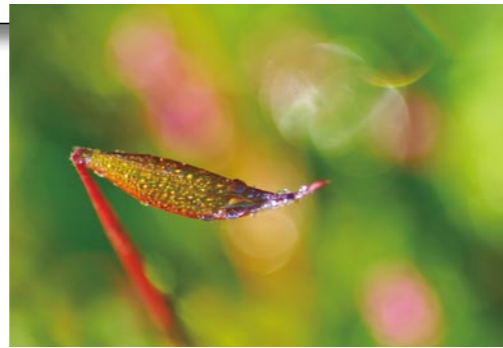


佐藤 栄子さん  
(居射)



『虹色ファンタジー』

「さざんかに入会して約1年半、ファインダーを通してのぞくと肉眼とは違う魅力を感じるようになりました。これからもずっと、おばあちゃんになっても撮っていたいなと思います」



# みんなのひろば

2月



並木 信弥ちゃん  
H25年2月9日生まれ  
(川島)  
「はいチーズ♪  
僕の決めポーズ!!  
妹達にも、  
教えるんだあ〜♡!」



白鳥 孔輝ちゃん  
H25年2月26日生まれ  
(居射)  
「白鳥家によく出る  
「ちらかし妖怪」です!」



及川 大新ちゃん  
H26年2月14日生まれ  
(堂谷)  
「毎日、わんぱくに遊んで  
います! ご飯もいっぱい  
食べて大きくなったよ!」



所 秀将ちゃん  
H23年2月18日生まれ  
(染井)  
「お姉ちゃんと元気いっぱい  
遊んでいます♡」



長澤 里奈ちゃん(左)  
H23年2月19日生まれ(飯新)  
英里ちゃん(右)  
H26年2月20日生まれ  
「誕生日が1日違いの  
仲よし姉妹でーす♡」



木村 柚雪ちゃん  
H26年2月14日生まれ  
(多古台)  
「お気に入りの帽子で  
お散歩中!」



越川 結平ちゃん  
H26年2月19日生まれ  
(本三倉)  
「歩くのと食べるのが  
大好き!! 今日たくさん  
あそぶぞー!!」

## クッキング

レシピ90

### 里芋とこんにゃくのゆずみそかけ



タイム

「ゆずの香りが口いっぱいに  
広がるみそで召し上がれ!」



#### ■作り方

- ①里芋は厚めに皮をむき、ひと口大に切ってゆでる
- ②ゆずは、皮をすりおろして汁を絞っておく。すりおろした皮と汁とAの材料を鍋に入れてよく混ぜ合わせ、火にかけて練り上げ、ゆずみそを作る
- ③こんにゃくは1cm程度の厚さに切り分け、さっとゆでしておく
- ④器に柔らかくゆでた里芋、こんにゃくを盛りつけ、上にゆずみそをかける

#### ■材料 5人分 374kcal (1人分 75kcal)

里芋	300g
こんにゃく (1/2枚)	100g
ゆず	1個
みそ	40g
はちみつ	10g
砂糖	15g
みりん	10cc



提供: 保健推進員  
波木よし子さん(東谷)

#### 一口メモ

★里芋独特のぬめりはガラクトンという物質で、免疫力を高めて風邪やがんの予防に効果があると言われてます。さらに、ぬめりの中のムチンという物質には消化を促進させる作用があり、整腸と便秘の解消に大変効果的な食材です。

## 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。おところ・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。メールでも受付しています。  
✉kouhou@town.tako.chiba.jp  
(写真データの容量は200KB以上2MB以下)  
◆宛先: 〒289-2292 多古町役場 広報たこ行  
◆4月生まれの締め切りは2月27日(金)です  
◆5月生まれの締め切りは3月31日(火)です