

佳人百色 6

母と子の居場所をつくりたい

子育て支援グループ「親子いこいの広場 もくもく」では、昨年4月から「子ども食堂」などの子育て支援に取り組んでいます。同グループでは、代表の数山有里さんをはじめとする母親たちが活躍しています。



今回話を伺った数山有里さん

「子どものためにと始めた子ども食堂ですが、実際にやってみるといろんな可能性が感じられました」と話す数山さん。活動内容の周知のため、まずは広田・柚木・西地区などで体験型の子ども食堂を開催しました。「工作やレクリエーションなども行い、子どもたちはとも楽しんでくれました。それと、食事を提供する母親たちから『子ども食堂に参加することで誰かの役に立てるのが嬉しい』という声が聞けたのも、私にとって大きな収穫でした」と数山さん。「ママ友などの話を聞くと、子育てに追われて心の余裕がなかったり、親子のコミュニケーションが不足していたりする人も多いのでは、と感じることがあります。子ども食堂が、子どもや親子がゆっくり一緒に時間を過ごし、温かい雰囲気でもできる居場所になれば、と思います」と話し、「私もみんなで食べるご飯はすごくおいしいと感じますし、子ども食堂の雰囲気が大好きです」と笑顔を見せました。

同グループでは今後の活動として、SDA佐保キリスト教会(谷郷町)を拠点とした子ども食堂の開催や、母親たちが料理や手芸などの特技を生かせるワークショップなど、さまざまなイベントを企画し、子どもの育ちを見守る学びも行っていきます。これからの目標を尋ねると「お母さんたちが自分の思いや悩みを分かち合いながら楽しく子育てをするための助けをしたい。そして『親子いこいの広場 もくもく』から子育て支援の輪が広がっていけば、と思います」と話してくれました。

(取材日 11月29日)

子ども食堂についての問い合わせ
親子いこいの広場もくもく(数山さん)

☎090-5947-1943

ヘルシークッキングコンテスト
料理の残り物や市販の既製品・惣菜に
ひと工夫した変身レシピ

「ごはん」からの変身レシピ!

焼き揚げもち



材料(2人分)

白ごはん	200g	【たれ】	
片栗粉	大さじ2	めんつゆ	大さじ2
大葉	3枚	(3倍濃縮)	
ミックスナッツ	20g	みりん	大さじ2
すし揚げ	4枚		

作り方

- ①白ごはんは少し温めておく
- ②大葉、ミックスナッツは粗みじん切りにする
- ③めんつゆとみりんを合わせてたれを作る
- ④白ごはんに片栗粉、大葉、ミックスナッツを加え、手に水をつけながらよくこねる
- ⑤④をすし揚げに詰めて平らにする
- ⑥フライパンに⑤を並べ、中火で両面をこんがり焼く
- ⑦弱火にしてたれを入れ、汁がなくなるまでよくかき混ぜる
- ⑧半分に切って器に盛り付ける



考えていただいた人

西岡良子さん

●料理のワンポイント

すし揚げから出る油だけで焼いているのでヘルシー。ナッツの歯ごたえが良く、甘辛の味付けで冷めてもおいしいです。

●平成28年度ヘルシークッキングコンテスト「最優秀賞」

お便り

市民の方から寄せられた市政への質問などに回答します。

質問 寒さに備え、水道管の凍結や破裂を防ぐためにはどうすればよいでしょうか。

回答 平成28年1月の寒波到来時には、多くの個人宅で水道管が凍結・破裂し、最大約7,200世帯が断水の影響を受けました。こうした事態を防ぐために、水道局では水道管の防寒対策をお願いしています。水道管を凍結させないために

- 事前の対応
むき出しになっている水道管には、事前に布や保温材を巻いて保温してください
- 直前の対応
水道管が凍りやすいのは、外気温が-3℃以下になったときや、最高気温が0℃未満の真冬日といわれています。気象情報に注意し、寒くなる

ときは夜間に少量の水を出し続けてください
水道管が凍結したら

- 熱湯を直接かけると管が破裂することがありますので、絶対にしないでください
- 自然に解凍するのを待つか、凍結している部分をタオルなどで覆ってから、ぬるま湯をゆっくりかけてください

水道管の修理は指定工事店へ

水道管を修理するときは、水道局指定の「佐世保市指定給水装置工事事業者」に依頼してください。詳しくはお尋ねください。

☎水道維持課 ☎24-1151

広報クイズ

問題の○に当てはまる文字等をお答えください。ヒントは紙面の中にあります。

問題1

本市では平成25年から外国人観光客向けの通訳ボランティア「佐世保市外国人観光客ウェルカム○○○制度」を開始しました。

問題2

4月からスタートする「○○予防・日常生活支援総合事業」は、65歳以上の人を対象とした介護予防事業です。

問題3

本市と米国アルバカーキ市は、昭和41年11月1日に姉妹都市提携を行い、本年で○○周年の節目を迎えました。

「広報させば」満足度アンケート

次の①～④のうち、当てはまる番号をお答えください。

- ①大変良い ②良い ③不満 ④大変不満

応募方法

「はがき」または「Eメール」に、①クイズの答え②「広報させば」満足度アンケートの該当番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦広報紙へのご意見を書いて、1月23日(月)までに(消印有効)広報係へ。※応募は1人1通、全問正解者の中から抽選します。発表は発送(2月中旬)をもって代えさせていただきます。

12月号の答え ①県内一 ②ねりん ③ごみ 11月号の応募状況 298通(正解278・不正解19・無効1)

1月号プレゼント

味っコストレートジュースセットを3人に!



※写真はイメージです。

第55回農林水産祭で天皇杯を受賞した、ながさき西海農業協同組合させば地区かんきつ部会が誇るブランドみかん「味っこ」を丸ごとジュースにしました。濃厚なうまみと甘さは、まさにミカンの王様です。

☎農業畜産課 ☎24-1111

●はがき 〒857-8585(住所不要)
佐世保市役所秘書課広報係宛て

●Eメール hishok@city.sasebo.lg.jp
(携帯電話からも可)