

# みんなの美術館

1月は千里小学校のお友達の作品です

*Our Museum*



## 「かさこじぞう」

教科書に載っている「かさこじぞう」の話を絵にしました。かさこじぞうがおじいさんとおばあさんにかさを掛けてもらい、うれしそうにしているところを上手に描けました。



塚原 <sup>ほのか</sup>穂花さん(2年)



笠間 <sup>えいしろう</sup>瑛士郎さん(6年)

## 「忘れられない思い出」

小学校での一番の思い出では、昼休みにサッカーやソフトボールをして過ごしたことです。ボールが置いてあり、6年間使った昇降口を描きました。下駄箱の中に影を描いて、奥行きが出るように工夫しました。



## 食生活改善推進員コーナー

～旬の野菜でカンタン料理～

No.235

### 海苔巻き豆腐の甘辛 (高血圧予防メニュー)



#### 【材料】4人分

木綿豆腐 1丁・焼き海苔 1枚半・片栗粉 大さじ2・ごま油 小さじ2・A {しょうゆ 小さじ1・オイスターソース 小さじ2・酒 大さじ1・みりん 大さじ1・砂糖 小さじ1・水 70cc}・おろししょうが 小さじ2・おろしにんにく 小さじ1・白ごま 小さじ2

#### 【作り方】

- ①水気を切った木綿豆腐を棒状に切り、焼き海苔を巻く。焼く直前に片栗粉を全体にまぶす。
- ②ごま油を熱したフライパンで①の両面を焼き色がつくまで焼く。
- ③混ぜ合わせたAとおろししょうが、おろしにんにくを加えて、全体を混ぜ合わせる。お皿に盛りつけ、白ごまを散らして出来上がり。

#### 【一人当たりの栄養量】

エネルギー 131kcal、塩分 0.6g

#### ■一口メモ■

香味野菜のしょうがやにんにくなどは、香りを生かすことで塩分控えめになり、高血圧予防につながります。