

レシピ 市学校栄養担当者会

●材料 3人分

- 貝柱（水煮缶） 60g^ア
 - ブロッコリー 1/2株（150g^ア）
 - ホールコーン 大さじ1程度
 - バター 小さじ1弱
 - 薄口しょうゆ 小さじ1
 - 白こしょう・ガーリックパウダー 各少々
- 熱量（おとな1人分）：60kcal^ア、塩分：0.7g^ア

●作り方

- 1 ブロッコリーは小房に分け、塩ゆで（分量外）する。
- 2 貝柱をバターで炒めてなじんだら、薄口しょうゆ、白こしょう、ガーリックパウダーを加える。
- 3 ブロッコリーとホールコーンを加え、皿に盛る。

memo

コーンを加えて彩り豊かにアレンジ。
給食では、一口大にカットした冷凍貝柱を使用しています。冷凍や生の貝柱は、清酒につけておくと臭みが取れます。



貝柱とブロッコリーのソテー

学校給食のメニューをアレンジ

消費生活センターだより

消費生活センター
☎(740)1167

ネットで紹介されるもうけ話

高額な「情報」を買わされないように注意
簡単にもうかる方法はありません

事例1 FX投資で世界的に有名なA氏に興味を持ち、SNSに登録した。A氏から直接メールが届き「毎月36万円を稼げるFX投資ソフトを特別に提供する。申し込みは今日まで」と勧められ、2万8,000円を払って申し込んだ。翌日、サポート担当のB氏から電話があり「遠隔操作でサポートするので29万8,000円を払ってほしい」と言われた。高額なので迷ったが、B氏も毎月30万円以上もうけていると言うのでカードで支払った。資金10万円を運用したが全くもうからない。だまされたと思う。返金してほしい。（70歳代 男性）

事例2 SNSで知り合った女性から、クリックするだけで1,000円が300万円になるアプリを勧められた。試したら本当に1,000円が5,000円になったので、9万8,000円を払ってアプリを購入した。ところがダウンロードできず、アプリの会社から「注文が殺到したため通信が混み合っている。おわびに上位バージョンアプリが購入できようにした。倍々で利益がでる」と言われた。39万8,000円で購入したが、口コミで詐欺だと分かった。やめたい。（20歳代 男性）

ネットなどで販売される金もうけのノウハウを「情報商材」と呼びます。何億円ももうけているという投資家の動画を見てSNSでやり取りを始めると、自分でも簡単にもうけられるような気になってしまいます。しかし相手は勧誘のプロ。高額な「情報商材」を販売するのが目的です。

簡単にもうけられる話はありません。近寄らないのが一番の自衛策です。契約してしまったときは、早めに消費生活センターにご相談ください。

生きる

人権推進課
☎(740)1150

現在も続く「よみかき教室」

読み書きが苦手な外国人に教える日本語
不自由のない生活に必要なもの

総合センターで部落差別の解消のために行ってきた事業の中には、現在も形を変えながら続いているものもあります。

例えば、字が読めないおとなを対象に始まった「識字教室」は、「よみかき教室」として継続しています。

解放運動などによって字が読めない人が減少したため、現在通っている日本人はいません。中国やベトナムなどから移り住んだ人が、この教室で日本語を学んでいるのです。

近年、日本に多くの外国人が仕事のために移り住むようになりました。人数は少ないかもしれませんが、それは川西も同じです。日常生活では気付かないかもしれませんが、同じまちの中にいるのです。

よみかき教室に来る外国人は、日本語を読み書きできるようにならなければならないという意識が強いように感じています。

簡単な日本語が話せても書類や文章を書くことが難しく、病院での手続きや書類作成などで困ることが多いと聞きます。市役所に行くにも、書類を書かなければならないとびくびくしながら足を運ぶそうです。

私は読み書きを教えるとき、楽しめるように、そして自国のプライドを保ちつつ学べるようにと意識しています。不自由なこともある日本での生活で、前を向いて生活していくためには必要なことだと思うのです。

多文化が共生する社会で、よみかき教室のように、不自由なく生活するために必要なものを誰でも身に付けられる場所は、今後必要だと感じています。

（緑台小学校区人権啓発推進委員会委員長 矢野端）