



誰でもおしゃれにプロっぽくスマホ1台で動画制作はじめます！

「スマホだけで!?!」
初心者が簡単に動画編集できる!

年末年始の思い出作りに、動画編集の基本や撮影のコツ、演出テクニックや編集に役立つアプリを紹介。

誰でもおしゃれにプロっぽくスマホ1台で動画制作はじめます!

JEMMA / 著 インプレス / 刊



かぎ針のクリスマスこもの大全

日本ヴォーグ社 / 刊

サンタのあみぐるみや雪のブレードなど、ちょっとした小物編みで、クリスマスを彩ってみよう。



スープジャーで作る朝ラクスープ弁当

体にいい朝ラクスープ弁当

植木もも子 / 著 主婦の友社 / 刊

お昼は栄養が偏りがちです。料理の手間は省きたいという方に寒い季節にもぴったりのスープ弁当を紹介。



市民図書館 (☎ 33-4600)
開館時間 10:00~18:00
(日曜日は 17:00 まで)

12月 ... 休館日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

今月のおはなし会
12/17(土)、24(土)
先着 10人

こころのトビラ

あなたは、どうですか？

ある日の新聞に、次のような子どもの詩が掲載されていました。

「ものすごく寒い日、学校の帰り道で紫色の花を見つけた。あっ、もうスマミレの花が咲いている。僕はうれしくなった。そのスマミレの花をとって、走って帰った。戸を開けるなり『母ちゃん、見てごらんよ』とスマミレの花をさし出した。そしたら母ちゃんが『?』と言った」

さて、このあと母親は子どもに何と言ったのでしょうか。「何がスマミレよ、スマミレなんかより早く宿題を済ませなさい」と親に受け止めてほしい子どもの気持ちをうるさがつて、おざなりな対応をする場合と、差し出されたスマミレを取り「うわあ、きれいなスマミレね、ありがとう」と言つて、親子でスマミレを見つめながら「どこに咲いていたの」「よく見つけたね」などと会話が弾む場合が考えられます。この対応の違いで、子どもへの響き方が変わってきます。後者の場合、子どもは母さんが喜んでくれてよかったという満足感と充足感が満たされ、加えて自己肯定感や自尊感情が芽生え、人権感覚を備えた大人へと成長するこ



とができるでしょう。

この詩の最後には「母ちゃんが『スマミレぐらいで大きな声を出すな』と顔をしかめていった。ぼく、なんにもする気がなくなった」と書かれていました。

家庭生活での何気ないやり取りの中で、子どもの心の表出を親がどう受け止めるかで、子どもの心の成長に大きな影響を及ぼすことがあります。年齢にかかわらず誰でも、自分の気持ちを受け止めてもらえたとき、一人の人間として大切にされると感じるそうです。子どもたちに「大事にされた」経験をできるだけ多くさせたいものです。

市人権啓発推進協議会 (☎ 27-8122)

HAPPY BIRTHDAY

12月

1歳のお誕生日
おめでとう



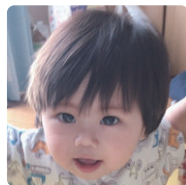
いみりこ
井美幸心ちゃん
(上高家)



まつしまいちか
松久一篤ちゃん
(葛原)



からしまりくと
辛島陸斗ちゃん
(上田)



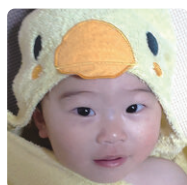
よしむら なお
吉村渚央ちゃん
(吉松)



かわぐち こう
川口 滉ちゃん
(中原)



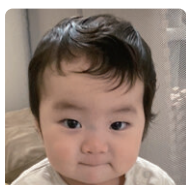
でくちりゅうと
出口結翔ちゃん
(北鶴田新田)



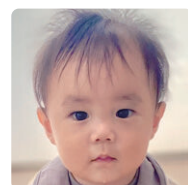
おかだ はやと
岡田勇人ちゃん
(長洲)



たかふじ はな
高藤 華ちゃん
(高砂新田)



そのもと あおと
園元蒼士ちゃん
(中原)



さとう かい
佐藤 快ちゃん
(城井)

1月生まれの締切日は**12月5日(月)**です。2月生まれの締切日は1月6日(金)です。

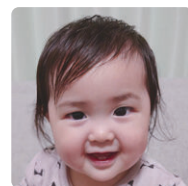
【申込方法】写真(裏に赤ちゃんの氏名・ふりがなを記載)を以下の申込み先に直接、または申込フォームからお申し込みください。

※市内に住民票がある赤ちゃんのみの掲載となります。

※画像加工(特殊加工した写真、プリントシール、文字の挿入)したものはご遠慮ください。



申込フォーム



のじま みつき
野島美月ちゃん
(中原)

■ 秘書広報課 広報広聴係 (☎ 27-8106)、安心院支所 地域振興係 (☎ 44-1111)、院内支所 地域振興係 (☎ 42-5111)

白ねぎ旬宣言! 地元食材に感謝

大分県は西日本有数の白ねぎの産地で、産地拡大推進品目として市内でも20ha(東京ドーム4個分)で生産されています。栽培は、土寄せを繰り返すなど時間をかけることで甘く白いねぎになります。今回は、この白ねぎを使った子どもたちも喜ぶレシピを紹介します。

🍴 白ねぎとコーンのクリーム煮



作り方

- 【1】白ねぎを2cm幅に切り、ハムは5mm幅で2cmの長さに千切りし、コーンは水気を切っておく。
- 【2】鍋にバターを熱し、1をよく炒める。小麦粉を加えてよく炒め、牛乳を少しずつ加えて溶きのばす。
- 【3】全体にとろみがついたら塩こしょうで調味し、お好みでパセリのみじん切りを盛り付けたら完成。

白ねぎは体の保護や殺菌効果を持つ栄養素が豊富で、風邪予防には生食もおすすめです。

材料(4人分) … 白ねぎ4本程度、ハム3枚、コーン1缶(120g)、バター30g、小麦粉大さじ1と1/2、牛乳300~400ml、塩こしょう1.5g、パセリ少々

引用: The・おおい「しゅんくる」vol.15

心も体も
地域も元気に!

食育レシピ
recipe

今回のレシピ
についてはこちら



健康課
健康増進係
(☎ 27-8137)