つながろう 湯浅！

子育て・家庭教育情報誌

すまいる2

平成28年10月
第19号
湯浅町
湯浅町教育委員会

田村小学校＆田保育所

“スポーツの秋”到来！！

晴天に恵まれた10月1日(土)、田村小学校グランドで小学校・保育所合同の運動会が行われました。

保育所の子どもたちの可愛い遊戯や、かけっこ、小学生の迫力のあるリレーや綱引きにダンス！

それぞれ、日頃の練習の成果を披露し、保護者や地域の方からたくさんの拍手もらった子どもたちでした。

すまいる家の一日

《 ジェンダーについて考えてみる 》

子育てワンポイントアドバイス

男らしさ・女らしさっていったい何でしょう。

“元気で活発的なのが男の子”“やさしくて家庭的なのが女の子”といった昔ながらの男女観にとらわれていませんか？

ともすると、まだまだ私たちの中では男女の固定概念があり、子どもたちにも押しつけてしまっているところがあるかもしれませんが、その子一人ひとりの個性を尊重したいものです。

はまちゃんの簡単クッキング　№19

《豚肉と白菜の煮物》

全量　約520kcal

もう一品欲しい時にさっとできて便利です。
生姜がたっぷり入るので寒くなる季節に温まりますよ！

［材料］　4人分
- 豚肉(薄切り)……150ｇ
- 白菜……4枚(約400ｇ)
- にんじん……50ｇ
- 生姜……20ｇ
- A　砂糖……大さじ1
- A　みりん……大さじ1
- A　酒……大さじ1
- しょう油……大さじ1と1/2

［作り方］

① 白菜は縦半分に切り、さらに3～4㎝長さに切って軸と葉に分ける。にんじんは細切り、生姜は千切りにする。

② 豚肉は一口大に切る。

③ 鍋に白菜の軸、葉、にんじんの順に入れ、豚肉を広げてのせ、生姜を散らす。

④ Aを順に入れて蓋をして中火で5～6分煮る。沸騰したらしょう油を加え、火を弱めて上下を返し7～8分煮る。

⑤ 蓋をあけて煮汁があればもう少し煮て、汁気が少なくなるまで煮る。

★水を加えなくても白菜からの水分が出るので大丈夫！
★生姜が苦手な方は、分量を控えて下さいね。

家族の食事タイム、どうされてますか？
～配布時にお話を聞かせていただきました～

7月～9月の「すまいる²」配布時に“お子さんのご家庭での食事について”お伺いさせていただきましたところ、たくさんの貴重なお話をいただきありがとうございました。
そのときのお話の一部を紹介させていただきます。

★夕食は家族全員、そろって食べるようにしている。
【小・中学校・幼児のいる多くのご家庭で】

★主人は仕事で帰りが遅くなるので一緒に晩ご飯は食べられないけど、休みの日は、必ず家族で食べるよ。
【小・中学校のお子さんがいる複数のご家庭で】

★好き嫌いができてきて毎回大変！
★遊びながら食べるので時間がかかる～。
【乳幼児のいるご家庭で】

年齢が高くなると塾や習い事で、食事時間が家族とバラバラになってしまう事もありますが、そのような時も、子ども一人で食卓に向かわせるのではなく、家族の誰かが一緒に座りコミュニケーションをとりながら楽しく食事ができればいいですね。（できればテレビやスマホはＯＦＦに…☺。）
家族との食事タイムで身体の栄養だけでなく、心の栄養も摂れるようにこころがけたいですね！

学校
トピックス

山田小学校

おじいちゃんおばあちゃんとあそぼう!!

10月13日(木)3～4時間目に1・2年生8名が「昔の遊び体験」をしました。

老人クラブの方々8名が、お手玉・竹馬・折り紙・あやとり・おはじき・びゅんびゅんコマなどの遊びを教えて下さり、一緒に楽しい時間を過ごしました。

日頃、遊びはゲーム等が中心の子どもたちも、次第に夢中に!

また、老人クラブの方々も「楽しかった。」と感想を述べられていました。

おはじき・あやとり

お手玉

竹馬

折り紙

びゅんびゅんコマ

編集後記

「すまいる」の編集中、時々次回掲載する《はまちゃんの簡単クッキング》の試食をすることがあります。

同僚のAさんは、ちゃんと仕上がりの色、形を確認し、作り方の工程もふまえた上で味を確かめコメントします。

それに比べ私ったら、いつも喜んでパクッと食べ、即『おいしぃ～！』の言葉が口からで出る…。これじゃぁただの食いしん坊！

今月のレシピも簡単で美味しいので、おすすめですよ！

(歳とともに偏食がなくなっていくオカンより)

編集部では皆様の投稿を募集しております。

『子どもの楽しいひとこと』『子育ての思い出』『我が家のルール』等々、内容は何でも結構です。
また、感想等もどしどしこちらまでお寄せ下さい。

湯浅町　子育て・家庭教育支援チーム「とらいあんぐる」
●(代)TEL63－2525 子育て・家庭教育担当まで