

フレッシュ
ウーマン

丸山 妃登美さん（豊間根・21）

楽しい思い出が残る保育園に

「まだまだ一人前とは言えず勉強の毎日ですが、かわいい子どもたちに囲まれながら仕事ができ、とても楽しいです」と話すのは、丸山妃登美さん。町内の保育園に保育士として勤務し、2年目を迎えます。

あの前先生のようになりたいなど、子どもながらに思いましたね」と、小さいころに抱いた夢は年月がたっても色あせることはありませんでした。

今年度から4歳児クラスの担当となった丸山さん。子どもたちの成長を見るのが、今一番の楽しみだそうです。「靴を一人ではけるようになったり、お絵かきで顔をうまく描けるようになったりするなど、できたときには子どもと一緒に喜んでます」と、日に日に成長する子どもたちを見て、自分自身の成長の糧としています。

今後の抱負を尋ねると「子どもたちが成長して、保育園は楽しい思い出でいっぱいだったと思うような保育園、保育士でありたいです」と笑顔で話す丸山さんは、きょうも子どもたちを優しく見守りながら仕事に励みます。

キッチンスタジオ No.47
ハーモニー

【材料（20個分）】

粉寒天…4㌔ 水…400cc ニンジン…150㌔
レモン汁…50㍗ 砂糖…60～80㌔（お好みで加減してください）

【作り方】

- ① ニンジンの皮をむいて薄く切り、あくを取りながら軟らかくなるまで煮る。軟らかくなったらざるに上げてサッと水をかけて冷ます。
- ② 鍋に分量の水、粉寒天を入れ、かき混ぜてから火にかける。かき混ぜながら2分程度沸騰させ砂糖を加える。
- ③ ミキサーに①と②、レモン汁を入れてなめらかになるまでミキシングする。
- ④ タッパーなどの容器をサッと水でぬらし、③を流し入れてあら熱を取る。冷蔵庫に入れて冷え固まったら出来上がり。

【作り方のコツ】

レモン汁の量でゼリーの色とニンジンの香りを加減することができます。レモン汁をやや多めにする事で発色がよくなり、ニンジンの香りが抑えられます。レモン汁の量を増やすときは、増やしすぎて

このコーナーでは、町管理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手軽にできるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は、暑い夏にぴったりの爽やかな味の「にんじんゼリー」です。

にんじんゼリー



酸っぱくならないように気をつけましょう。なお、粉寒天を入れた水は、かき混ぜが甘かったり沸騰時間が短いとしっかり固まりませんのでご注意ください。

【一口メモ】

鮮やかなオレンジ色とさっぱりとしたニンジンの風味と甘さが特徴の「にんじんゼリー」。写真のように型で抜いてミントの葉を添えれば、見た目も楽しくなります。