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「Î♥OĞII 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。

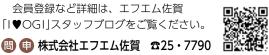
来年 1 月~ 2 月には 4 回目のおもてなし会を計画中とのこ とです。恋愛に臆病になっているアナタ!新しく一歩前に進ん でみてはどうでしょうか。



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。



司の食材

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 ····· 300 g
- ●油 …… 大さじ 1
- 干しえび ·········· 15 g
- 酒 …… 大さじ 1
- ニンジン ······· 40 g
- 塩 …… 少々
- こしょう … 少々

手軽にできるので、困った時の一品に どうどっ



牛津町食生活改善推進員 (ヘルスメイト)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。

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、ニンジンを炒め、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!



健康増進課 ☎37・6106

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。