

# クイズに答えて食事券をGet!! しよう 広報こもろクイズ

## ▶ 今月のクイズ

小諸市は今年4月で、市制施行から「●●周年」を迎えたでしょうか!?

## ▶ 今月のプレゼント

**Cafe Dining Crescent (カフェダイニングクレセント)**

☎ 26-5678 (市 677-3)

「500円お食事券」を20名様にプレゼント!!

※プレゼントの食事券は、掲載された小諸飲食店組合加盟店様のご厚意によるものです。



今年で開店20周年!

ピザやパスタなどイタリアンを中心とした創作洋食を提供しています。天井が高くゆったりとした店内で落ち着いた大人の時間をお過ごし下さいませ。(小学生未満は入店不可、貸切の場合は可、別途貸切料金)

【営業時間】 11:30~14:00 LO、17:30~22:00 LO

【定休日】 水曜日

## ▶ 応募方法

クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号・広報こもろを読んだ感想(あれば可)を記入のうえ、はがき・FAX・電子申請のいずれかで、4/30(火)必着でご応募ください。(一世帯1通に限ります。)

※当選者発表は、食事券の発送をもって代えさせていただきます。

## ▶ 応募・問い合わせ先

〒384-8501 (所在地記載不要)

小諸市役所 企画課 FAX 23-8766

(右二次元コードから応募可能)

【先月号の答え】「医師」の働き方改革



## ▶ 小諸飲食店組合 食事券提供特別企画

広報こもろクイズ提供店12店で使える食事券2,000円分を、抽選でプレゼント!(合計15名様)

(提供:小諸飲食店組合)

2024年1月~12月の一年間、食事券当選者を除いた全正解者の中から抽選で賞品が当たります。(毎月1通、年間で12通の応募が可能。食事券が1回当たった場合、残りの11通が抽選対象。)

毎日食べよう!

「朝食レシピ」

子どもも大人も、朝食を食べ  
ていない人が多いことがわか  
りました。そこで今年度は、  
簡単にできる朝食レシピを  
紹介していきます。

# しらすトースト

- ☑ 忙しい朝におすすめ! 食パンに食材をのせて焼くだけの簡単レシピ!
- ☑ チーズに合う食材はいろいろありますが、しらす干しもよく合います。お好みでオリーブオイルをかけてもおいしいです。
- ☑ 朝ご飯は体と脳を目覚めさせ1日を元気にスタートするためのエネルギー源となります。朝食を食べる習慣がない人は、おにぎり、牛乳、ヨーグルトなど手軽に食べられるものを食べることから始めましょう!

## ■ 材料 (2人分)

材料	分量
食パン6枚切り	2枚
しらす干し	20g
とろけるチーズ	2枚
白ごま	適量
のり	お好みで

## ■ 作り方

- ① 食パンにしらす干し、とろけるチーズ、白ごまをのせる
- ② トースターでチーズがとろけるまで焼き、お好みでのりをのせてできあがり

☎ 子ども育成課 子ども育成係  
(4/1以降は、こども家庭支援課 こども保育係)

子育てを応援するフリーマガジン [ママモ]

# mamamo

ママモ65号は4月下旬配布予定です!

特集  
予定

・保育園・幼稚園入園の心配事  
・子連れ旅のくふう

お便り、お写真など投稿募集中 → <http://mamamo.info/> 右のQRからもどうぞ。

企画・編集・発行:株式会社アイク 佐久市猿久保805-1 TEL.0267-66-6660 FAX.0267-66-6661



小諸市内をはじめ  
佐久地域の  
幼稚園・保育園で  
園児一人一人に  
無料配布しています!

mamamoの  
**LINE**



QRより「お友だち追加」を  
お願いします!

●「お友だち追加」でうれしい特典●

① ママモの表紙モデルに  
応募できる!

② 会員さん限定のお得な  
情報をゲット! などなど...