

お家のアイドル



ゆうと
佐藤 優人くん

●4歳11か月

●若松

佐藤 英人さん・百合子さんのお子さん

郵便屋さんになりたい

雪山でのそり遊びが大好きな優人くん。「冬は寒いけど嫌じゃないよ」と胸を張ります。お家では、ミニカーを走らせたり、お気に入りのキャラクターシールを集めて自分だけのシール帳を作ったりして遊んでいます。負けず嫌いの性格で、節分の日にどんぐりにやって来た怖い鬼にも上手に豆をぶつけることができました。好きな食べ物はバナナ、イチゴ、アイス、餃子。嫌いな食べ物は梅干し。本当は野菜もあまり好きではありませんが、頑張っただけ食べています。将来の夢は、郵便屋さんになること。そんな優人くんのことをご両親は「名前のとおり優しい人になってね」と、温かく見守っています。

今晚つくれる! 食改さんの

かんたんレシピ



豆乳みぞれ鍋

1人分460.7kcal 塩分1.8g

材料 (4人分)

無調整豆乳1ℓ、大根おろし1/2本、醤油小さじ2、みりん大さじ1、味噌大さじ2、塩こしょう適宜、具材(人参1/2本、ごぼう1/2本、玉ねぎ1個、長いも1/4本、ぶなしめじ1パック、ほうれん草1パック)、切り餅4個、揚げ油

作り方

- 鍋に豆乳、醤油、みりん、味噌を入れ、沸騰しないように弱火で過熱する。
- 温まった①に下ゆでした人参、ごぼう、ほうれん草と、生の玉ねぎ、長いも、ぶなしめじを入れ弱火で加熱する。切り餅は1/4にカットし、揚げ油を薄くひいたフライパンで焼く。
- 具材に火が通ったら、軽くしぼった大根おろしと焼いた餅を入れて完成。

ワンポイント

1人分で約200gの野菜をとることができます。沸騰すると豆乳が分離してしまいますので注意してください。

多摩市と災害時応援協定

「ふるさと交流事業」きっかけに



協定書に調印した阿部市長(左)と井上町長
=置戸町役場で

町は2月8日、東京都多摩市と、大規模な災害が発生した場合の相互応援協定を結びました。置戸町が他の自治体と応援協定を結ぶのは今回が初めてです。

町と多摩市永山地区は平成2年から子どもたちを中心とした相互交流「ふるさと交流事業」を行っており、これを縁に、同じ災害で影響の及ばない遠方自治体との協力体制を整える考えで一致しました。

町役場で開かれた締結式で阿部裕行市長は「草の根の交流を続けてきた置戸町と協定を結ぶことができ大変心強い」とあいさつ。井上町長も「今後もいろいろな交流の機会を設けられたら」と述べ、協定締結をきっかけとした一層の連携強化を確認していました。