

# Happy Birthday Onga Kids

3歳までの誕生日のお子さんの写真を募集中  
(申込期限)  
8月生まれ…6月末まで

申込方法は  
こちら▶



**小田 葵彩ちゃん** (2歳)

ニコニコ笑顔も、いたずらしてときの悪い笑顔も大好きだよ!

**松本 智菜美ちゃん** (1歳)

ちなの素敵な笑顔で毎日幸せだよ♡元気がいっぱい大きくなってね! 1歳おめでとう!!

**濱田 偉月ちゃん** (1歳)

★1歳のお誕生日おめでとう★みんなを癒してくれてありがとう。これからも元気がいっぱい大きくなってね♡

**下郡 天真ちゃん** (1歳)

天ちゃんお誕生日おめでとう! 毎日癒しをありがとう♡すくすく元気に育ってね!

**山根 拓也ちゃん** (3歳)

拓ちゃん誕生日おめでとう♡これからたくさん素敵な笑顔を見せてね♪

**内田 葵ちゃん** (3歳)

3歳のお誕生日おめでとう! おしゃべりが上手で元気がいっぱいのおおひちゃん、みんな大好きだよ!

**行正 壮佑ちゃん** (2歳)

誕生日おめでとう♡お姉ちゃん達と一緒に楽しいことたくさんしようね♡

**松本 凧紗ちゃん** (2歳)

毎日幸せをありがとう。これからも健やかに、のびのび大きくなってね♡おめでとう!

**徳王 凛太郎ちゃん** (2歳)

2歳のお誕生日おめでとう♡食べることが大好きな凛ちゃん、これからもすくすく育ってね!

エコバッグや子ども荷物の荷物入れとして使えやすい薄めの生地だよ♪



## 遠賀町オリジナルグッズ コットンマルシェバッグ

- 価格 1枚600円(税込)
- 素材 コットン、ポリエステル
- 大きさ 約W45×H35×D13cm
- 割引 こども割100円(未就学児がいる人は500円で購入できます。)

- 販売場所  
▷遠賀町役場企画政策課窓口  
▷おんがみらいテラス
- 問い合わせ 広報係  
☎093-293-1377



## ローストポークの夏野菜のせ

### ■材料(4人分)

- |                    |     |            |
|--------------------|-----|------------|
| 豚ロース肉(とんかつ用) …280g | A { | 塩 ……小さじ1/2 |
| トマト ……200g         |     | こしょう ……少々  |
| ナス ……200g          |     |            |
| ピーマン ……150g        | B { | 酒 ……大さじ1   |
| サラダ油 ……大さじ2        |     | 塩 ……少々     |
| トマトピューレ ……300g     |     | こしょう ……少々  |
| 粉チーズ ……大さじ2        |     |            |

### ■作り方

- 1) 豚ロース肉は筋を切り、両面にAで下味をつける。
- 2) トマトはヘタを取って乱切りに、ナスはヘタを取って5mm厚の輪切りに、ピーマンはヘタと種を取って乱切りにする。
- 3) フライパンにサラダ油を半分入れ、1)を並べて中火で2分ほどこんがり焼く。
- 4) 裏返してさっと焼き、別皿に取り出す。
- 5) フライパンをキッチンペーパーで拭き、残りのサラダ油を入れて、ナス、ピーマンを炒める。しんなりしたらトマトピューレ、トマトを入れて混ぜ合わせる。
- 6) Bを加えて味を整え、4)を戻し入れて、ひと煮たちさせる。
- 7) 器に盛り、粉チーズをふる。

食進会の  
**おんがめし**  
■問い合わせ  
健康対策係



カリウムが豊富な夏野菜で熱がこもった体を冷やし、ビタミンB<sub>1</sub>が豊富な豚肉で疲れた体を回復させましょう!



食進会員 江戸さん

