

# 子育て支援情報

市役所こども育成グループから、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。

## 支援情報

問合せ先 市役所こども育成グループ  
☎52-1111(内線362)

No.88

食育  
応援!!

### 高浜市食育協力隊

## カワラッキーフレンズの 取り組み紹介

食育の啓発や実践活動に協力していただける団体や事業者を高浜市食育協力隊カワラッキーフレンズ(登録制)といます。今回紹介するカワラッキーフレンズは、「高浜市立図書館」です。

### かわら美術館&図書館

## 「食育」を知る本 食育コラボ

「食育」を知る本

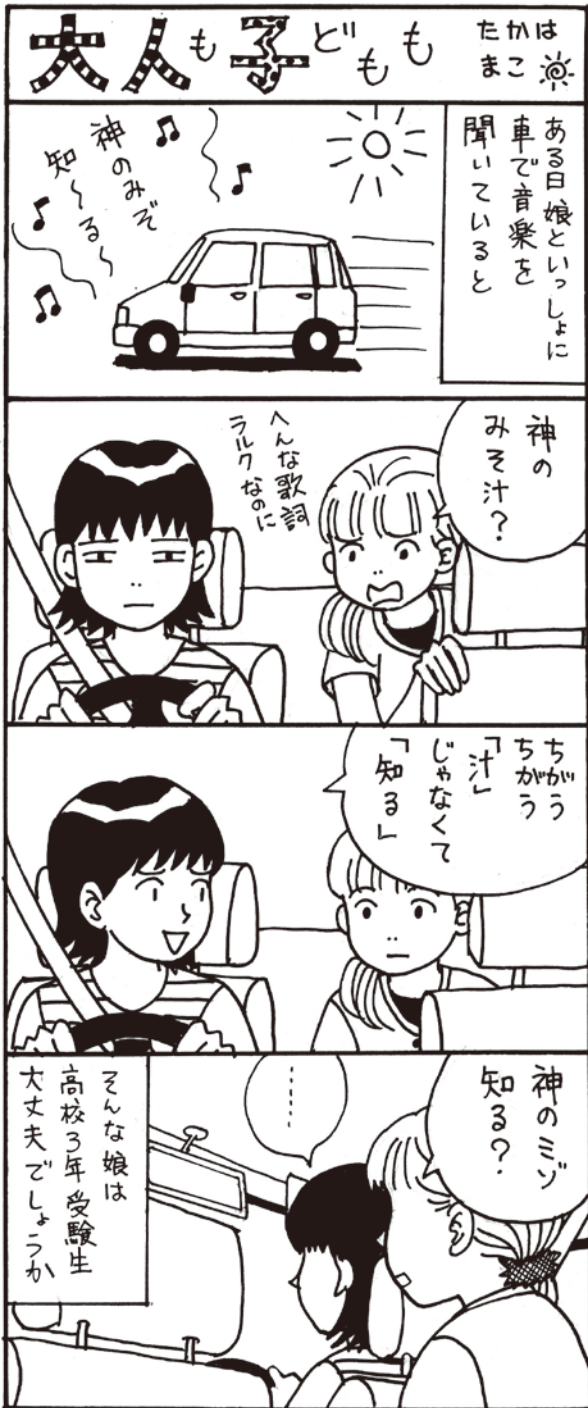
絵本に  
出てくる  
食べものに  
注目!



かわら美術館で9月9日(日)まで開催中の「やなせたかしの世界展」では、子どもたちに大人気のアンパンマンとその仲間たちが登場しています。図書館では、この展示に合わせて、絵本に出てくる料理やおやつが実際に作れるように、子ども向けの料理本のコーナーを設置しています。

「おうちで楽しく食育」の手伝いができればと思います。料理の本を借りて、ぜひ親子で作ってみてください。

この記事の内容に関する問合せ先 図書館 ☎52-0240



T.Mさんからのエピソードです。

## カワラッキーの 月かわり レシピ

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、保育園の給食やおやつの作り方の一部を紹介します。ぜひ、家庭でもお子さんと一緒に作ってみてください。

### ◆かみかみ大根サラダ

材料(3人分)

切干大根24g、貝柱30g、胡瓜45g、人参30g、じゃこ15g、油少々  
A(醤油大さじ2分の1、塩少々、砂糖少々、ごま小さじ1)

作り方

- ①切干大根は水に浸して戻す。水気をしぼって、食べやすい長さに切る。胡瓜と人参は千切りにする。
- ②①をさっとゆでて水気をしぼる。貝柱もゆでてほぐす。
- ③Aを混ぜ合わせてドレッシングをつくる。
- ④フライパンに油をしき、じゃこを炒る。
- ⑤食べる直前に②に③を混ぜ、④のをのせる。

切干大根は、生の大根を細く切って干したものだよ。生の大根とは違う甘味と噛みごたえがあるよ。

