

# あきの子育て通信

～はぐくもう 子育ての輪～  
 令和6年4月号 N0.55  
 発行：子育て応援連絡会  
 発行日：令和6年3月吉日



こんにちは！

「子育て応援連絡会」です！

私たち「子育て応援連絡会」（地域で子育て支援活動を行っている団体・サークルの集まり）は、“安芸市の子育て家庭をみんなで応援しよう！”“子育ては挨拶から！”をテーマに活動しています。

公立保育所  
給食のひみつ☆

## 子どもを育てる！大切なごはん！

保育所の給食では、味覚の広がりや食文化の継承のために、いろいろな物を提供しています。だしは天然のものを使用し、野菜をいっぱい使った献立になっています。また、地産地消の取り組みとして、安芸市の名産『なす』と『じゃこ』を毎月取り入れるようにしています。



給食レシピ紹介



### ◇タンドリーチキン

【材料】(1人分)

- ・鶏もも肉 60g
- ・(★) ニンニク (すりおろし) 少々
- ・(★) 生姜 (すりおろし) 少々
- ・(★) ケチャップ 4g
- ・(★) オリーブ油 3g
- ・(★) カレー粉 1g
- ・(★) プレーンヨーグルト 5g
- ・(★) 黒コショウ 少々

【作り方】

- ① (★)の調味料を合わせてつけだれを作る。
- ② ①のつけだれに鶏肉を1時間程つける。
- ③ 200℃のオーブンで20分程焼く。

### ◇ポテトドーナツ

【材料】(1人分)

- ・じゃが芋 15g
- ・(☆) マーガリン 1.5g
- ・(☆) 砂糖 4g
- ・(☆) 卵 3g
- ・(☆) 牛乳 7g
- ・(☆) エッセンス 少々
- ・薄力粉 15g
- ・ベーキングパウダー 1g
- ・揚げ油 適量



【作り方】

- ① 皮をむいたじゃが芋をゆでて、つぶす。
- ② ①に(☆)を加えて混ぜる。
- ③ ふるった薄力粉とベーキングパウダーを加え、よく混ぜる。
- ④ 生地をドーナツ型で抜いて、油で揚げる。

### おすすめ絵本 From 安芸市民図書館

★安芸市民図書館では「本」を通してみなさまの子育てのお力になればと思っています。みなさまの来館を心よりお待ちしております。



左から  
 「きみのことがだいすき」いぬい さえこ 作  
 「だいすきだよ きょうもいつまでも」アメリカ・ヘプワース 作  
 「ちいさなあなたへ」アリスン・マギー 作  
 「おなかのなかのあかちゃんへ」こがようこ 作



こんにちは。安芸市民図書館です。今回紹介するのは、子どもに対する親の想いや愛情を優しいイラストと言葉で描いた絵本です。みなさま 仕事に家事や育児と毎日忙しく過ごされる中、お子さまに対して「深い愛情」をもって育てられていると思いますが、その気持ちを子どもさんに言葉にして伝えているご家庭はもしかしたら少ないのではないのでしょうか？

「愛情」を言葉にして伝えるのは意外と難しいし、苦手だなと思われる方も多いと思いますが、絵本を通してならお子さまにも分かりやすく、伝えやすいのでおすすめです！ぜひ手にとってみませんか。



画像引用・読書メーカー