

川之江ふれあい料理教室おすすめレシピ3

★丸ごとかぼちゃのミートグラタン(8人分)

《材料》

かぼちゃ	1個	合挽ミンチ	250グラム
にんにく	2かけ	バター	20グラム
玉ねぎ	150グラム	しめじ	50グラム
酒	大さじ2	ミックスベジタブル	60グラム
小麦粉	20グラム	牛乳	200ミリリットル
コンソメ	6グラム	ケチャップ	30グラム
塩こしょう	少々	とろけるチーズ	60グラム



《作り方》

- ①. かぼちゃは、ラップで軽く包み、耐熱皿にのせて電子レンジ600ワットで5分加熱する。裏返して、さらに5分加熱した後、上から2センチぐらい切り、種とわたを取り除く。
- ②. 玉ねぎとにんにくはみじん切り、しめじは長さを半分に切る。
- ③. フライパンにバターとにんにくを入れて炒めた後、合挽ミンチを入れ塩こしょう少々ふって炒め、玉ねぎとしめじを加え強火で炒め、酒を入れてアルコール分を飛ばす。ミックスベジタブルを入れて炒め、さらに小麦粉を加えて炒める。
- ④. 火を止めて、牛乳を少しずつ入れ混ぜ合わせ、コンソメを加え中火にして混ぜながら加熱する。
- ⑤. とろみがついたら、ケチャップ、塩こしょうで味を調える。
- ⑥. かぼちゃを鉄板にのせ、⑤を入れ、とろけるチーズをのせて、250度に余熱したオーブンでチーズに焦げ目がつくまで約10分～15分焼く。

子ども会「クリスマス会」開催

今年もやります！年末恒例、子ども会「クリスマス会」。普段から集い仲良く共に学び合う子どもたちが力を合わせて協力したり、子どもが喜び、子どもがクリスマスを満喫できる楽しい企画です！

★とき 令和6年12月21日(土) 9:00～12:00

★ところ 川之江隣保館

○本のおはなし会

○モルック

○クリスマスガチャゲーム

○サンタさんからのプレゼント ※募集については学校を通じて子ども会に案内しています。



川之江隣保館だより

2024年12月号



身近な人権について考える

昭和23年12月10日、「世界人権宣言」が採択されました。採択日である12月10日は「人権デー」と定められ、昭和24年より人権デーを最終日とする1週間が「人権週間」となり、全国的に人権啓発活動を強化して行っています。

幸せに生きるために、全ての人に「人権」は保障されています。しかし、「人権」が脅かされる出来事が数多くあります。去年1年間でも人権侵害の疑いで調査したケースは8,900件余りで、前年より1,000件以上増えました。そのうちインターネットによる人権侵害が最も多く1,800件でした。インターネットは誰でも気軽に利用できるため、使用の低年齢化も進んでいます。インターネット上で使用される言葉には不適切な表現も含まれているため、親がしっかり管理していないと子どもがその不適切な表現をそのまま使ったり、知らず知らずに人権侵害をしかねません。

また、学校のいじめを理由とする調査も1,100件あったということを考えても、子どもの人権について、親・学校が一体となって問題に取り組む必要があります。さらに、家庭だけでなく近所の人を見守りなど地域ぐるみでの声かけ体制なども大切です。

しかし、最近は見知らぬ人との接触による事件性を恐れて、声かけの機会や関わりも少なくなり、周りに住んでいる人の顔も分からないという人も多いのではないのでしょうか？

人と人は共に支え合い、時には地域などから協力を得ながら解決していく問題も多くあります。見守りや密接に関わる機会が増えることで、絆や信頼が生まれお互いの人権についても気を配れる環境が生まれると思います。近所同士の関係が希薄になっている今、あいさつなど声をかけあったりして、つながりをも持つよう心がけましょう。



The Best Paper City
感謝、そして未来へ

じょうきょう よてい へんこう
状況により、予定が変更され
ることがあります。

せんたくてきふうふべっせい
選 択 的 夫 婦 別 姓

げんざい しょくば さまざま ば め ん こんいんまえ うじ つうしょうし ょう

現在、職場など様々な場面で婚姻前の氏の通称使用がさ

その点において別姓であればその手続きが必要ないとい

しかし、日本は国連の女性差別撤廃委員会より20年以

せんたくてきふうふべっせい ほんにん のぞ べっせい りかい
選択的夫婦別姓では、本人が望んで別姓について理解し

ふうふ かず さまざま かたち はばひろ せんたくし ていきょう
夫婦の数だけ様々な形があります。幅広い選択肢が提供

せんたくてきふうふべつせい ふうふ のぞ ばあい けっこんご ふうふ
選択的夫婦別性…夫婦が望む場合は結婚後も夫婦がそ

日(にちようび)	月(げつようび)	火(かようび)	水(すいようび)	木(もくようび)	金(きんようび)	土(どようび)
1 し こ く ちゅうおうし 四国中央市 じんけん 人権のつどい	2 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ひまわり) けんこうだいそう やまねかい ・健康体操(山根会)	3 だいぎよくけん ・太極拳	4 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ｽｲｰﾄﾋﾟｰ)	5	6	7
8	9 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ひまわり) けんこうだいそう やまねかい ・健康体操(山根会)	10 だいぎよくけん ・太極拳	11 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ｽｲｰﾄﾋﾟｰ)	12	13 りょうりきょうしつ ・ふれあい料理教室	14 きゅうじつかいかん ひ 休日開館日 たっきゅう ・卓球クラブ
15	16 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ひまわり) けんこうだいそう やまねかい ・健康体操(山根会)	17 だいぎよくけん ・太極拳	18 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ｽｲｰﾄﾋﾟｰ)	19	20 きっさ ・ふれあい喫茶	21 こ かい 子ども会 クリスマス会 かい
22 せいめいぞんちょうどくしょかい ・生命尊重読書会	23 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ひまわり) けんこうだいそう やまねかい ・健康体操(山根会)	24	25 ちよきんだいそう ・貯筋体操(ｽｲｰﾄﾋﾟｰ)	26	27	28 きゅうかん ひ 休館日
29 きゅうかん ひ 休館日	30 きゅうかん ひ 休館日	31 きゅうかん ひ 休館日	1/1 きゅうかん ひ 休館日	1/2 きゅうかん ひ 休館日	1/3 きゅうかん ひ 休館日	1/4 きゅうかん ひ 休館日
1/5 きゅうかん ひ 休館日						

【お^し知らせ】

○川の江ふれあい料理教室（第7回） 12月13日（金）10時～

き っ さ だ い か い が つ か き ん じ ぶ ん
○ふれあい喫茶 (第6回) 12月20日(金) 9時30分～

なや
悩んでいることはありませんか？

隣保館は、いつでも人権に関わる悩みを相談できる窓口です。

「職場でのハラスメント」「職場や学校に行けない」など何でも相談してください。

また、ハローワークの職業相談は、^{しょうきょうそうだん}電話による予約制となっています。^{でんわ}^{よやくせい} 川之江隣保館 ^{かわのえりんぽかん} 28-6254