

今月お誕生日を迎える子ども達を紹介しします!!

お誕生日おめでとう

4が生まれ

としくん、1才の誕生日おめでとう★わんぱくでもりもり食べるとしくんが、お父ちゃんもお母ちゃんも大好きだよ♡これからも元気もりもり育ってね☆

ほり いとし き
堀井俊希くん
4/6生まれ(1才) 厳原町

大空1才の誕生日おめでとう☆マイペースの大空☆可愛い笑顔にいつも元気もらってるよ！ありがとう～☆これからもよろしくね♡ハハママお姉ちゃんより

はら やまと
原 大空くん
4/7生まれ(1才) 上対馬町

あつという間に2才/毎日沢山の笑顔がありがとう♡これからも、ゆっくりと、のびのびと、ゆくるらしく成長してくれるのが楽しみです☆ハハママより

おおつら ゆくろ
大浦夢来ちゃん
4/21生まれ(2才) 上対馬町

3才のお誕生日おめでとう!!おしゃべりも、いたずらも、上手になってきたね♪これからも楽しく真っ直ぐな運真でいてね☆いつも見守ってるよ♡ハハママより

はや さきはる ま
早崎遥真くん
4/27生まれ(3才) 厳原町

ひまちゃんが我が家に来てくれて1年/毎日家族のみんなを楽しませてくれて、ありがとう♡これからも元気一杯大きくなってね☆ひまちゃんの家族一同より

こじま ひまり
小島陽葵ちゃん
4/23生まれ(1才) 美津島町

えいた、3才おめでとう!よく食べてよく動いてよくおしゃべりする姿がみんな大好きです☆保育園でもいっぱい遊んでね♪

ほら だえいた
原田瑛汰くん
4/15生まれ(3才) 厳原町

将来の夢は消防車に乗る予定です!3才おめでとう!!父・母より

いのう えれん
井上漣咲くん
4/15生まれ(3才) 美津島町

獅恩くん、お誕生日おめでとう♡歌や踊り、お話でみんなを明るくしてくれる獅恩くん♪らっちゃんの面倒もよくみくれるお兄ちゃん☆4月から幼稚園楽しみだね!!♡ハハママ&らより

まつばら しおん
松原獅恩くん
4/16生まれ(4才) 美津島町

ゆうと5才の誕生日おめでとう♪ガンパって休まず保育園に行こうね♡ユウト大好きだよ♡

やました ゆうと
山下雄翔くん
4/13生まれ(5才) 上対馬町

※毎月たくさんのご応募をいただいています。下記問い合わせ先へお誕生日の前月27日までに応募ください。(先着順ですが初めての方を優先します)

募集

今月の表紙・・・対馬市立金田小学校 二人だけの入学式

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】合資会社 厳原印刷所(広報担当まで)
 〒817-0012 対馬市厳原町日吉3001 ☎0920(02)06690
 Eメール izuin21-t@apricot.ocn.ne.jp

発行/対馬市

〒817-8510 長崎県対馬市厳原町分1441

☎0920(53)6111 FAX 0920(53)6112

E-mail tsushima@city-tsushima.jp

http://www.city-tsushima.nagasaki.jp

平成27年度標語コンクール最優秀賞作品紹介

食育は人をそだて 地産地消は地域を育てる



食育・地産地消レシピ 野菜のかみかみ和え



材料(4人分)

キャベツ	150g
人参	40g
きゅうり	60g
塩	少々
みそ	小さじ2
酢	小さじ2
砂糖	小さじ1
白すりごま	大さじ1/2
かつお節	小1パック

作り方

- ① キャベツは1口大に切り、人参は皮をむいて細切りにする。キャベツ、人参は湯通しして水気をしぼる。きゅうりは薄い輪切りにして塩もみする。
- ② ビニール袋にみそ、酢、砂糖、すりごま、かつお節を入れる。
- ③ ②に①の野菜を加えて和える。5分程おいて盛りつける。

1人分栄養価

エネルギー	33kcal	たんぱく質	1.6g
カルシウム	40mg	食塩	0.4g



〈広報つしま4月号に要した費用〉¥1,580,688 〈本年度累計〉¥1,580,688

！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。