

今月お誕生日を迎える子ども達を紹介します!!

お誕生日おめでとう

4がつ生まれ

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♡これからもうしくね♡パパ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、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♡♡ パパママより

おお たら ゆ くろ
大浦夢来ちゃん
4/21生まれ(2才) 上対馬町



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環境がみんな大好きです★保育園でもいっぱい遊んでね♪

はら た 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ことです!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♪らちゃんのお顔もよくみてるお兄ちゃん♡♡4月から幼稚園楽しみなね!!★パパママより

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

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。
【広報業務受託業者】合資会社 厳原印刷所 (広報担当より)
TEL 0920-5317001 対馬市厳原町日吉3001 0920-5317002
E-mail izuin21@apricot.ocn.ne.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 野菜のかきかき和え



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。