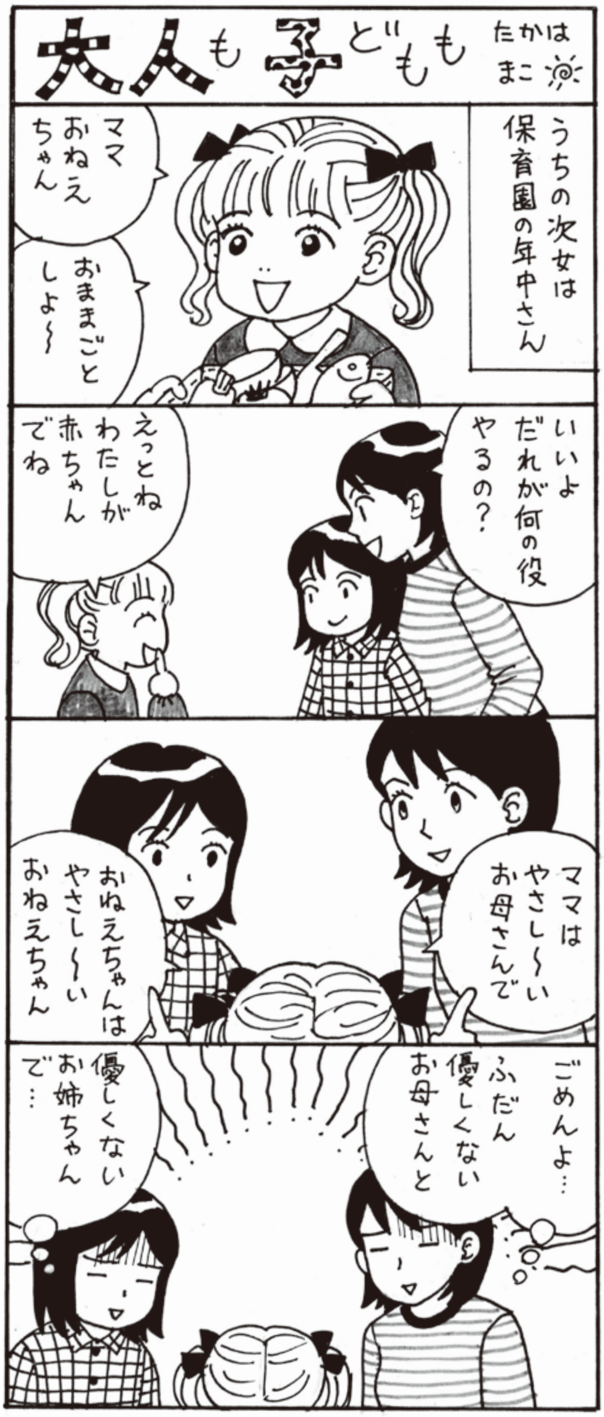
子育ち子育て支援情報

市役所こども育成グループから、子育ち・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。

問合せ先　市役所こども育成グループ
☎52-1111（内線362）

No.97



Y.Nさんからのエピソードです。

GoGoはまキッズが行く！

GOはままつり！参加者募集

市内の子育て支援センター、子育て支援グループ、いちごプラザが合同で実施するイベントが「GO GOはまキッズが行く！」です。ふだんはそれぞれが独自に子育て支援に取り組んでいますが、このイベントでは、各グループが日ごろの経験を持ち寄って楽しい内容を企画しています。

今回は、「GOはままつり！」として、いろいろな遊びのコーナーを用意しています。家族揃って出かけてください。

- **と　き**　6月29日（土）午前10時～正午（受付開始／午前9時45分～）
- **ところ**　いきいき広場3階
- **参加費**　こども1人につき150円（保険代、材料費など）
- **持ち物**　お茶（プラバン用に絵の見本がいる方は、3センチ×9センチに収まる絵）
- **内　容**　サーキットあそび、ぷかぷかすくい、手作りおやつ、プラバン、あそびのコーナーなど
- **対象・定員**　幼児（兄弟可）50組程度（要予約・先着順）
- **受付開始**　6月3日（月）　午前10時～
- **申込方法**　各子育て支援センター、市役所こども育成グループ、いちごプラザに電話または直接申込
- **その他**　活動中のけがや事故については、応急処置はしますが、責任は負いかねますのでご了承ください。
- **問合せ先**　高浜市社会福祉協議会高浜市いちごプラザ ☎52-5232

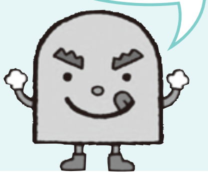
カワラッキーの月かわりレシピ　郷土料理編

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、高浜の郷土料理の作り方を紹介します。家庭でも、お子さんと一緒に作ってみてください。

◆とりめし

材料（作りやすい分量）
米2.7合、もち米0.3合、鶏肉180g、人参（中）1本、油揚げ1.5枚、鶏脂適量、A（みりん大さじ1、砂糖大さじ3、たまり醤油大さじ2）

作り方
①米ともち米を研いでザルにあげ30分置き、炊飯器に入れ、通常の水加減で炊く。
②人参、油揚げは小さな短冊切り、鶏肉は小口切りにする。
③鶏脂で鶏肉を炒め、表面が白くなってきたら、Aと人参、油揚げを入れて煮る。
④米が炊けたら、ごはんの表面に菜箸で数カ所穴をあけて、③の具と汁を半分ずつ入れてふたをし、もう一度炊く。（ごはんと具は混ぜない）
⑤④が炊けたら、そのまま20分蒸らし、③の残りの半分を入れて全体を混ぜる。

「とりめし」が郷土料理となったのは、昔から養鶏が盛んな地域で、卵が産めなくなった鶏（廃鶏）を鶏めしにして、最後まで命を大切にいただくようになったからだよ。

6月19日の「食育の日」は、市内全小中学校、幼稚園、保育園の給食は「とりめし」です。