

子育て王国ソトギス

復興の花火上がる

美袋地区で復興イベント

7月6日に昭和公民館・日美分館前で、美袋地区を盛り上げようと「今年も頑張っているよ！美袋」3年祭が行われました。昭和中学校吹奏楽部による演奏から始まり、イルミネーションの点灯と花火の打ち上げがあり、訪れた人を楽しませていました。



1 昭和公民館前のイルミネーション 2 美袋地区の夜空を彩る復興の花火



2



1



2

1 実技の手本を見せる潮田さん 2 生徒の練習を見てアドバイス

トップアスリートの技を学ぶ

バドミントン教室を開催

市スポーツセンターのきびじアリーナで7月11日、元バドミントン日本代表の潮田玲子さんによるバドミントン教室が開催されました。

市内中学校のバドミントン部から約100人の生徒が参加。潮田さんはアドバイスや指導を行ったほか、試合形式のダブルスの練習に加わり、熱戦を繰り広げていました。

参加した生徒は、トップアスリートの技を身に付けようと、熱心に練習に取り組んでいました。

ミニフォト

7周年の感謝を込めて



マルシェ限定のジャムなどを販売

7月7日、市役所1階のセントラルロビーカフェ7周年を記念したマルシェが行われました。毎週販売している弁当やパン、スイーツなどに加え、マルシェ限定の商品も販売され、買い求める人でにぎわっていました。

俳句への思いを語る



講演する夏井さん

市民会館で7月11日、総社市民大学講座が開催され、俳人の夏井いつきさんが、「俳句は折れない人生の杖」と題して講演。俳句の芽を育てたいという思いなどをユーモアを交えながら話し、来場者は熱心に聞き入っていました。

吉富さん 100歳おめでとう



家族に祝福される吉富さん

7月10日、吉富信子さん(総社)が満100歳の誕生日を迎えられ、12日に市から記念品を贈呈。文章を書くことが好きで、100歳の記念に文集を作成したという吉富さん。長寿の秘訣は、バランスの良い食事を取るのだそうです。

親育ち応援学習プログラム



服部幼稚園での人権研修会で行った親育ち応援学習プログラム

子育ては、楽しい中にも大変なときがあり、子と共に親も育ちます。子育てに関わるさまざまな不安や悩みを解決するヒントと元気をくれるのが、親育ち応援学習プログラムです。子育て中の人だけではなく、これから親になる世代や祖父母など、幅広い世代の人の「親育ち」を応援するものです。子どもの成長に合わせた身近なエピソードや資料で子育てについて一緒に考え、「悩んでいるのは私だけじゃないんだ」と参加者同士がつながりをもつことができます。

市内のこども園や幼稚園、小学校で参観日などに合わせて、参加者のニーズに応じた内容のプログラムを行っています。気軽に参加してみてください。また、研修会などで開催してみたいという人もお問い合わせください。

問い合わせ 生涯学習課 (☎) 8362



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 (☎) 8268

学校給食 おすすめレシピ

焼肉



●材料(4人分)

- 牛肉…200g ●ニンジン…140g ●キャベツ…120g
- 玉ネギ…100g ●ナス…80g ●ピーマン…50g
- ショウガ…10g ●酒…大さじ1 ●みりん…大さじ1/2
- 赤みそ…小さじ1 ●一味唐辛子…少々
- 調味料…ケチャップ=大さじ1 しょうゆ=大さじ1
すりおろしりんご=大さじ1 砂糖=小さじ1

●作り方

- ①ニンジン、ピーマンは短冊切り、玉ネギはくし型切り、キャベツは2cm角の角切りにする。ナスはいちょう切りにし、水にさらす。
- ②肉とすりおろしたショウガ、酒を加えて炒め、肉に火が通ったら、ニンジン、玉ネギ、ナス、ピーマンを入れて炒める。さらに、調味料を加えて炒める。
- ③②にキャベツを加え、火が通ったらみりんを溶いた赤みそ、一味唐辛子を入れて味を付ける。

その他の献立 ごはん、牛乳、もやしのナムル