



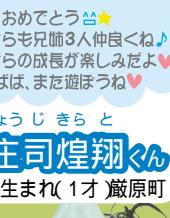
お誕生日おめでとう  
いつも食えて、いっぱい遊んで  
大きくなつてね  
ハハ・ママより  
うらせももか  
**浦瀬萌々華ちゃん**  
2/13生まれ(1才)厳原町



お誕生日おめでとう  
初めての事だらけで、あつと  
言う間にもう1年経つんだね  
元気で大きくなれ  
はらだこたろう  
**原田虎太郎くん**  
2/14生まれ(1才)厳原町



お誕生日おめでとう  
我が家の大姫さん  
いっぱい食べて  
いっぱい笑って  
大きくなれ  
**さくらちゃん**  
2/12生まれ(2才)



誕生日おめでとう  
これからも兄妹3人仲良くなれ  
これから成長が楽しみだよ  
じし、ばは、また遊ぼうね  
しょうじ きらと  
**庄司煌翔くん**  
2/13生まれ(1才)厳原町



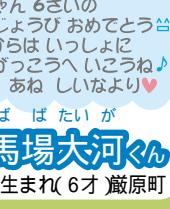
お誕生日おめでとう  
アビるつばさ  
**阿比留 翼くん**  
2/14生まれ(6才)美津島町



宗一郎3歳のお誕生日おめでとう  
病気ばかりで大変だけど、もう少しして  
お兄ちゃんになるし頑張ろうね  
We Love Souichirou  
From.タダイandマミー  
こうそういちろう  
**古藤宗一郎くん**  
2/13生まれ(3才)厳原町



誕生日おめでとう  
愛奈はハハとママの宝物  
これからも元気で楽しく暮らしていこうね  
愛奈の笑顔が大好きなハハ・ママより  
はだのあいな  
**波多野愛奈ちゃん**  
2/12生まれ(3才)農玉町



たいちゃん6歳の  
おだんじょうひおめでとう  
4がつからはいつしょに  
しょうがうこうへいこうね  
あね しいなより  
ばばたいが  
**馬場大河くん**  
2/8生まれ(6才)厳原町



お誕生日おめでとう  
村山大夢くん  
2/15生まれ(6才)厳原町



むらやまひろむ あゆむ  
**歩夢くん**  
2/15生まれ(6才)厳原町

毎月たくさんのご応募をいただいているます。下記問い合わせ先へお早めにご応募ください。（先着順ですが初めての方を優先します）

## 募集

「広報つしま」の表紙の写真（春節にあつた写真）・お誕生日おめでとう・その他取材依頼等  
募集しています。  
問い合わせ  
【広報業務受託業者】企賃会社 厳原印刷所（広報担当まど）  
〒817-0012 対馬市厳原町日吉301 0920(52)0665  
Eメール izuin21-i@apricot.ocn.ne.jp

今月の表紙・・・・対馬市成人式（シャインドームみね）

発行 / 対馬市  
〒817-8510 長崎県対馬市厳原町国分1441  
0920(53)6111 FAX 0920(53)6112  
E-mail tsushima@city.tsushima.nagasaki.jp  
http://www.city.tsushima.nagasaki.jp



**地もんば食べてみらんね!!**  
**ろくべえ**

作り方

鍋に分量の水と干ししいたけを入れて浸す。  
せんだんごはひたひたの水に浸す。かたまりが割れて  
きたらすぐに余分な水を捨て、手でこねる。時間をお  
きすぎるとどろどろになってしまうので注意する。  
を大きめのおにぎりぐらに丸め、熱湯の中に入れ色が変わる程度  
にゆで、よくこねる。（ゆすぎないように注意する）  
大きめの鍋に湯を沸かし、を「ろくべえせぎ」という道具で押し出し  
ながら入れてゆでる。浮いてきたら水にとってさらし、水気を切る。  
(下記写真参照)

にぶつ切りの鶏肉を加えて煮立て、煮立ったらごぼうを加えAで調  
味する。  
器にを盛り、かまぼこをのせてをかけ、ねぎを散らす。



鍋の  
中に  
「ろくべえ  
せぎ」  
で  
押し  
出しこ  
そろそろ  
あが  
りかな?





「ろくべえ  
の  
あがり

材料(4人分)

せんだんご	300g
干ししいたけの薄切り	4枚分
ごぼう	8cm
水	5カップ
鶏肉(好みの部位で)	200g
A 薄口しょうゆ	大さじ3~4
酒	大さじ1
かまぼこの薄切り	8切れ
細ねぎ(小口切り)	1本

対馬の伝統的な郷土食の一つである「ろくべえ」は、めん料理の一つで、そばやうどんのように調味しただし汁をかけ、薬味をのせて食べます。  
デンプン質が多いので、ゆでると表面が透き通ります。つるつるっとのど越しのいい食感と、さつまいもデンプン独特の香りがおいしさの特徴です。

な島です。対馬

この用紙は地球環境保護のため再生紙を利用しています。