

子育て・子育て 支援情報 42

問合せ先 市役所こども育成グループ
☎52-1111 (内線362・363)
Eメール ikusei@city.takahama.lg.jp

こども育成グループから、子育て・子育て支援に関する情報を毎月1日号で、お知らせします。

はぐみん優待シヨップ 紹介します

4月より開始した、子育て家庭優待事業。
新たなはぐみん優待シヨップを紹介します。

◆Cafe Garden P.o.t.
小池町五丁目5番地6
☎52-8166

定休日／水曜日(第2・4水曜日の午前10時～午後3時は営業)

特典内容／お子さまにアイスク



カワラッキーの 月かわり レシピ



クリームまたはキャンディーを
プレゼント。
PR/地元で採れた新鮮な卵や
自家栽培の野菜、新鮮でヘル
シーな料理をモットーにして
います。

こども食育マスコットキャラ
クターのかわら食人カワラッキ
ーが、保育園で子どもたちが食
べている給食やおやつ作り方
の一部をご紹介します。ご家庭
でも簡単にできます。ぜひ、お
子さんと一緒に作ってみてくだ
さい。

◆さつま汁
材料(1人分) さつまいも20
g、大根15g、ねぎ5g、だ
し汁150cc、味噌8g

- 作り方
- ①さつまいもは厚めのいちよう切りにし、水にさらす。大根はいちよう切り、ねぎは小口切りにする。
 - ②鍋にだし汁、大根を入れ、火にかける。
 - ③さつまいもを加え、やわらかくなるまで煮る。
 - ④ねぎを加えて味噌をとき、ひと煮立ちさせる。

カワラッキーから一言

さつまいもは、甘藷(かんしょ)とも呼ばれるよ。
加熱すると甘味が増すから、あまいも(甘藷)とつけられたんだ。食物繊維がたっぷりだから、お通じにいいよ。



▶カワラッキーの着ぐるみがかきました。市内の行事に参加したり、幼稚園・保育園・学校にも遊びに行きます。みんなに会えるのを楽しみにしているよ！