

連載 ワクワクがいっぱいバ!!



HUGYUTTO (ハギユット) とは?

ハギユットは「HUG(抱きしめる)」と「GYUTTO(ギョツと)」を組み合わせた造語です。「地域とこどもの未来をつなぐ」を活動方針とし、こどもたちの成長および教育支援・地域産業の伝承・子育て中の新しい働き方の提案などを行っています。主な事業として、子育て情報ポータル・子育て地域新聞・子育て交流イベントを行っています。

※ハギユット協会の収益の一部は地域の慈善活動団体に寄付しています。

カラフル野菜ののっこリナポリタン

(エネルギー 633kcal / 人 塩分量 2.0g / 人)

レシピ: 愛国学園短期大学 2年 / 高橋 菜々花・高谷 里奈



材料 (4人分) ※写真は盛り付け例です

卵	4個	アスパラガス	中4本
パプリカ(黄)	1個	なす	中1本
サラダ油	小さじ1	玉ねぎ	中1/2個
目玉焼き		にんじん	中2/3本
スパゲッティ(乾麺)	320g	バター	40g
ベーコン	80g	ケチャップ	2/3カップ

おやさいたっぷりレシピ

作り方 (調理時間: 25分)

- 飾り用の目玉焼きをつくる。**
パプリカを厚さ1.5cmの輪切りに4枚切る(残りは乱切りにする)。フライパンにサラダ油を熱し、輪切りにしたパプリカを入れて弱めの中火で約3分間焼く。裏返して卵を割り入れ、ふたをしてさらに約5分間焼く。焼きのり(分量外)で飾る。
 - ナポリタンをつくる。**
ベーコンは1cm幅に切る。アスパラガスは3cm長さの斜め切りに、なすは5mm厚さの半月切りにする。玉ねぎ、にんじんは4cm長さの細切りにする。スパゲッティは、袋の表示に合わせてゆでる。フライパンを熱してバターを加え、全ての具(乱切りのパプリカも含める)を炒める。火が通ったら、ゆでたスパゲッティとケチャップを加え、炒め合わせる。
 - 盛りつける。**
器に②のナポリタンを盛り付け、①を乗せる。
- ポイント** 一日に必要な野菜量(350g)の1/3以上をとることができます。目玉焼きと一緒に、おいしさも栄養バランスもぐんとアップ!

みずえ食堂



もぐもぐこども応援べんとう



ぼく・わたし達の取り組み

こども達の笑顔のために
こんな時だからこそ助け合いの精神

今回、「みずえ食堂」(東部地区)や「もぐもぐこども応援べんとう」(江戸川区全域)というお弁当配布の支援プロジェクトを紹介いたします。どちらのプロジェクトも、生活に困っている人々を助けるため、地域のこども達の笑顔のため、そして皆でこども達の今を応援しています。江戸川区内の企業、飲食店が力を合わせて、月に一度から二度のペースでお弁当を届けています。また、小松菜農家や信用金庫などの物資支援もあり協力しながら、支援を継続しています。「みずえ食堂」では、お弁当の他にもこども達に、毎月ぬりえのプレゼントをして楽しめる環境づくりを考えています。

「もぐもぐこども応援べんとう」では、病气やけがをしている保護者であったり、今日食べるお米もないといった人達が多く訪れます。周りに誰も知り合いがおらず、社会との繋がりが唯一の場所が、「もぐもぐ」という場所という人もいます。

新型コロナウイルス感染症だけが原因という訳ではありませんが、経済の状況や、情勢が変わることで生活することが難しくなってしまう人もいます。今後、そういう人達を助けていくような支援の輪が広がっていくよう、ハギユットでもお手伝いしていけたらと思います。

ハギョバグ クイズ

ハギユットマンとバグるんがみんなにクイズを出すよ!! 皆はどのくらい江戸川区の事を知っているか、挑戦してね! 是非、家族で全問正解を目指そう!!



Q1. 小岩地域で有名な「辰巳新橋の鯉のぼり」ですが、どこの川で掲げられているでしょうか?

- ①江戸川 ②新中川 ③荒川

Q2. 江戸川河川敷に広がる小岩菖蒲園ですが、毎年何本の花ショウブが咲くのでしょうか?

- ①500本 ②5000本 ③50000本

こた 答えは 来月号で発表!

- 先月号の答え 1) 本一色(ほんいっしき) 2) 清新町(せいしんちょう) 3) 鹿骨(ししぼね) 4) 谷河内(やごうち) 5) 興宮町(おきのみやちょう)

ハギユットイベント情報! (予定)

しんねんどむか 新年度を迎え、ハギユットもさらなる挑戦をしていきます!! 2021年~2022年に開催予定のイベントをお伝えします。是非、出演参加、ハギユットジャムスタッフとしての参加!! お待ちしております!!

- イベント情報 (1) 2021年8月16日(月)無観客/オンライン配信予定 (2) 2022年2月23日(祝)

※イベント情報は随時ホームページより公開していきますので、各自ご確認ください。まだ掲載されておられません。

主催: (社)ハギユット協会
お問い合わせ先 一般社団法人ハギユット協会 〒132-0015 江戸川区西瑞江3-14-81

