



ゆきの  
椎名 薫乃さん  
多古中1年4組  
『おどるオレンジ』



「好きな果物をデザイン化して描きました。オレンジが踊るように表現することが少し難しかったですが、色のグラデーションがうまく描けました」



県防犯ポスターコンクール金賞

地域の犯罪見逃さない

鷹の目 町の日 みんなの目

鈴木 瞳子さん  
多古中3年5組

「すべての犯罪を警察や町民の方が見張っている様子を表現しました。このような賞を受賞することができ、とてもうれしいです」

県防犯ポスターコンクール佳作

あわてないで

振り込む前に相談しよう

野平 有希さん  
多古中2年4組

「皆さんがいろいろな犯罪にだまされることのないように描きました。賞をいただくことができ、とてもうれしく思います」

HAPPY BIRTHDAY  
お誕生日おめでとう  
1月

みんなのひろば

多田 美結ちゃん  
H20年1月2日生まれ  
〔高津原〕  
「アンパンマン大好き♡  
毎日楽しく保育園に行ってます」

阿部 柚乃ちゃん  
H19年1月15日生まれ  
〔北場〕  
「もうすぐ3歳。正義の味方、シンケンジャーピンクになりたいな♡」

石井 はると  
晴人ちゃん  
H19年1月26日生まれ  
〔本三倉〕  
「カーズ大好き。毎日カーズと一緒に遊んでいるよ。ほくの宝物♡」

郡司 りき  
理希ちゃん  
H21年1月26日生まれ  
〔豊田〕  
「外に出たいよ〜☆  
お姉ちゃん、早くボクと遊んで!!」

半田 しょうたろう  
翔太郎ちゃん  
H21年1月22日生まれ  
〔飯簀〕  
「チャームポイントはくせ毛とエクボ♡  
友達沢山できるといいな!!」

秋山 ただしげ  
忠茂ちゃん  
H18年1月11日生まれ  
〔五辻〕  
「じいじのトラクターで畑の中をお散歩したよ。いつも遊んでくれてありがとね」

所 しんのすけ  
新之助ちゃん  
H19年1月8日生まれ  
〔染井〕  
「ほく動物が大好き!!  
でも、虫はちょっと苦手!!  
優しい子供に育ってほしいです」

篠塚 ゆうま  
悠真ちゃん  
H21年1月16日生まれ  
〔二本松〕  
「悠真は我が家の★破壊王★  
ブロックの塔目指して  
僕まっしくら!!」

クッキング レシピ62 鶏もも肉と里芋の煮物



タイム

「鶏肉との相性ピッタリ♡  
ホクホクの里芋を召し上がれ!!」



■材料 5人分 575kcal (1人分 115kcal)

- 鶏もも肉..... 100g
- かつお節..... 少々
- 里芋..... 350g
- 油..... 少々
- 塩..... 少々
- 砂糖..... 大さじ1と1/2
- こんにやく..... 1/2枚
- しょうゆ..... 大さじ2
- ニンジン..... 100g
- 酒..... 大さじ1/2
- 干しシタケ..... 8g
- みりん..... 大さじ1/2
- シタケの戻し汁... 1/2カップ

- 作り方
- ①鶏肉を1.5cm角に切る。
  - ②里芋を一口大に切り、塩もみをして水で洗い流す。
  - ③こんにやくを一口大にちぎり、さっとゆでる。
  - ④ニンジンをイチョウ切りにする。
  - ⑤シタケの戻し汁と水を合わせた150ccを煮立ててから、かつお節を入れてさらに5分程度煮立て、こしてだし汁を作る。
  - ⑥鍋で油を熱し、鶏肉、ニンジン、里芋、こんにやくを炒めてから、だし汁、シタケを加えて煮る。最後に砂糖、しょうゆ、酒、みりんで味付けし、煮含める。



提供：保健推進員  
鈴木美千代さん(坂)

一口メモ

里芋は、古来より子孫繁栄の縁起の良い食品とされています。里芋の独特のぬめりはガラクトタンといわれ、消化促進などに効果があります。また比較的低エネルギーで、食物繊維が豊富。お腹のお掃除にもぴったりです。

元気な子ビッコ大募集!

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。

◆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29日(金)です  
◆4月生まれの締め切りは2月26日(金)です