

子育てサークル合同運動会

2月2・3日 豊平区民センター

区内で活動する15の子育てサークルが集まった合同運動会。親子合わせて約250人が参加しました。



▲段ボール紙の乗り物を使ってリレーです。



▲お母さんも一緒に楽しみました。

とよひら
フォト
アルバム



▲特別ゲストのこりんとうめーたん。



▲みんなで「かけっこ」。誰が一番速いかな？

スノー&アイスクャンدل大作戦2005

2月7日～13日 中の島地区

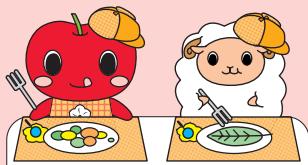
「さっぽろ雪まつり」の期間に合わせて、各地区で行われたアイスクャンدل大作戦。中の島地区では、約100個のアイスクャンدلに明かりを灯しました。



◀児童会館の入り口にも。



▲中の島1条3丁目三角地点。



第2回

リンゴのレシピ

今回のリンゴのレシピは、リンゴの角切りが入った「みぞれサラダ」をご紹介します。色とりどりの材料を使い、酢で仕上げたあっさり味のサラダです。5分ほどで簡単に出来上がりますので、皆さんもどうぞお試しください。

みぞれサラダ

～カラフルサラダで食卓に春を呼ぼう!!～

●材料（4人分）

リンゴ $\frac{2}{3}$ 個 ダイコン200g キュウリ80g かにかまぼこ40g
ホールコーン缶20g A[酢大さじ2 砂糖小さじ4 塩小さじ $\frac{1}{4}$]

●作り方

- ①ダイコンはすりおろし、ざるに上げて軽く水気を切る。
- ②リンゴ、キュウリは1cmの角切りにし、かにかまぼこは1cmの長さに切る。ホールコーンの水気も切っておく。
- ③ボウルにAを合わせ、①、②を加えてさっと混ぜ合わせる。

●1人分の栄養価

エネルギー57kcal たんぱく質1.7g 脂質0.2g 塩分0.5g



※豊平区では、区民の皆さんからリンゴを使ったオリジナルレシピを募集しています。①お勧めレシピ ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号を記入の上、下記へご応募ください。はがき、ファクス（813-3603）、豊平区ホームページで随時受け付けています。

（応募先・詳細）〒062-8612 豊平区役所総務企画課広聴係 内線214

リンゴレシピ

ないかな～？

