

ぱくぱく

2025. 9. 1

発行 へきなんこども園子育て支援センター Vol.225

愛知県碧南市松本町73番地 TEL (0566) 41-7394

今月のテーマ「水を大切に」

私たちは、朝顔を洗ったり、お風呂に入ったり、生活の様々なところで水を使っています。その中でも、食事に関わる場所では、たくさんの役割を果たしてくれており、生活には欠かせないものとなっています。普段、何気なく使っている「水」について、改めて見てみましょう。

水の様々な役割

《調理》 《飲み水》 《食器の洗浄》 《作物を作る》 《魚たちの住む場所》



これら以外にも、様々なところで水はたくさん使われています。大切な水を守るために、私たちができることを考えてみましょう。

水を汚さないための工夫

- ・食べ残し、飲み残しを減らす
- ・食器は油を拭きとってから洗う
- ・ゴミや油を流さない
- ・洗剤は薄めて使う

家庭から流された排水は、家庭に設置された浄化槽や下水処理場できれいな水になりますが、その前に家庭でできることを、上記の例を参考に、少しずつでも実行できるといいですね。

おすすめレシピ

『さつま芋蒸しパン』

材料 《 4 人分 》

- | | | | |
|-------------|-------|---------|-------|
| ・ さつま芋 | 100 g | ・ 牛乳 | 40 ml |
| ・ 薄力粉 | 80 g | ・ 砂糖 | 60 g |
| ・ たまご | 2 個 | ・ マーガリン | 20 g |
| ・ ベーキングパウダー | | | |

《作り方》

- ①さつま芋は1cm角に切り水につけておく。
 - ②マーガリンを溶かし、砂糖を入れよく混ぜる。
 - ③②にたまごと牛乳を入れて更によく混ぜる。
 - ④③に、ふるいにかけた薄力粉とベーキングパウダーを加え、①のさつま芋も水切りして加える。
 - ⑤カップに生地を流し入れ、蒸し器で20分蒸したら出来上がり！
- ※カップの大きさで多少蒸し時間は変わります。



『秋のお彼岸です』

お彼岸とは、ご先祖様を供養する期間で、秋のお彼岸は秋分の日前後3日間、計7日間のことです。お彼岸に食べられる「おはぎ」ですが、「ぼたもち」との違いをご存知ですか？基本的に同じ和菓子ですが、食べる時期で呼び名が変わります。春のお彼岸は「ぼたもち」秋のお彼岸は「おはぎ」と呼ぶのが一般的です。これは、春に咲く牡丹の花、秋に咲く萩の花に由来しています。

昔は、あんこの種類や形にも違いがあったようです。

