



### よんでみてオススメ絵本

「むにゃむにゃ きゃつきやつ」

こぐま社  
柳原良平 作

赤ちゃんは擬音語や擬態語が大好きです。「ひらひら」「がしゃーん」「ぼたーん」声に出して読むと、ますます楽しくなり、ママも赤ちゃんも思わず笑顔になります。きれいな色彩の切り絵がどこかユーモラスで、言葉の響きとリズムによって想像力が刺激される絵本です。

### 春のおはなし会

4月19日(土)  
【第1部】午後2時～午後2時30分  
【第2部】午後2時40分～3時40分  
場所 城東図書館おはなしのこべや  
出演 城東おはなしの会のみなさん  
定員 50名(当日先着順)  
おはなし(ストーリーテリング)を聞いて楽しんでいただきます。子どもたちのための第1部と大人の方も楽しめる少し長めのおはなしの第2部の2部構成で行います。(両方の参加もOK)

こっちも楽しんでね  
城東図書館イベント  
城東区新喜多東1-1-7  
06-6963-5680

# しぎのばる 第2回

1,000円相当のお店自慢のサービスが、ばるチケット1枚で楽しむことのできるお得で嬉しい『街ばる』イベントです。地域を元気づけるフリーマーケット『それいけ！フリマ』も同時開催です。

## 4月19日(土)開催

しぎのばる参加店舗でチケットを購入して参加してください。  
前売り券 チケット5枚綴り 3,000円  
当日券 チケット5枚綴り 3,500円  
ガイドマップで参加店舗をチェックして、開催日当日に参加店舗で特別メニューと引き換えにチケットを使用します。  
残ったチケットは「あとばる期間(4/20～4/26)」中に参加店舗で金券として使えます。  
※一部店舗を除く。※各店舗1回のお会計につき1枚まで。

【公式サイト】<http://www.jotonamachi.jp>  
【Facebook サイト】<https://facebook.com/Jotonamachi>  
【TEL】070-5269-3455  
【MAIL】[info.jotonamachi@gmail.com](mailto:info.jotonamachi@gmail.com)  
【Twitter】@Jotonamachi

## 祝日 なんの日？

4月29日 昭和の日

激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす日です。

もともとは、昭和の時代の「天皇誕生日」という祝日でしたが、昭和64年

1月7日に昭和天皇が崩御されたことを受けて、平成元年から「みどりの日」に改められました。

「国民の祝日に関する法律」の一部を改正する法律(平成17年法律第43号)が平成19年から施行され、「国民の祝日」として新たに「昭和の日」が加わり、「みどりの日」は5月4日に移動しました。

また、この時「国民の祝日」が日曜日に当たるときは、その日後においてその日に最も近い「国民の祝日」でない日を休日とすることになりました。

## Coeur marche'

### クール・マルシェ

クール(ハート)とマルシェ(市場)でクール・マルシェ心のコモったおもてなしができればと考えています。てづくり雑貨の販売、洋服のオーダーメイド各種ワークショップ等をお楽しみください。

4月28日(月)、5月30日(金)、6月30日(月)  
10:00～16:00

活動予定  
4/19 しぎのばる出店  
4/1～5/2 今里筋線地下鉄構内キヨリ展示  
6/16～6/27 城東区役所1階区民キヨリ展示

お問合せ **ねこまや(奥田)**  
電話 090-8532-5414  
メール [nekoma\\_ya@yahoo.co.jp](mailto:nekoma_ya@yahoo.co.jp)  
サイト <http://www.nekomaya.net>

しぎのばるにも出店する「ねこまや」(ママさんたちの創作チーム)が城東商店街で手仕事のイベントを開催します。趣味の手作り品を発表・販売したい方、作家活動の場を広げたい方、ネイルやエステの有資格者等を募集しています。これから何か手作りを始めてみたい方という方も大歓迎です。(各種講習あります)子どもが小さいからとか兄弟が多いからとあきらめないで、育児の情報交換をしながら、趣味でつながるママ友の輪を広げましょう。

## 子育て応援しちゃいます！ わくわく城東

No. 11  
4月1日発行

発行・城東区役所 子育て支援室 06-6930-9857  
編集・育児サークルシングルズ team\_singlez@yahoo.co.jp  
協力・城東区子育て支援連絡会

### 子どものおやつには、お腹を満たすだけでなく3度の食事では摂りきれないエネルギーや栄養素、水分を補給する「補食」の役割があります。

## 大好きおやつ！

#### コーンフレークのおこし

材料1人分  
コーンフレーク 15g (砂糖をまぶしていないもの)  
マシュマロ 9g  
マーガリン 8g

- ① バットや盆などにクッキングシートを敷いておく
- ② コーンフレークを袋の中で荒くつぶしておく
- ③ なべにマーガリンを入れて火にかけ、溶けたらマシュマロを入れて焦がさないように火加減に注意しながらよく混ぜるマシュマロが溶けたら火を止める
- ④ ③にコーンフレークを加えて全体によくからませる
- ⑤ ①のバットや盆に手早く入れて平らにととのえ、上にもクッキングシートをのせて、同じサイズのバットや盆で上から押さえつける
- ⑥ 常温で固まるので適当な大きさに切り分ける

#### マカロニあべかわ

材料1人分  
マカロニ 10g  
きな粉 5g  
砂糖 3g  
塩 少々

- ① マカロニはゆでてさっと水に取り、ざるにあげて水気をきっておく
- ② きな粉と砂糖と塩を合わせておく
- ③ ①のマカロニに②をまぶす

#### お麩のラスク

材料1人分  
麩 5g  
マーガリン 8g  
砂糖 5g

- ① クッキングシートを敷いたオープン皿に麩を重ねないように並べておく
- ② マーガリンを溶かす
- ③ ②と砂糖を混ぜ合わせたものを麩にかけて、オープンで焼き色がつくまで焼く

#### れんこんおとし焼き

材料1人分  
① れんこん 30g  
じゃがいも 20g  
にんじん 5g  
② 桜えび 1g  
片栗粉 9g  
しょうゆ 0.5g  
油 少々  
青のり 少々

- ① ①をすりおろす
- ② ①と②を混ぜ合わせる
- ③ フライパンに油をひいて②を焼く
- ④ 器に盛り、青のりをふる

#### マカロニのチーズ焼き

材料1人分  
マカロニ 10g  
油 2g  
塩 少々  
④ トマトピューレ 3g  
パン粉 3g  
粉チーズ 5g

- ① マカロニはゆでてさっと水に取り、ざるにあげて水気をきっておく
- ② ボールに①と④を入れてあえる
- ③ 200度に温めたオープンで焼き色がつくまで焼く

#### きな粉パン

食パン(8枚切) 1/2枚  
④ きな粉 3g  
砂糖 3g  
マーガリン 5g

- ① ④を混ぜ合わせておく
- ② 食パンの片面に①をぬり、焼き色がつくまで焼く
- ③ 適当な大きさに切って盛り付ける

#### じゃこのトースト

食パン(6枚切) 1/2枚  
ちりめんじゃこ 4g  
マヨネーズ 5g  
青のり 0.1g  
白ごま 0.5g

- ① 湯通ししたじゃことマヨネーズを合わせる
- ② 食パンの片面に①をぬり、焼き色がつくまで焼く
- ③ 青のりとごまをふり、適当な大きさに切って、盛り付ける

#### 五平もち

材料1人分  
ごはん 60g  
油 少々  
みそ 7g  
砂糖 12g  
④ ごま 3g  
水 7g

- ① ごはんはつぶして、適当な大きさの平たい丸型にする
- ② フライパンに油を熱し、①を両面焼く
- ③ 鍋に④を混ぜ入れ、焦がさないように煮る
- ④ ②に③をからめる

#### トースト2種類

材料1人分

