



からのおじらせ

サマーミーツ2018のお知らせ



昨年のサマーミーツ2017では、逃走中やお化け屋敷を作ろう！で楽しみました

次のはびはりは6月に発行されますーその時にはどんなサマーミーツになるかをお届けします！

学童に通うこどもたちは、何をやってみたいか先生に伝えてみよう！みんなの意見を集めて叶えることが出来るか考えます！

今年のサマーミーツはどんなキャンプになるでしょうか？

4・5・6年生必見！！
☆8月に行われるサマー
ミーツの日程が
8月16・17・18
に決まりました！

今年のサマーミーツは
どんなキャンプになるで
しょうか？

今年のサマーミーツ情報

☆8月に行われるサマー
ミーツの日程が
8月16・17・18

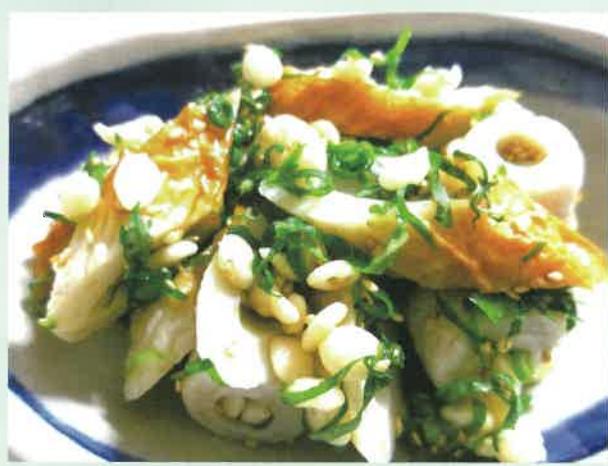


『しそちくわ』

切って、和えるだけのもう一品
おつまみにも GOOD です

ちくわは斜め切り、青ジソは細切り、青ネギは小口切りにし、天かす（お好みの量）をボールに入れます。

ごま油、だし醤油少々、白ゴマを混ぜたもので和えれば完成。



『鶏肉のケチャップ和え』

お弁当のおかずにピッタリです。
ピーマンや玉ねぎなど、野菜を加えるとボリュームも UP します。

- ①鶏モモ肉を食べやすい大きさに切り、塩コショウをして、片栗粉をまぶす。
- ②サラダ油を引いたフライパンで焼く。
- ③焼いている間に、ケチャップ、醤油、お酒、ハチミツを混せておき、鶏モモ肉に火が通ったら、絡めて少しだけ日を通したら完成。



皆さまがよくご存知の、ど定番では飽き足らず、日頃から食べる事が大好きな私達広報チームでおすすめの食材をそれぞれ提案してみました。試食会では、各自持ち寄った材料と組み合わせを自信満々に披露しましたが、意見は様々でした。「これはいける」「意外といい」など言いながら5合のお米が空になるまで試しました。皆さまのおすすめは何ですか？

今回のレシピが、食卓や話題に上がれば幸いです。

(よしみん)

新生活が始まるこの時期、何かと忙しい事もあるかと思いますが、毎日の健康に欠かせない朝ごはんにスパットを当てて、今回は「ご飯のお供」を特集しました。

【編集後記】

はぴはり03号

平成30年3月25日発行

発行所：NPO 法人高砂キッズ・スペース

高砂市松陽1丁目5-20
野々村ビル3F
TEL:079-446-3635