岩倉市が展開する子育て支援施策「こどもまんなかアクション」を全６回で紹介します。

ハッシュタグ #こどもまんなかやってみた！

ACT.2 にこにこシティいわくら

●問合先　第一児童館(☎38-1106)

にこにこシティいわくらは、こどもたちが主体となって、企画、運営し、遊びを通してまちの建設からお店の経営までを体験するイベントです。

岩倉市こども まんなかアクション はこちらから！

こども実行委員会 メンバー

みんなに楽しんでもらえる「まち」になるよう考えました！

にこにこシティ 成功させるぞ！

おー！！

スマイル

スマイルとは…
にこにこシティだけで使えるお金です

憧れの職業も！

働いて、スマイルを稼ぐぞ！

こどもたちがつくる、こどもたちのまち！

次はなんのゲームをやろうかな？

温泉での～んびり♪

スマイルを遊びや買い物に使ってしまったら、仕事をしてスマイルを稼ぎます！

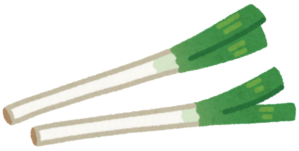
令和6年度は11月30日㈯に開催され、224人(うち実行委員25人)が参加しました！

健康いわくら 21 ～プラス１品、野菜料理の提案～

簡単！！美味しい野菜レシピ

健康課健康支援グループ（保健センター内☎ 37-3511）

ねぎの肉巻き



材料　２人分

長ねぎ（１本）　100g
豚バラ薄切り肉　200g
油　小さじ２
A 調味液
- 麺つゆ（２倍濃縮）　大さじ４
- みりん　大さじ２
- おろしにんにく　小さじ１
- 七味唐辛子　適量

付け合わせ野菜（ゆで野菜）
- キャベツ　100g
- にんじん　20g

※１人分の野菜の分量（110 g）

<作り方>

①ねぎは３㎝幅に切ります。
②豚バラ薄切り肉の上にねぎをのせ、クルクル巻きます。
③温めたフライパンに油をひき、②の肉の巻き終わりを下にして焼きます。
　全体に焼き色がついたら、１～２分蓋をして蒸し焼きします。
④肉に火が通ったら、フライパンの中の余分な油をふき取ります。
　この中に A 調味液を入れ、味が染みてきたら出来上がりです。
⑤付け合わせ野菜は食べやすく切り、さっと茹でて水切りし、
　皿に盛った④に添えます。