



もうすぐ新学期。少年の非行・犯罪被害防止と、有害環境を浄化しましょう。

【お子さんへ】

▼万引きは犯罪です！

自分で万引きすることはもちろん、万引きの見張りをしたり、万引きの命令をすることや盗んだものをもらうことは、自分が万引きをしていなくても犯罪になります。

▼インターネットには危険が潜んでいます！

インターネットには様々なサイト等があり、サイト等を通して人と会ってしまったりと犯罪に巻き込まれたり、性的な被害に遭うことがあります。危険性が潜んでいることをしっかりと認識しましょう。

▼断る勇氣！ストップ薬物

薬物に誘われても「絶対手を出さない」という断る勇氣を持ちましょう。

【保護者の方へ】

◆非行防止は家庭から！

親子の会話や家族の団らん心がけ、子どもが家にいて安らぐことができる家庭を作りましょう。

◆子どもの携帯電話にはフィルタリングを！

犯罪被害に遭わないために子どもの携帯電話には有害サイトへのアクセスを制限できるフィルタリングを設定しましょう。

◆絶対許さない！児童ポルノのまん延

児童ポルノは、一度インターネットに流出してしまうと被害がいつまでも残ります。載せない、のぞかない！子どもを守る環境づくりを徹底しましょう。



少年相談110番
フリーダイヤル 0120-677-110

悩んだり、困っていることがあれば気軽に相談してください

「春鯨の旨煮と茄子の炊き合わせ」



材料 (4人分)

材料

- 鯨 (3枚おろし)・・・2尾
- 茄子・・・2本
- 菜の花・・・4本
- 長ねぎ (白髪ねぎ)・・・1/6本
- ショウガ・・・小さめ1個

合わせ調味料

- 濃口醤油・・・90cc
- みりん・・・90cc
- 砂糖・・・10g (好みにより 20g)
- 塩・・・適量
- 鰹だし・・・720cc
- 酒・・・適量
- 小麦粉・・・適量
- 揚げ油・・・適量

作り方

- ① おろした鯨の半身を3つに切って軽く塩をふり、5分程度おいておく。
- ② 茄子のヘタを切り縦切りにする。
- ③ 茄子を素揚げし、鯨は小麦粉を付けて揚げる。
- ④ 合わせ調味料を作り煮立たせる。この時、甘みが足りないと感じた方は砂糖を足す。煮立たせた調味料を半分ずつ容器に分け、それぞれに揚げた茄子と鯨を入れる。
- ⑤ ねぎで白髪ねぎを作る。切ったらボールに入れ水でよくさらし、臭みをとる。
- ⑥ 鍋にお湯を沸かし、塩をひとつまみ入れて菜の花を茹でたら、氷水に入れ良く冷やす。
- ⑦ 鯨、茄子と盛り付けて、合わせ調味料を回し入れたら、白髪ねぎを飾ってできあがり。

ポイント

- ・油は使用済みのものでよい
- ・茄子は皮に包丁を入れ、ナナメに格子状に切る (包丁をまっすぐに持ち、厚みの半分まで縦横に切り目を入れる)。皮を下にして揚げると茄子の色が良く出ます。
- ・鯨は揚げすぎくらいに硬めに揚げる。
- ・菜の花は茎だけ2～3秒茹でてから全部茹でる。



家庭でシートの味

成田シートの今月の一品



レクサード桜岡

総料理長
成田正則さん