

お家のアイドル



とおま ●5歳1カ月
福地 遥真くん ●新光
 福地 真由美さんのお子さん

警察官になりたい

ここにこと笑顔で出迎えてくれた遥真くん。やさしいお姉ちゃんとお兄ちゃんとは、いつも仲が良く、3人で遊ぶこともあるそうです。家ではブロックやお兄ちゃんと戦いごっこをして遊ぶことが大好きです。お誕生日には車のラジコンを買ってもらい、楽しく遊んでいます。8月末に補助輪を外した自転車に乗ることができるようになりました。最近楽しかったことは、馬力だすべえ祭でニジマスを手で捕まえたこと。好きな食べ物は、イチゴとカレーライスとアボカド丼。将来の夢は警察官になること。そんな遥真くんのことをお母さんは「元気でやさしい子に育ててほしいです」と、愛息子の成長を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



トマトと豆腐の味噌汁

1人分54kcal 食塩相当量0.9g

■材料(6人分).....
 ダシ汁【水900cc、ダシ用昆布・かつお節各適量】、味噌大さじ4(約66g)、トマト1個、豆腐1/2丁、玉ねぎ1/2個

■作り方.....
 ①トマトと豆腐は一口大のさいの目に切る。玉ねぎは1cm幅のくし切りにする。
 ②鍋でかつお節と昆布でダシをとり、①を鍋に入れひと煮たちする。
 ③味噌を溶き入れて、お椀によそい完成。(味噌を溶き入れたら沸騰しない様に注意して下さい)

■ワンポイント.....
 味噌汁とトマトは珍しい組み合わせかもしれませんが、トマトの酸味と甘味が味噌の風味と意外に馴染みおいしいです。酸味の強いトマトの場合は、少し加熱時間を長くして酸味をとばして下さい。甘味の強いトマトであれば、さっと火を通す程度で調度良いです。トマトが好きなお方にも苦手なお方にもおすすめのレシピです。

新たに置戸町に 来た方を紹介する

みなさんこんにちは



ふるた えいこ
古田 英子さん

置戸赤十字病院
 看護師長

【出身は】帯広市生まれ
 【前任地】北見赤十字病院
 【ご家族は】夫、夫の母
 【趣味は】ジョギング

【置戸の印象】すれ違う人が挨拶する、祭りでは町民が参加し盛り上げるなど、まとまりがある。
 【皆さんへ一言】地域の皆さんに、「置戸に病院があつてよかった」と、言っただけのようにスタッフみんなで貢献したいです。



いわさき つかさ
岩崎 司さん

養護老人ホーム常楽園
 公務補

【出身は】北見市
 【ご家族は】父、母、弟
 【趣味は】アウトドア
 【置戸の印象】親戚がいるため以前から遊びに来

ていたこともあり、馴染みのある自然豊かなまち。
 【皆さんへ一言】仕事はまだまだ不慣れではありますが、仕事に励みながら、休みの日は置戸の自然も満喫していきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします。