



食

食 ~しよくいく~ 育

四の膳

いっしょに台所へ、ゴー!

親子で料理



お母さんといっしょに野菜を切る糸島綾乃ちゃん(中原)。「カレーのとき、皮をむいたり切ったりしてます。ニンジン切るのが好き」とニコリ。

旬のもの

七夕には、短冊をつるしたササの下に机を出し、ナスの牛、キュウリの馬を作って飾ります



七夕飾りのナスの牛とキュウリの馬

夏休みが近づいてきました。夏には、太陽の日ざしをいっぱい浴びて、大きく育った野菜がたくさん採れます。ナスにトマト、キュウリにピーマンなど大きく育った野菜を使って、親子で料理にチャレンジしてみませんか。野菜を切ったり、イモの皮をむいたりすることから、煮たり炒めたり、そして、最後のかたづけまで。楽しい体験のなかで子どもたちは自然に、食材を知り、親から子への食文化の継承を受けられることにもなります。

自宅チャレンジするのも一つの方法です。また、公民館講座や栄養委員さんが行う親子料理教室などもありますので、親子で参加してみるのもよいでしょう。

子どもたちは、自分が作った料理を家族の人が喜んで食べている様子を見ると、とてもうれしいものです。そして、苦手な野菜も、きつとおいしく食べるのができると思います。

この夏、親子で料理にチャレンジしてみてください、心も体も元氣な楽しい夏休みを過ごしてみましょ。



◎割り箸の使用は控え、マイ箸を使うようにしましょう。

美しい身近な環境を守ろう

～クリーン作戦～

6月3日、備中国分寺、周辺や宝福寺、豪溪など、市内各所でクリーン作戦が実施されました。当日は早朝のさわやかな空気のなかで、多くの皆さんが清掃活動に取り組みしました。

クリーン作戦は毎年、初夏(6月の第1日曜日)と秋(11月の第1日曜日)に1回ずつ実施されています。

現在のように、市内全域に広く呼び掛け開催されるようになったのは昭和60年からのことで、20年以上の時を経て、すっかり市民の間に定着した行事となつていいます。グループの仲間や家族で毎年参加しているという人も多いことと思います。

クリーン作戦の主役は、皆さん一人ひとりの取り組みです。自分たちの住まわちを、自分たちの手できれいにしようという気持ちで、総社市の美しい環境を守っていきま



市役所周辺(写真上)と宝福寺(写真下)でのクリーン作戦

す。身近なところから始めることのできるこうした活動も、協働のまちづくりの一つです。

市では、身近な環境美化運動やごみステーションの周辺環境の整備を行なう町内会や自治会への補助制度も設けて、市民の皆さんの活動をサポートしています。

家庭で、また地域で、一人ひとりの力を合わせて美しい身近な環境を守るまちづくりを進めていきましょう。

協働のまちづくり

現場から

↓点線に沿って切り取ってください。(官製ハガキでも可)

市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。

このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 1 郷土を大切に
美しい環境をまもりましょう。
- 1 生涯学び
明るい家庭をぎざぎざしましょう。
- 1 たがいに助け合い
あたたかいまちをつくりましょう。

- ◎市の花/れんげ
- ◎市の木/もみじ
- ◎市の鳥/タンチョウ