

♪ ミニミニクッキング ♪

《オクラのスライス炒め》

材料(4人前): オクラ30本(1cm幅に切る)  
クミン・シード 小1  
(A)ターメリック...小1 カイエン・ペッパー...小1/4  
 garam masala...小1/4 サラダ油...大2 自然塩...小1/4

作り方

- ① フライパンにサラダ油を入れて中火にしたら、クミン・シードを加える。焦がさないように注意しながら、しばらく強火で炒める。
- ② クミン・シードの色が濃く変わってきたら、水気を切ったオクラを加えてサッと炒めあわせる。
- ③ 弱火にして(A)と塩をオクラにまぶすように入れて炒める。
- ④ オクラに火が通るまで、かき混ぜながら炒める。

《大根とゴーヤ、トマトの和風スープ》

材料(2人前): 大根...3cm(半月切り) ゴーヤ...3cm(半月切り)  
トマト...1/2個(乱切り) 豚こま切れ肉...80g  
だし汁...400ml しょうゆ...小2 塩...ふたつまみ  
味噌...小1/2

作り方

- ① 鍋にだし汁と大根を入れ、中火にかける。沸騰したら火を少し弱め塩を加え、さらに豚肉を入れてからアケをとる。
- ② しょうゆとゴーヤを加え、さらに煮る。
- ③ 味噌とトマトを加え、とっと煮る。



性格は落着き過ぎない感じがします。(笑)

大嫌い「ガミガミ」...雷が鳴るとビクビクしてずっと震えています。

特技「バーンッ」というと、銃で撃たれたように倒れます。(スゴイ!)

大好き「フグイロチキン」...匂いがするとすり寄ってきつて足元を舐めます。

チワワの「ニャンヤム」(4オ)です。



わたしは人気もの

おしゃべりドットコム

http://www.sawayaka-mail.com

2011年 8月25日(木) vol.260

『街のたより』第112回 第1回『こども塾』開講します!

「賢い子どもに育てほしい…」とは多くの親御さんが思うこと。今年は学習指導要領の教材に新聞が加わり、社会で起きる様々なニュースにお子さんが多くの興味を示されているのではないのでしょうか? そ・こ・で… やさしいことからむずかしいことまで、お子さんの疑問に上手に答えてくれる先生をお呼びして、「面白くて」「ためになる」痛快! 『こども塾』を開講します。1回目はお子さんにとっていちばん身近なお金“おこづかい”をきっかけに、社会の中でお金がどのような役割を担っているのかを勉強します。講師の太田先生は普段は大企業の講演会などにも招かれるファイナンシャルプランナー、2人のお子さんの優しいパパでもあります。経済だけでなく、自然・地球・医療・スポーツ・芸能など色々な話題を取り入れたお話がとても面白いので、保護者の方も楽しい時間をお過ごしいただけるとと思います。第1回の開催につき今回の定員は10名様とさせていただきます。ご参加お待ちしております。

10月22日(土曜日) 9:30~11:30  
パルテノン多摩4F 学習室

朝の学習は効果的!

参加費: おひとり様 ¥500 (教材、おみやげ代含む)  
※必ず保護者の方とご来場下さい。保護者の方も見学できます。  
講師: 日本FP協会認定ファイナンシャルプランナー 太田哲也氏  
定員: 10名様 今回は小学2年生~4年生のお子様を対象とさせていただきます。定員になり次第締め切ります。  
★ご希望の方は参加されるお子様のお名前・性別・年齢(学年)をご記入のうえHPよりお申し込みください。(電話・FAXの申込みは不可)  
http://www.sawayaka-mail.com

先生はどんな人?

ぼくはお金(経済)のことを色々な人にわかりやすく説明するお仕事をしています。大学時代から神奈川県で海水浴をしている人たちの安全を守る「ライフセービング」というお仕事もしています。元アナウンサーの池上彰さんって知ってるかな? ぼくの将来の夢は池上さんのようにみんなの質問に面白く、わかりやすく答えてあげられるようになることなんだ。「こども塾」でみなさんに会えるのを楽しみにしています。



太田哲也

『こども塾』へようこそ…  
“今日は『お金博士』になれる日。”

当日の流れ(スケジュール) ※一部変更になる場合もあります。

- ① 9:40~10:00 【おこづかいの使い方】  
→おこづかいを貯めている人、全部使っちゃう人、みんなはどうしてる?
- ② 10:00~10:20 【おうちの中でのお金の使いみち】  
→パパ・ママはみんなのことを考えてお金を使っているよ。どんなふうにお金が使われているかみんなで考えてみよう!
- (5分間休憩)
- ③ 10:25~11:00 【社会の中でのお金の流れ】 『経済のしくみ』  
→パパがお仕事してお給料をもらってくるけど、そのお金の流れはどのようになっているの? みんなでゲームをしながら「働く」「稼ぐ」「使う」について勉強してみよう。
- ④ 11:00~11:20 【新聞を読んで勉強したことを確認する】  
→実際の新聞をみんなで読んでみよう。今までよりも新聞を読むのが楽しくなっているはず…。  
どんなことが面白かったかみんな教えてね。

大好評! 第56回 バスツアーのお知らせ

駒ヶ岳ロープウェイで行く秋の『千畳敷カール』

- 旅行期日 10月12日(水)
- 旅行代金 11500円(昼食・路線バス・ロープウェイ代含む)
- ◆お申込み・お問い合わせは (株)朝日旅行 TEL03-3248-6464 担当: 笹嶋
- ◆本日(8/25)、新聞チラシが折込まれていますのでご覧下さい。

☆プレゼントコーナー☆

- ★ 1. BOOK 『めざせ 甲子園!』 ..... 20名様
- ★ 2. ベルマーク収集BOX ... ご希望の方へもれなく差し上げます。
- ★ 3. 『第49回 アミューズメントマシンショー』 幕張メッセ 9/17(土) ..... 5組様
- ★ 4. 『東洋館』漫才・コント・バラエティ定席 平日ご招待券 9/12~10/7 ..... 5組様
- ★ 5. 『大倉喜七郎と邦楽』『美術に視る音色』2展覧会 大倉集古館 9/25まで ..... 5組様
- ★ 6. 『ちひろのあかちゃん』 ちひろ美術館・東京 10/23まで ..... 5組様
- ★ 7. 『箱根 ひめじらの湯』 平日入湯ご招待券 9/30まで ..... 5組様
- ★ 8. 『帆船日本丸&横浜みなと博物館』 共通ご招待券 11/30まで ..... 5組様
- ★ 9. 『新横浜スケートセンター』 滑走ご招待券 9/30まで ..... 5組様
- ★ 10. 『KID-O-KID』 8館共通(うち1館のみ有効) 入場ご招待券 11/30まで ..... 5組様
- ★ 11. 『サンリオピューロランド』 特別入場券 9/30まで ..... 5組様
- ★ 12. 『こどもの国』 入園券(4枚1組) 12/30まで ..... 5組様
- ★ 13. 『日本ハム VS ロッテ』 東京ドーム 9/13(火)・14(水)・15(木) 18:00試合開始(共通チケット) ..... 5組様
- ★ 14. 『東京ヤクルト VS 横浜』 神宮球場 9/17(土)・18(日)・19(月) 18:00試合開始(日付別チケット) ..... 5組様
- ★ 15. 『東京ヤクルト VS 広島』 神宮球場 9/21(水) 18:00試合開始 ..... 5組様
- ★ 16. 『横浜Fマリノス VS ガンバ大阪』 日産スタジアム 9/18(日) 18:00 キックオフ ..... 6組様
- ★ 17. 『横浜Fマリノス VS ベガルタ仙台』 日産スタジアム 9/24(土) 15:00 キックオフ ..... 6組様

《応募方法》

- 応募用紙に記入し、FAX又はハガキで下記宛にお申し込み下さい。
  - パソコン・携帯電話(一部ご利用になれない機種がありますのでご了承下さい。)からはWeb会員に登録の上、お申し込み下さい。
- 新規登録の方は、おトクなクーポン情報満載!  
アサウェブタマ.com にアクセス!  
http://www.sawayaka-mail.com/  
★「アサウェブタマ」で検索!★

\*応募締切り ▶ハガキ:8月29日(月)必着  
▶FAX&パソコン・携帯電話:8月29日(月)正午まで  
\*応募多数の場合は抽選となります。  
\*チケット1組は2枚です。1枚のみをご希望の方は1枚希望チェックボックスに  をお願いします。  
当選はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

☎206-0033  
多摩市落台1-20-10  
ASA多摩センター  
フリーダイヤル 0120-165-211

フリーFAX0800-800-3154

対応機種をお持ちの方は、右のバーコードをお使いください。カメラで読み取るだけで簡単アクセス!  
(読取方法は、各機種により異なります)



はがきに、点線で切ってお送り下さい。

プレゼント応募用紙

第1希望	第2希望	第3希望
★NO.( )	★NO.( )	★NO.( )
1枚希望 <input type="checkbox"/>	1枚希望 <input type="checkbox"/>	1枚希望 <input type="checkbox"/>

ご住所 多摩市

お名前 様

TEL

お客様 照会番号

(1あわりになる場合のみ お願いします)

当店へのメッセージ