

# 子育て王国ソトピア



今年から、成人記念式から名称が変わった「二十歳の集い」。その実行委員長を務めるのが平松萌々子さんだ。

今年から、成人記念式から名称が変わった「二十歳の集い」。その実行委員長を務めるのが平松萌々子さんだ。

インタビュー Interview

輝いている人

一生に一度の二十歳の集いを  
全力で盛り上げたい

今年から、成人記念式から名称が変わった「二十歳の集い」。その実行委員長を務めるのが平松萌々子さんだ。

平松 萌々子さん (駅南二丁目)

今年から、成人記念式から名称が変わった「二十歳の集い」。その実行委員長を務めるのが平松萌々子さんだ。

今年から、成人記念式から名称が変わった「二十歳の集い」。その実行委員長を務めるのが平松萌々子さんだ。

このコーナーでは、輝いている人を募集しています。あなたの周りにキラッと輝いている人がいたら、広報そうじゃ編集室(市政情報課)までご一報ください。自薦・他薦は問いません。

## 子育てほっとルーム



産婦コーディネーターによる育児相談

市役所西庁舎1階、こども課の一角に、「子育てほっとルーム」があるのを知っていますか。授乳室やおむつ替え台、子どもが遊べるスペースを設置し、いつでも子ども連れで立ち寄れる場所にしています。また、赤ちゃんから幼児まで身長や体重の計測ができるほか、相談スペースも設けています。

保健師や栄養士のほか、母子保健コーディネーター(保健師)や産婦コーディネーター(助産師)が常駐しているので、一人ひとりに合った育児の相談ができます。「手続きで市役所に来たので、身体計測してほしい」、「哺乳量を測定したい」、「離乳食の相談をしたい」など、気軽に声を掛けてください。じっくりと話をしたい人には、予約相談日「ほっとラッコ」があります。こども課母子保健係で予約してください。

問い合わせ こども課母子保健係 (☎ 0866-92-8261)

毎月19日は食育の日



押ね早おき朝ごはん

チュッピー子育てほっとメール

kosodate@city.soja.okayama.jp

子育ての相談をしたくても時間がとれない人、窓口で相談しにくい人の悩みに、チュッピーと市職員・保健師が答えます。



問い合わせ こども課子育て支援係 (☎ 0866-92-8268)

## 学校給食 おすすめレシピ

### 肉みそおでん



#### ●材料(4人分)

- ダイコン…160g ●豚ひき肉…120g
- 厚揚げ…120g ●サトイモ…100g
- 玉こんにゃく…60g ●ニンジン、ちくわ…各40g
- 調味料 酒=大さじ1
- (A) だし汁=250ml、砂糖=大さじ1
- (B) しょうゆ、みそ=各大さじ1

#### ●作り方

- ①玉こんにゃくは下ゆでをし、皮をむいたサトイモと厚揚げは一口大、ちくわは輪切り、ダイコンとニンジンは1cm角に切る。
- ②豚ひき肉に酒を振って炒め、(A)を加え炊く。火が通ったら厚揚げと(B)を加え、味が染みたら完成。

●その他の献立 ごはん、牛乳、白菜の甘酢あえ