



山田 友美

新年明けましておめでとうござい
ます!今年もよろしくお願ひします

昨年は、何となく忙しく、バタバタ(ートビ)してました。お
そのせいか、色んな事がおろそかになってしまいました。
だから今年は、子供も4月で2才になる事
だし、今年どの様に何でも両親まかせに
せず、少しずつでも計画的に自分でこなせる
様、頑張りたいと思、ています!!

今年こそは、嫁娘の口癖

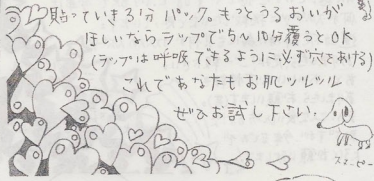
「くんなあ、おあちいね〜!!!」も直り
がわいらしい。おあしやかな女の子
に成長してもらいたいよとセカに
願、ています。をぞ期待!です。笑



浦 晃子



私、凝ってます
毎年秋から冬になるとお頬の凍瘡が。
でも今年の話題の「フージョン」パックで
乾燥知らず、今の戸ツルツルです
そのパックとは「コトコト」のホドで
ぬらして軽くホドでミイラホド木(500円石炭質大
目穿)をなじませて「ソト」で薄く裂き「顔」に
貼、ていける「ハ」パック。もつとる「お」が
ほしいなら「ラップ」で「5」分「覆」ると「ホ
(ラップは呼吸を「する」ように「必ず」穴をあける)
これで「あなた」も「お肌」ツルツル
ぜひ「お話し」下さい。

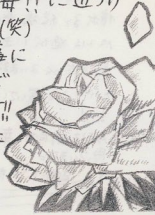


馬立 あずさ

あけましておめでとう
ございます。キキ

昨年は、魚釣りにハマったおかげで
魚やイカをさばけるようになり、
ケタイの激安アクションで服を購入
したりと、もしかして良妻賢母??に近づけ
てる様な気がしてます(笑)

今年もまた何か新しい事に
チャレンジし、プラス志向で
頑張りたいと思、てます!!
パートになりましたが、また
1年、よろしくお願ひ
しますね♡

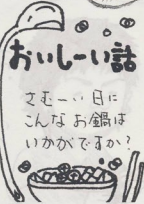
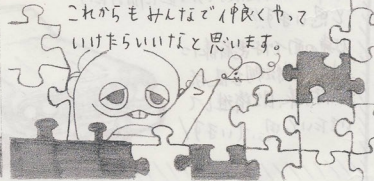


吉野 真由美



新年あけまして
おめでとうございます。

私も今年で「自田」に入、て6年目を迎、えます。
だいぶ「仕事」にも「慣」れましたが、「主」も「非」
学が「事」も「たく」さんあります。
スタッフの「みんな」とも「仲」良く「な」れたし
これから「みんな」で「仲」良く「や、て
い」け「たら」いい「な」と「思」います。



おいしい話

たまー日に
こんなお鍋ほ
いかがですか?

白菜と豚バラ肉のんにく鍋

材料(4人分)

白菜	600g
豚バラ薄切り肉	350g
んにく	2片
みつば	適量
塩、こしょう	各適量
酒	1/2カップ
昆布だし(昆布を水に30分つける)	2カップ

作り方
 ◎白菜はざく切りにし、豚肉はひと口大に切る。んにくは薄切りにする。
 ◎土鍋に白菜と豚肉、んにくを層になるように交互に重ねて、塩、こしょうをしながらギュッと押さえて詰める。煮汁を注いでふたをし、火にかける。
 ◎煮立った音がきたら弱火にし、15分煮る

マネ
したい

体調がすぐれない日に
胃にやさしい「ほうじ茶」が
「胃」が疲れると、ほうじ茶が飲みたくなりま
すよね。おかげにしたらいい
かも? と思いついたレシピ
がコレ!ほうじ茶3カップと