



近年、少年の非行による検挙人数が急増しています。特に深刻なのが、SNS をきっかけとした「闇バイト」による強盗や特殊詐欺などの重大犯罪への加担です。

一度関わると…



逃げられない！

「家族に危害を加える」などと脅され、犯罪をやめられなくなります。



使い捨てにされる！

最後は犯行グループの「捨て駒」となり、自分だけが責任を負うことになります。



軽い気持ちが大きな犯罪に！

SNS 上では、犯罪をしているという意識が希薄になりがちです。



見逃さないで！危険のサイン

- 「簡単に稼げる」などの誘いには絶対のらないよう、日頃から話し合しましょう。
- 急に高価なものを持ち始めたときは、何があったのか聞いてみましょう。
- 深夜の外出が増えた、スマホを手放さないなどの変化は、トラブルのサインかもしれません。

ヤングテレホン（愛知県警察少年課）☎ 052-764-1611

被害少年相談電話（少年サポートセンター）☎ 0120-7867-70

健康いわくら 21 ～プラス 1 品、野菜料理の提案～



野菜いっぱい！



保育園給食風レシピ

健康課健康支援グループ（保健センター内☎ 37-3511）

ポークビーンズ

材料 2 人分

豚小間切れ	60g
水煮大豆	70g
じゃがいも	大 1 個
にんじん	小 1/2 本
たまねぎ	小 1 個
小麦粉	大さじ 1
ケチャップ	大さじ 2
ウスターソース	大さじ 1
砂糖	ひとつまみ
牛乳	50ml
水	200ml
油	小さじ 1/2
※乾燥パセリ	適宜

野菜使用量 約 95g/人

<作り方>

- ①豚小間切れを 1cm 幅に切る。じゃがいもは 2～3cm 角切り、にんじんは 1cm 角切りにする。たまねぎは縦半分に切り、さらに横半分に切って 5mm 幅に切る。
- ②じゃがいもは水にさらして水をきり、耐熱容器に入れレンジで 2 分加熱する。
- ③にんじんも耐熱容器に入れレンジで 3 分加熱する。
- ④鍋に油を熱し、豚小間切れを入れ色が変わったら、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、水煮大豆を加えて炒める。
- ⑤小麦粉をふり入れ軽く炒めたら、水を加えて 5 分ほど煮る。途中で様子を見て、焦げ付きそうな場合は水（分量外）を足す。
- ⑥野菜が煮えたら A を加えて、さらに弱火で 10 分ほど煮る。
- ⑦お好みで乾燥パセリをふりかける。

メモ

じゃがいも、にんじんは事前にレンジで加熱するので、短時間で調理することができます。加熱時間で野菜のやわらかさを調整してください。

