



「マーボー豆腐」



〈材料〉大人2人分

- ・豆腐 1丁
 - ・たまねぎ 1/3 個
 - ・にんじん 10g
 - ・ピーマン 10g
 - ・豚ひき肉(赤身) 80g
 - ・しょうが(チューブ) 少々
 - ・ごま油 少々
 - ・片栗粉 少々
 - ・スープ 3/4 カップ (150ml)
- A [・さとう 小さじ1
・しょうゆ 大さじ1
・みそ 大さじ1

作り方

大人メニュー

- 豆腐は水を切り、さいころ位に切っておく。
にんじん、ピーマンは細かいみじん切り、たまねぎはみじん切りにする。
- Aを合わせておく。
- 鍋にごま油を熱して豚ひき肉を炒め、たまねぎ、にんじん、ピーマンを入れて炒める。
- ③にスープ、②の調味料、豆腐を加えて煮る。
- しょうが(チューブ)少々を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。

※大人用はラー油や一味を加えるなどして、辛さ調節をしてね!

初期
中期
後期
完了期

- ① たまねぎ、にんじんを取り分け、すりおろす。
② だし汁(昆布)に、たまねぎにんじんを加えて煮、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ① 大人メニュー①のみじん切りにした野菜を取り分け、だし汁で軟らかく煮る。
② しょうゆ数滴で薄く味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ① 大人メニュー③を取り分け、スープと調味料でこく薄く味付けし、柔らかくなるまで煮る。
② 豆腐を加えて水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ① 大人のメニュー④を取り分け、調味料を控え目にして煮る。
② しょうが(チューブ)をごく少量加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。

インフォメーション

↑ ※切り取ってレシピカードとして利用してね!

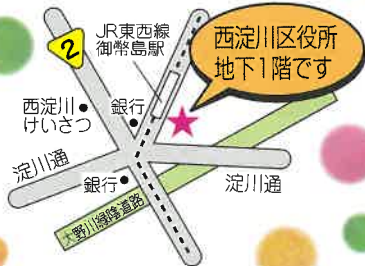
子ども向けの催しもたくさんあるよ!
西淀川図書館

- 開館時間**
- 火～金曜日(第3木曜日は休館) 10:00～19:00
 - 土・日曜日、祝・休日・7/21～8/31の月曜日 10:00～17:00
- 休館日**
- 月曜日・第3木曜日(祝・休日は開館)
 - 7/21～8/31の月曜日は開館
 - 年末年始 ●蔵書点検期間



赤ちゃんは「びよーん」が大好き!

赤ちゃんも
図書館カードが
作れます



絵本
だいすき!

【絵本紹介】
ぼけっと
(絵本の会 西淀川)

図鑑のような絵で
植物やちようちよが
描かれています。
オオイヌノフグリ目録の
ストーリーも面白い。



「ちようちよ はやくこないかな」

甲斐 信枝/さく
(福音館書店)

春の花、オオイヌノフグリはきれいに咲いて、ちようちよがやってくるのを待っている。ちようちよはきつときてくれる。あきたきた! 白いちようちよがきた。あれ、よその花へいっちゃった。ちよとがっかりした小さな花。花も蜜もいっぱいあるのになあ。たくさんきたちようちよ。あ～あ。み～んなよその花へいっちゃった。そこへちいさなちようちよ。あ～よかった。やっときてくれた。よろこぶ小さな花。淡い色彩が暖かい春を感じさせます。親子が向き合って声をかけ、指さしをしながら楽しめます。

- 西淀川図書館 ● **ふわふわクラブ** 毎月第1金曜日 ①10:30～11:00 ②11:15～11:45
5月10日(金) ※5月は連休のため第2金曜、6月7日(金)
- **もこもこクラブ** 毎月第4木曜日 11:00～11:30
5月23日(木)、6月27日(木)

※この絵本は区役所4階「親子ゆつたりスペース」にて展示しています。(貸し出しは図書館にて)

子育てコラム



今回から「あの時…」をテーマに、コラムを担当することになりました保育士があちゃんです。よろしくお願ひします。



今、3月です。
3月になると思い出す「あの時…」があります。
20年以上前の事ですが、当時、私は保育園で年長児の担任をしていました。2～3月は、子ども達に学校の事を話したり、みんなで小学校の見学に行ったり、1年生になることが楽しみになるような保育を心掛けていました。卒園を間近に迎えた「あの時…」学校の事や思い出話をしながら給食を食べている時です。この子達と過ごす時間が少ない事に寂しさを感じ、「もうすぐ、みんなともお別れやな」と言ってしまいました。その途端! 保育室がシーンと静かになり、一人の女の子が「先生は1年生にならんの」と聞いてきました。私も一緒に1年生になると思っていた子どもが何人かいたのです。「先生は学校には行かんよ」と言うと泣きだしてしまっただけの子もいました。数日後の卒園式は涙涙・・・の式になってしまいました。さみしさと不安でいっぱいだった子どもも多かったようです。そして4月の終わり頃、小学校から「子ども達の様子を見にきませんか」と連絡が入りました。どうしているかな? 泣いていないかな? ドキドキしながら学校に行くと、「あの時…」不安で泣いていた子ども達が見つけると笑顔で手を振って駆け寄ってくれました。そして新しい友達や担任の先生を紹介してくれました。「たった1か月の間になんて大きくなったんだろう!」と頑張っている姿に感動しました。
3月はお別れの季節、不安もいっぱいですが、4月には新しい出会いもあります。このCoo5、6月号を手にする頃は別れと出会いの後です。どんな気持ちでいるのかな・・・?

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー] は

西淀川区で生活する親の視点に立ち、「必要で役立つ・便利な」情報をまとめて発行する地域密着型の情報誌を目指しています。発信だけでなく、みなさんの声を受信できる場でありたいと思っています。ご意見・ご感想など、ぜひ皆様のお声をお寄せ下さい。

【メールアドレス】 ni-yon@oregano.ocn.ne.jp

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー] は、西淀川区役所HPからもご覧いただけます。(バックナンバーもご覧いただけます)

※本誌の記事、写真、イラストなどの無断転載、再発行等を禁じます。