

# キラリ教育

## 味わおう給食 つながろう食育

「おなかすいた〜」  
「今日の給食は何？」  
給食を楽しみにしている  
たくさんの子どもたち  
の声が学校のあちこ  
ちから聞こえてきます。  
「僕たちが育てた大根  
だ！」この野菜は三田  
産？」など、毎日の給  
食が食育の生きた教材  
となっています。

### 食育への取り組み

「三田市の学校・園に  
おける食育推進計画」  
の基本目標である「食  
を楽しむ、食でつなが  
り、よりよく生きるさ  
ら、よりよく生きるさ  
ら」の「子」の実現に向  
け、プラス1の食育に  
取り組んでいます。  
さまざまな食の学び  
と生きた教材となる学  
校給食を通し、みんな  
で一緒に「くもりもり  
もぐもぐいきいきす  
くすくすやさしい食育」  
をキヤッチフレーズに、

より充実した食育を進  
めています。

### 「おいしい！」を 大解剖

幼稚園から中学校ま  
での11年間、バランス  
のとれた栄養豊かな学  
校給食を届けています。  
市内小学校の子ども  
たちが、給食センター  
を見学。たくさんの食  
材、大きなお鍋や冷蔵  
庫を見てびっくり。目  
を輝かせ、給食ができ  
る様子にくぎ付けでし  
た。  
地元三田産のお米を  
使った週4回の米飯給  
食、旬の地場産野菜や  
特産物を使った給食、  
和食の日に出る母子茶  
は、三田  
でしか味  
わえない  
特別な給  
食です。

中でも子どもたちの  
人気メニューは、揚げ  
パンやハンバーグ、カ  
レー！笑顔ではおぼろ  
姿を見ると、癒されま  
すね。  
食の学習や学校給食  
が家庭へとつながり、  
全ての子どもが心も体  
も健康で、健やかな生  
活が送れるよう、これ  
からも食育に取り組ん  
でいきます。  
問い合わせ 学校給食課  
(567-2279 FAX 567-2329)  
X 567-2329



給食センター  
見学の様子

### 食育キャッチフレーズ

- や…野菜をおいしくもりもり食べましょう
- さ…三田の恵みをもぐもぐ味わいましょう
- し…しっかりと生活リズムを整え、いきいき元気にすごしましょう
- い…いっしょに「食」を楽しみ、こころとからだをすくすく育てましょう



▲ 大好きなカレー！おかわりしたよ(三田小学校)



## ビビンバ

しっかりした味つけで、ご飯との相性抜群！辛味にコチュジャンを少し入れてもおいしいです。  
問い合わせ=学校給食課(567-2279 FAX 567-2329)

- 材料(5人分)
- 牛肉 200g
  - にんにく・土しょうが 1かけ
  - 大豆もやし 150g
  - にんじん 70g
  - ほうれん草 100g
  - 白いりごま 小さじ1
  - 白いりごま(すり) 小さじ1
  - 砂糖 大さじ1と1/2
  - 酢 大さじ1
  - うす口しょうゆ 大さじ2
  - ごま油 適量



- 作り方
- ① ほうれん草、大豆もやしはゆでて水分を切る
  - ② ①のほうれん草は3cm幅、にんじんはせん切り、にんにく・土しょうがはみじん切りにする
  - ③ ごま油でにんにく、土しょうがを香りがたつまで炒める
  - ④ ③に牛肉を入れて砂糖、うす口しょうゆを加え炒める
  - ⑤ ④ににんじんを入れて炒める
  - ⑥ ⑤に大豆もやし、ほうれん草を入れて炒め、最後に酢と白いりごまを混ぜる

## 消費生活情報

### インターネットでのチケット購入トラブルにご注意を!

コンサートや舞台、スポーツイベントなどのチケット購入に際し、ネット検索で上部に表示された海外のチケット転売仲介サイトなどの非公式チケット販売サイトを国内の公式サイトと思い込み、注文してしまうケースが見られます。

### 事例

行きたいミュージカル名をスマホで検索し、一番上に表示された販売サイトに入った。「10分以内に手続きを完了しなければ購入できない」と申し込み画面に表示され、慌てて1枚38,000円のチケットを注文した。  
後日届いたチケットには1枚13,500円と記載があり、海外の転売サイトで購入していることに気がついた。高額なのでキャンセルしたい。  
(20歳代女性)



転売仲介サイトの利用規約では、「キャンセル不可」となっていることがほとんどです。このような場合、「金額が高額である」という理由だけでは解約は困難です。また転売仲介サイトの取り引きは通信販売にあたり、クーリング・オフの適用はありません。

海外サイトでは、トラブルになった際に問い合わせをしてもコミュニケーションをとるのが難しく、キャンセルの条件や返金について交渉が難しい場合があります。契約前にサイトの情報を十分に確認しましょう。

### アドバイス

■ チケットを購入するときは、公式チケット販売サイトかどうかよく確かめましょう!

転売仲介サイトの中には、公式サイトであるかのような表示をしているサイトもあります。表示をうのみにせず、URLを確認するなど「公式サイト」かどうか慎重に確認しましょう。

公式サイトで購入したチケットでなければ、当日入場できない可能性があります。契約前にイベント主催者によるチケットの利用条件をよく確認しましょう。

■ 不正転売はしないようにしましょう

チケット不正転売禁止法が令和元年6月14日から施行されました。もし急遽行けなくなった場合は、公式リセールサイトを利用して、そのチケットを希望する人へ転売することが可能な場合がありますので検討しましょう。

## 2月休日診療当番医

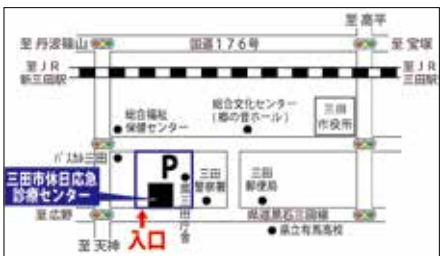
休日応急診療センター	
天神1丁目 10-14 (556-5005) 内科、小児科を中心とした外来応急診療 受付時間：8時45分～11時30分、13時～16時30分 ※受付終了30分前からは大変混み合います 診療時間：9時～	
16日(日)	若林 良 (小児科) 中田 淳 (内科)
23日(日)	井上 満夫 (小児科) 三田 敬二 (内科)
24日(月)	杉本 健郎 (小児科) 中井 真通 (内科)

休日診療当番医(歯科)		
診療時間 9時～15時 ※歯科は各医院で診療		
16日(日)	福田歯科医院 (上井沢)	567-1511
23日(日)	ウッディ吉原歯科 (すずかけ台2)	556-7786
24日(月)	中道歯科医院 (大原)	563-7131

※都合により当番医が変更になる場合があります。  
※小児科医以外の診療日について、3歳児未満は診療できない場合があります。  
※投薬は休日が続く場合を除き1日分です。翌日には「かかりつけ医」などに受診をお願いします。

※三田市休日応急診療センターの診療時間外(日曜・祝日の16時30分以降など)は神戸子ども初期急病センターでも診察(15歳未満、内科系疾患のみ)が受けられます。受付時間：月～金曜/19:30～翌朝6:30 土曜/14:30～翌朝6:30 日曜・祝日(年末年始)/8:30～翌朝6:30  
※診察は各受付開始時間の30分後から  
TEL 078-891-3999

### 三田市休日応急診療センター地図



◆平日・土曜の時間外救急診療  
救急告示医療機関(電話番号)  
三田市民病院(565-8000) | 平島病院(564-5381)

### 兵庫県子ども医療電話相談(子どもの急病やけがなどの相談)

携帯電話、市外局番が06・072以外のプッシュホン回線	# 8000	平日・土 18時～翌朝8時 日・祝 午前8時～翌朝8時	看護師らが相談に応じます。
市外局番が06・072、ダイヤル回線、IP電話	078-304-8899		

さんだ健康医療相談ダイヤル24(24時間年中無休・通話料無料・非通知不可)  
0120-310-328 ※住所、名前、年齢を教えてください。

三田市消費生活センター(559-5059)◇ご相談は電話または窓口へ  
相談受付：月曜～金曜(祝日除く)、第2・4土曜(祝日除く)10時～17時  
「ハニ-FM(822MHz)」消費生活情報提供中 毎月第3月曜 15時10分～15時30分

休所日のご相談や三田市消費生活センターの番号をお忘れの場合は…  
《消費者ホットライン》188番(いやや!)  
身近な消費生活相談窓口、または国民生活センターにつながります。  
※受付時間外の場合は☎相談窓口の案内が流れます。