

Yさん家(南) 小太郎ちゃん(オス・10カ月)

このファッションでお散歩しながら、子どもたちを見守る犬のおまわりさんです。



問 環境政策課 ☎内線1563

お散歩や遠出をするには気持ちのいい季節がきました。犬の飼い主さんはフィラリア症予防を始めましたか？  
フィラリア症は蚊が媒介動物となり病気の原因となる犬糸状虫を伝播し感染します。蚊は15℃を越えると吸血活動を行いますから、秋、冬、涼しくなっても油断はできません。12月までしっかりと投薬を続けましょう。

う。猫も同様にフィラリア症に注意が必要です。犬に比べて寄生するフィラリアの数が少ないため検査では分かりにくく、より予防薬の投与が大切になります。いずれも投与期間等については、かかりつけの動物病院にご相談ください。



掲載わん・にゃん募集中！ 環境政策課までご連絡ください

ドッグラン 6月1日(木)・14日(水)・25日(日)  
市民無料開放日 AM9:00～11:00

問 ツインギー・アンド・パラダイス(猪子町832-5) ☎886-6616  
この事業は、ツインギー・アンド・パラダイスのご厚意により、無償で行っています。利用条件がありますのでお問い合わせください。



「毎月19日は食育の日」おとな子どもも毎日食べよう！朝ごはん。

しあわせをよぶ  
レシピ

問 健康づくり推進課(市保健センター内) ☎内線1744

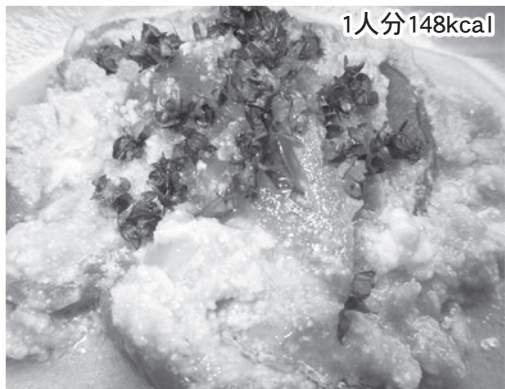
このレシピは「食と健康の応援団」ヘルスマイト(食生活改善推進員)が作成しました



## 5分で作れる！トマトと卵の明太子炒め

ごはんはもちろん、パンやパスタとも相性抜群！朝食におすすめの一品です。トマトは加熱すると甘味やうまみがグッと増します。トマトのうまみ成分のグルタミン酸は、果肉よりも種のまわりのゼリー一部分に多く含まれているので、種を除かずにそのまま使ってくださいね。

「USHIKU野菜オーケストラ」  
トマペコ



- 【材 料】**(4人分)  
 トマト…………… 中2個  
 明太子…………… 50g  
 卵…………… 3個  
 サラダ油…………… 大2  
 パセリ(みじん切り)…………… 適量
- 【作り方】**  
 ① トマトは、くし形に切る。  
 ② 明太子は皮に切れ目を入れ、包丁の背で中身をしごき出しボウルに入れる。  
 ③ ②のボウルに卵を入れてよく混ぜ合わせる。  
 ④ フライパンにサラダ油を熱し、トマトを強火で炒めしんなりしたら、③の卵液を入れ大きく混ぜながら炒め、半熟状態で火を止める。器に盛りパセリのみじん切りをちらしてでき上がり。

一口メモ

トマトの皮が気になる場合は、湯むきして皮をとりましょう。