

## 「夢と絆のつどい」をおこないます

市教育委員会では、平成22年度から土岐市教育振興基本計画「夢・絆プラン」を進めています。このプランに示された理念や目標を確認しあったり、進行状況を見届けあったりすることを目的とした市民集会在「夢と絆のつどい」です。3回目となる今年は、濃南中学校区で行います。

### 第3回「夢と絆のつどい」

日時 10月27日(土)  
午前8時10分～(受付開始)  
場所 濃南中学校(教室・体育館)

「夢・絆プラン」または「夢・絆プラン[ダイジェスト版]」は

- ▶土岐市教育研究所ホームページ
- ▶土岐市ホームページ トップページ
- くらしのガイド > 入園入学 > 教育委員会施策等 からご覧になれます。

問 教育研究所(内線281)

### ～第3回「夢と絆のつどい」～

1. 授業公開(各教室) 8:35～9:25  
濃南中学校1、2、3年生の授業を公開します。
2. つどいの会(体育館) 9:40～11:40  
  - 〈第1部〉  
曾木、鶴里町育成会の実践発表
  - 〈第2部〉  
    - ▶鶴里小学校…総合学習の時間発表  
6年児童「ふるさと鶴里の環境を守ろう！」
    - ▶曾木小学校…オペレッタ発表  
全校児童「雨乞い物語」
    - ▶濃南中学校…中馬の時間発表  
3年生「作陶について」  
2年生「打ち囃子」  
1年生「中馬馬子唄踊り」
3. フィナーレ(体育館)  
11:45～12:00  
濃南中学校生徒全員による  
全校合唱



## 給食センター掲示板

### 食欲の秋

秋の涼やかな風が心地良い季節になりました。この季節は日本の主食である米が収穫されるのをはじめ、魚、野菜、果物などおいしい食べ物が出回ります。給食センターでは、旬の食材を大切に給食作りに努めています。今月は、秋ならではのメニューを紹介します。

#### さんまのかば焼き

【材料】 1人分	【作り方】
さんま開き……………1枚	①Aの調味料でさんまに下味を付ける。
A { 酒……………2.0g	②①にかたくり粉をまぶす。
すりおろしショウガ…1.0g	③フライパンに油を入れ②のさんまを揚げる。
しょうゆ……………1.0g	④鍋にBの調味料を入れて一煮立ちさせ、ゴマを加える。
かたくり粉……………適宜	⑤④を揚げたてのさんまに絡ませる。
油……………適宜	
B { しょうゆ……………3.0g	
砂糖……………3.0g	
酒……………2.0g	
水……………5.0g	
炒りゴマ……………0.5g	

さんまは少し多めの油で焼いても大丈夫です。代わりにイワシを使うのもお勧めです。秋は魚のおいしい季節。お値打ちなのもうれしいですね。

#### さつまいもごはん

【材料】 1人分	【作り方】
精白米……………65.0g	①米を洗って水に漬け、米粒麦、Aを加えて炊く。
米粒麦……………7.0g	②さつまいもを洗って1.5cmくらいの角切りにする。
A { 水……………83.0g	③②のさつまいもにBを加えて煮る。
酒……………2.0g	④炊き上げたご飯に③のさつまいもを混ぜ合わせ、黒ゴマを振る。
塩……………0.3g	
さつまいも……………30.0g	
B { 塩……………0.4g	
酒……………2.0g	
水……………少々	
黒炒りゴマ……………0.8g	

さつまいもは食物繊維やビタミンCが豊富です。給食では食物繊維・ビタミン補給のため、ご飯に麦を入れています。かみ応えも増して一石二鳥です。