

2016年（平成28年）11月発行

なかま

第51号



発行者 益田市保育研究会
情報発信委員会
事務局 〒698-0036
益田市須子町3-1
TEL 23-3607
FAX 22-3554

平成28年度がスタート早8ヶ月が過ぎました。保育研究会では今年も皆さんの協力の下に実のある活動をしてきました。8月21日に《いわみ食育フェスタ「はなちゃんの味噌汁」》、9月4日には《よしとと遊ぼう》。それぞれの活動からは一生懸命に生きる為のメッセージや学びがひしひしと感じられ、参加された皆さんにしっかりと伝わったのではないかと思います。これらの活動を通じて得た学びをこれからの保育に役立てていきたいですね。

ファミリーコンサートを行いました！ 子育て支援推進委員会



9月4日（日）《「よしと」と遊ぼう紙芝居パフォーマンス“tukuru”》を福祉センター大集会室にて開催しました。

台風の接近が予想され曇り空のお天気でしたが、子ども106人、大人82人、計188人とたくさんの親子さんの参加がありました。

コンサートでは紙芝居、歌遊びなどなど、楽しいお話を見たり聞いたり、一緒に踊ったり親子で楽しい時間を過ごしていただけたようです。

あっという間にもうアンコール！もっともっと見たかったなという感じでした。子どもはもとより、大人も「面白かった～」とすっかりよしとさんの魅力に心奪われてしまったようです。

よしとさんも「ソロ活動になって初めての益田でのコンサートでしたが、楽しんでもらえてよかった。益田がより一層大好きになりました。」と言っておられました。また益田に来てくださいね！



いわみ食育フェスタに参加しました!

8月21日グラントワを会場に《いわみ食育フェスタ》が開催されました。映画『はなちゃんのみそ汁』(小ホールにて3回上映)、《ぶちうまフェスタ》を中心としたこのイベントには2,000人を超える参加があったそうです。映画の合間には映画のモデルとなった『はなちゃん』こと安武はなさんと以前保育研究会で講師としてお招きした福岡市の高取保育園園長の松枝智子先生のトークショーやはなちゃんのサイン会もありました。



中庭広場で行われた《ぶちうまフェア》には、萩・石見地方から各地の名産・名物を取り扱う店舗が集結しそれぞれ自慢の品を販売しました。店舗が集結する一画では鰹節削り器を使用しての『かつおぶし削り体験』を実施し、削った後は、持ち帰ったり、その場で出汁の味見をしたりしました。参加者は慣れない手つきで鰹節削りに挑戦していました。またこの削り節を使って味噌玉を作り、手軽に作れるお味噌汁体験もありました。味噌汁の具には真砂豆腐を使用し、調理の際には包

丁の使い方講座も開かれていました。この味噌汁作りは映画との連動性を狙いとしており、味噌汁を作った事のない子、鰹節がどのような物なのか見たことがない子、鰹節を削ったことのない子、そんな子ども達に体験をして欲しいとの思いからの企画だったそうです。

また映画や《ぶちうまフェア》と並んで好評だったのが小ホールホワイエで行われた益田市保育研究会、かのあし保育協議会、並びに益田、津和野、吉賀の学校給食のメニューのパネル展示でした。各保育施設自慢の給食メニューや学校給食のメニューをパネル展示したこの企画は足を止めて見入る参加者や「おいしそうだね。」と楽しそうに会話する親子の姿もみられました。

この翌日から、朝30分早起きをして母親と一緒に味噌汁作りを始めた小学校4年生がいます。出汁や味噌の味、具材に興味を持ち、母親に教えてもらいながら親子で朝食を作っています。今では味噌汁だけでなく、おかず作りに挑戦しています。親子で過ごす大切な時間がまた1つ増えました。『食』とは『生きること』『育つこと』『楽しむこと』。次回このような食育イベントがあれば、是非皆さんもご家族で参加してみてください。



～簡単朝ごはんの紹介～

朝食は、1 日を過ごすための大事なエネルギー源です。朝食は大切と分かっていても、なかなか時間がない！という時にも簡単にできて、おいしいメニューを紹介します♪



『卵チーズご飯』

○作り方 （1人分）

1. 耐熱容器にご飯を入れ、めんつゆと混ぜておく。
2. 真ん中をくぼませ卵を割り入れ、上からスライスチーズと炒りごまをのせオーブントースターで焼く。（1000Wで約5分）
3. 焼けたら切ったわけぎをちらして完成！



○材料

ご飯	茶碗 1 杯	卵	1 個
めんつゆ	小さじ 1	炒りごま	少々
とろけるチーズ	1 枚	わけぎ	少々



『じゃがいもの和風ガレット』

○作り方 （18～20cmのフライパン1枚分）

1. Bのバターとしょう油を耐熱容器に入れ、電子レンジで30秒（500w）ほど加熱して溶かしておく。
2. じゃがいもの皮をむき、うすくスライスし細かく千切りにする。※水にさらさないで良いです
3. ビニール袋に千切りにしたじゃがいもと、Aの材料を



○材料

	じゃがいも	2 個
A	青のり	小さじ 1 強
	こしょう	適量
	片栗粉	小さじ 2
B	バター	10 g
	しょう油	小さじ 2 弱
	サラダ油	適量

入れ、袋の上からもむ。

4. サラダ油を敷いたフライパンにじゃがいもを敷きつめ、弱火～中火で焼く。焼いている時に、上からフライ返しで押さえながら焼くと良い。

5. しっかり固まってきたら裏面も同じように焼き、最後に溶かしておいたBをかけて、再度両面を焼いて完成！



忙しい保育士さんのある日の夕食メニュー



～主食～

〇豚ごぼう旨み焼きごはん

材料：（一人前）

ご飯 茶碗一杯

豚バラ肉 120g

ごぼう 1/2本

（さがきばく切る薄ければOK）

卵 1個（目玉焼き）

炒りごま 少々

万能ねぎ 適量（刻む）

サラダ油 少々

《焼きダレ》

醤油 大1

みりん 大1/2

酒 大1/2

砂糖 大1/2

ニンニク 少々（おろす）

《作り方》

- ① フライパンにサラダ油をひき、豚バラ肉を炒めます。色が変わってきたらごぼうと焼きダレを加えて煮詰めます。
- ② 豚バラ肉がタレでツヤツヤになってきたら出来上がりです。
- ③ 皿にご飯を盛り、豚ごぼうを盛って、目玉焼き、万能ねぎ、炒りごまをふったら出来上がり！

～付け合わせ～

〇中華きゅうり

材料（4人分）

きゅうり 200g

砂糖 小1

醤油 小2

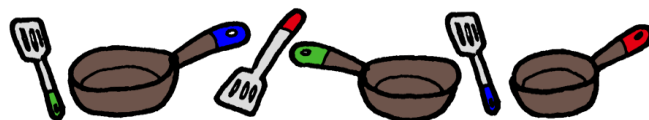
酢 小1/2

ごま油 小1

《作り方》

- ① きゅうりはさつと湯がいて、乱切りにする。
- ② 鍋に調味料を合わせ、ひと煮たてした中に①のきゅうりを入れ10分ほど煮る。

※あとはお好みのお汁を添えていただきます。



今回の汁はワカメと豆腐の中華スープです。



保護者会連合会 益田市長へ要望書提出

10月26日に益田市認可保育所の保護者アンケートの集計をもとに保護者会連合会の役員さんが山本市長に要望書を提出しました。要望事項としては、

- 1、益田市認可保育所保育料負担金額等の軽減
- 2、安心して産み育てることのできる医療体制の確保
- 3、安心して仕事と子育てができる社会環境の整備
- 4、公共施設の整備・充実
- 5、放課後児童クラブの整備・充実
- 6、保育所職員の処遇改善

以上6項目という内容でした。これらの要望が少しでも益田市政に反映され、子育て家庭のみならず、益田市で子どもを育むすべての人たちがよりよい方向へ進んでいけることを切に願っています。



編集後記

今年も残りわずかとなりました。この情報誌「なかま」を通じて、保育研究会の取り組みや研修内容などを、会員の皆さんに少しでも知って頂けたらと思います。日々の生活の中で、私たち自身も気づきや発見を大切にし、子ども達の成長に寄り添い、みんなが笑顔で生活できるといいですね。これからも皆さんの知りたい情報や役立つ内容を発信していきたいと思います。

益田市保育研究会情報発信委員会

委員長	佐々木白文	(遠田)	副委員長	本田行信	(まるに)
委員	増見典子	(匹見)	委員	永岡洋子	(豊川)

この機関紙に対するご意見・ご感想をお寄せ下さい。あて先はこちら↓まで
益田市保育研究会情報発信委員会：メールアドレス masuho@image.ocn.ne.jp
ホームページ：URL <http://masuho-k.jp/>