



小城のいろんな話題を
突撃レポートする おぎレポ

さあ、あなたも一歩踏み出そう！自分革命！「おぎんちゅプロジェクト」

おぎんちゅプロジェクトとは、小城に縁のある男性が小城の良さを伝えながら、女性を「おもてなし」して、新しい恋を見つける企画です。エフエム佐賀の「I♥OGI」スタッフが小城を盛り上げるために取り組まれています。

おぎんちゅプロジェクトの会員は市内在住か、市内に勤務している独身男性で、現在約 50 人が登録されています。男性陣は女性との出会いの場「おもてなし会」に向け、「男磨き」講座で一流の講師陣から身だしなみやコミュニケーションなどを楽しく学んでいます。

徳丸さんは「男磨きで自信がつき、おもてなし会では学んだことを実践して実を結んだ人もいます」と手応えを話されます。

また、県内外から参加される女性の中にはおもてなし会で小城の四季やイベント、食の魅力を知り、「小城がよかったし、もう一度あの人と会いたくて」とリピーターも。

「自分を変えつつ、新しいパートナーを探しましょう。私たちも全力でサポートします」と頼もしいI♥OGIの皆さん。

来年 1 月～ 2 月には 4 回目のおもてなし会を計画中とのことです。恋愛に臆病になっているアナタ！新しく一歩前に進んでみてはどうでしょうか。



▲おもてなし会の様子

現在、男磨きでは「モテる男の肉体改造計画」を実施中！

会員登録など詳細は、エフエム佐賀
「I♥OGI」スタッフブログをご覧ください。



問 申 株式会社エフエム佐賀 ☎25・7790



今月の料理

「ホウレンソウと干しえびの炒め煮」

材料 (4人分) 1人分→63kcal

- ホウレンソウ …… 300g
- 干しえび …… 15g
- ニンジン …… 40g
- 油 …… 大さじ 1
- 酒 …… 大さじ 1
- 塩 …… 少々
- こしょう … 少々

作り方

- 1 ホウレンソウは 3 cmに切っておく。
- 2 ニンジンは千切りにしておく。
- 3 干しえびは乾煎りして取り出しておく。
- 4 フライパンに油を熱し、ニンジン炒め、ホウレンソウと干しえびを加え、酒・塩・こしょうを入れ、酒蒸しにしたら完成！



問 健康増進課 ☎37・6106

手軽にできるのが、困った時の一品に
どうぞ。

私のおすすめ
レシピ
牛津町食生活改善推進員
(ヘルスマイト)の皆さん



干しえびは10gで200mgのカルシウム
が取れます。これは牛乳200mlにあたり
ます。干しえびには他にもマグネシウム
や鉄も含んでいる優れた食品です。
いろいろな料理に使えます。



小城市広報「さくら」 次号の2月号は1月20日発行です。

発行／小城市 編集／総務課

〒845-8511 佐賀県小城市三日月町長神田 2312 番地 2

TEL 0952・37・6111 (代表) FAX 0952・37・6163

E-mail info@city.ogi.lg.jp

住民基本台帳にもとづく人の動き

平成27年11月30日現在 (前月比)

人口／45,872人(+1) 世帯数／15,844世帯(+15)

人口の内訳 男性／21,655人(-16) 女性／24,217人(+17)



「小城市広報さくら」は大豆油インキと再生紙を使用しています。