



「どこがあぶないのかな？」

渡邊 正樹 / 監修
少年写真新聞社

毎日の学校生活のなかで、どこがあぶないのかを考えます。安全に行動すれば、自分もまわりの人も安心!けがのないよう、楽しい学校生活を送りたいですね。



「日本全国給食図鑑 東日本編」

フレーベル館

学校の給食は、どうやって作られているのでしょうか。献立をきめてから学校に届くまでがわかります。全国のびっくり給食、地域によって違う米や牛乳などが紹介されています。

おはなし会

中央図書館

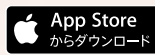
日時 4月12日(金)
午前10時30分
4月13日(土)
午後 2時30分
場所 1階おはなし室
読み手 とんがりぼうし
おはなし会

佐織図書館

日時 4月20日(土)
午前10時
場所 絵本の部屋
読み手 おはなしいっぱい会



妊娠中から子育て期までの子育て世代に必要な情報満載!!
アプリをダウンロードして、ぜひご活用ください。



<https://aisai.city-hc.jp/>

問 児童福祉課 ☎(55)7118

就学相談のお知らせ

受付時間	午前9時～午後4時 (土・日曜日、祝日を除く)
場所	学校教育課・就学先小学校
内容	お子さんの学校生活について、 心配なことや相談したいことを受付

※年長児の方は、早目にご相談ください。なお、入学を翌年に控えたお子さんに限らず利用することができます。

問 学校教育課 ☎(55)7136

わくわく 給食レシピ

にんじんごはん

No.13



◆にんじんごはん ◆牛乳 ◆白ごま豆乳鍋
◆ほうれん草のおひたし

食育ポイント

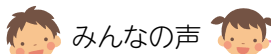
- ・愛西市は、木曽川沖積層の深い砂壌土を利用して、高品質のにんじんを栽培しています。この地域では、八開地区で多く栽培されています。
- ・にんじんの味を活かし、茎わかめの食感をアクセントにした混ぜご飯です。

材料(小学生・4人分)

- ◆にんじん.....80g
- ◆しょうゆ.....大さじ1弱
- ◆鶏ひき肉.....60g
- ◆三温糖.....大さじ1/2弱
- ◆しょうが.....2g
- ◆酒.....小さじ1
- ◆れんこん.....40g
- ◆削り節.....6g
- ◆カット茎わかめ.....8g
- ◆水.....適宜

作り方

- ① にんじんは2cmほどの長さの千切り、れんこんは2mmほどの厚さのいちょう切り、しょうがはすりおろしておく。
- ② 削り節で出汁をとっておく。(和風だしの素でもよい)
- ③ 鶏ひき肉としょうがを炒め、れんこん、にんじん、茎わかめ、水、調味料の順に入れ煮る。
- ④ 煮あがった具をごはんに混ぜたら完成。



みんなの声

- ・にんじんが苦手だけど食べることができた!
- ・ごはんがおいしくておかわりした! もっと食べたかった。

(愛西市教職員会 栄養教諭・学校栄養職員部会)

