

# 子どもの本棚

お知らせ



## 「ふゆとみずのまほう こおり」

片平 孝 / 写真・文 ポプラ社

暑い夏、ひんやり氷の本はいかがですか。軒下に長くのびるつらら、バームクーヘンのような氷、アイスフラワーとよばれる氷の花など、この地方では見ることのできない氷の形も楽しめます。水はこんなにも様々な形に変化できるのですね。自然が作り出す不思議な氷をご家族で楽しんでください。



## 「お月さんのシャーベット」

ペク・ヒナ / 作 ブロンズ新社

暑くて寝苦しい夏の夜、「ぼた…ぼた…ぼた」あれ!?お月さんがとけてる!しつかりもののおばあちゃん、えらいこつちやと言いながら、たらいで月のしずくを受け取ります。さあ、それをどうしましょう。

暑い夜、月が出ていたら、たらいの用意をお忘れなく!

暮らしに便利

## 夏休み子ども映画会

8月の毎週水曜日に映画会を行います(31日はお休み)。3回以上参加の方には小さなプレゼントをご用意しています。

## 図書館開館時間について

8月より、図書館の開館時間は通常の開館時間になります。

※詳しくは22ページをご覧ください。

あいさい見聞録

## 不登校等相談のお知らせ

**受付時間** 午前9時～午後3時  
(土・日曜日、祝日を除く)

**場所** 市江地区コミュニティセンター  
佐織総合福祉センター

**内容** 「不登校・ひきこもり」などで悩む市内の小中学生の保護者を対象に相談を行っています。まずは、お電話でご相談ください。

**問** すまいる佐屋 ☎(33)1120  
すまいる佐織 ☎(24)9735

健康ガイド

## ファミサポからのお知らせ

**移動事務所** ～相談、新規の登録などにご利用を～

**日にち** ①9/8(木) 市江児童館  
②9/21(水) 八輪子育て支援センター

**時間** 午前11時～正午

※利用の予定のない方も安心のために事前に登録しておけば、いざという時もスムーズにサポートが受けられます。

※インフルエンザや新型コロナウイルス感染症による保育園などの休園・学級閉鎖などでお困りの時はお問い合わせください。

※依頼会員の登録は、母子健康手帳をお持ちください。

※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、変更になる場合があります。

**問** 市ファミリー・サポート・センター ☎(31)6677 FAX(28)5505

スポーツ

## わくわく給食レシピ

## じゃがいものうま煮

No.53

**材料**(小学生・4人分)

じゃがいも…280g(中3個) 半平……………40g みりん……………小さじ1  
がんもどき(小玉)…40g 干しいたけ…4g(大2枚) しょうゆ……………大さじ1強  
こんにゃく……………60g さやいんげん……………20g 和風だしの素…小さじ1  
鶏肉……………80g 酒……………小さじ1 水……………60cc  
にんじん…40g(中1/2本) 砂糖……………大さじ1弱

**作り方**

- 1 じゃがいもは皮をむき、1.5cm程のさいの目に切り、水にさらしてからザルに上げる。
- 2 半平は5mm程の幅に切り、がんもどきとともに熱湯をかけて油抜きする。
- 3 こんにゃくは、薄い短冊または5mm程の拍子木に切り、さつとゆがいてアクを抜く。
- 4 鶏肉は食べやすい大きさに切る。
- 5 にんじんは、厚さ5mm程のいちょうに切る。
- 6 干しいたけは戻して干切り、さやいんげんは1cm程の長さに切る。
- 7 鍋に酒をふりかけた鶏肉を入れ、にんじん、じゃがいも、こんにゃく、干しいたけ、水、和風だしの素を入れて煮る。
- 8 にんじんとじゃがいもが少し柔らかくなってきたら、半平、がんもどき、残りの調味料を入れて煮込む。
- 9 具が煮えたら、さやいんげんを入れて、火が通ったら完成。

**食育ポイント**

・旬のじゃがいもと相性がよい食材と一緒に煮含めることで、味がよくなるうえに、栄養のバランスがとれます。  
・給食では、削り節で「だし」をひいて作っています。

(愛西市教職員会 栄養教諭部会)



- ◆金芽ロウカット玄米ごはん◆牛乳
- ◆じゃがいものうま煮◆めひかりの唐揚げ
- ◆小松菜のおひたし



子ども達の様子、声

・じゃがいもがほくほくして、おいしかった。  
・ごはんによく合っていた。

イベント

子育て1・2・3

まちかどtopics

