



佐々木 莉那さん(20)

## 子どもたちに寄り添う先生に

「子どもたちが楽しくお話してくれることがとても嬉しいです」と笑顔で話すのは、今年4月から町内の幼稚園で働く佐々木莉那さん。短期大学で幼児教育を専攻し、就職を機に地元に戻ってきた。担当しているのは4歳児クラスで、活発に動き回る子どもたちを相手に健康や安全に励んでいます。

先生にあこがれを抱いていたという佐々木さん。「中学校や高校での職場体験学習やボランティア活動を通して、子どもたちに触れる機会を自ら作っていました」と夢の実現に向け日々努力をし、見事に夢を叶えました。「子どもたち一人一人に合った声掛けが難しいですが、あどけない笑顔を見るととても心が癒されます」と子ども好きな一面が光ります。

休日の過ごし方を尋ねると、「友人とドライブに行きながらカフェを巡ったり、買い物をしたりするのが楽しいですね」と

リフレッシュ方法を教えてくれました。

今後の目標は：「問い掛けには、「子どもたちに寄り添える先生になりたいです。そのためにもたくさん子どもたちに声を掛けて、毎日幼稚園に来るのを楽しみにしてくれるような環境をつくっていきたいです」と大きく瞳を輝かせます。

## キッチンスタジオ

No.166

## ハーモニー

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんがちょびっとの塩でもおいしい料理、季節のおすすめや地元食材を使った料理などを紹介します。今回は、子どもの日に食べよう「このぼり風いなりずし」です。

## 【材料(2人分)】

油揚げ…3枚 だし汁…200㍗ 砂糖…大さじ1と1/2 しょうゆ…大さじ2 ご飯…茶碗2杯分 白いりごま…大さじ2

A {酢…大さじ2強 砂糖…小さじ2 塩…少々}

B {コーン…適量 キュウリ…1/4本 カニ風味かまぼこ…適量 焼きのり…適量 スライスチーズ…適量}

## 【作り方】

- ① 鍋に湯を沸かす。半分に切った油揚げを入れ、落しぶたをして強火で煮立たせ、油抜きをする。
- ② ①の湯を捨て、だし汁と砂糖を入れて落しぶたをして、中火で7～8分程度煮込む。しょうゆを加えて弱火にし、落しぶたをして30分程度煮て火を止める。
- ③ ご飯にAを回しいれ、しゃもじで切るようにして酢飯を作る。白いりごまを加えて、さらによく混ぜ合わせる。
- ④ Bをお好みの形に切る。

## こいのぼり風いなりずし



1人当たりの栄養素 571kcal、塩分2.4g

- ⑤ ②に汁気があれば切り、開いて③を詰める。お好みで④を上飾って完成。

## 【ポイント】

いなりずしをコーンやキュウリ、カニ風味かまぼこなどで飾ると、栄養たっぷりに彩りよく仕上がります。