

レシピ提供：市立保育所・こども園給食部会

●材料（おとな2人・子ども2人分）

- 切り干しだいこん …………… 30g<sup>㉔</sup>
- ツナ缶 …………… 1缶
- ニンジン …………… 小1/3本
- キュウリ …………… 1/2本
- 砂糖・酢 …………… 各小さじ2
- 濃口しょうゆ …………… 小さじ1

熱量（1人分）：103kcal、塩分：0.5g<sup>㉔</sup>

●作り方

- ①切り干しだいこんを水で戻し、食べやすい長さに切る。ツナ缶の油を切り、ニンジンとキュウリは千切りにする。
- ②切り干しだいこん、ニンジン、キュウリの順番に、柔らかくなるまでゆでる。ゆでた野菜はザルにあげて、流水で冷ましてからしっかりと水気を切る。
- ③砂糖、酢、濃口しょうゆを合わせ、ツナと②の野菜を入れて和える。

POINT キュウリなどの夏野菜は水分やカリウムを豊富に含んでいるものが多く、体を冷やす働きがあります。



## 切り干しだいこんの和え物

優しい酸味で初夏を感じる一品

消費生活センターだより

消費生活センター  
☎(740)1167

## 市職員を名乗る還付金詐欺に注意

「還付金を渡します」との電話が増加  
すぐに対応せず家族や市役所に相談を

事例1 市役所から「後期高齢者医療保険の振り込みの書類が届いていません。4月1日締め切りで、手続きを急ぐためこちらで記入します。口座番号と暗証番号を教えてください」と電話があった。(70歳代 女性)

事例2 「市役所保険年金課の〇〇です。2万2,000円の返金があります。代わりに手続きをしてあげるので、キャッシュカードを持って近くのATMへ行ってください」と電話があった。(80歳代 女性)

事例3 「市役所の保険課です。医療費の還付金が4万円ほどあります。銀行口座に振り込むので、口座番号と暗証番号を教えてください」と電話があった。その後、銀行から「還付金を振り込もうとしたが、エラーが出て振り込みできません。キャッシュカードの交換が必要ですので、これから担当者が伺います」と電話があった。(70歳代 男性)

市内で市職員を名乗る不審電話が発生しています。口座番号などを伝えてしまった場合は、銀行と川西警察署☎(755)0110に相談してください。市の職員や銀行員が暗証番号を聞き出したり、訪問してキャッシュカードを預かったりすることはありません。「暗証番号は教えない」「キャッシュカードは渡さない」など、被害に遭わないよう注意してください。市の職員を名乗る怪しい電話があった場合は電話を切り、家族に相談したり、市役所☎(740)1111（代表）に電話したりするなど、すぐに対応しないようにしましょう。また、留守番機能付き電話機を持っている人は、在宅中も留守番電話に設定し、心当たりがない電話には出ないことをお勧めします。

生きる

人権推進課  
☎(740)1150

## 幸せになれるはずだったのに

結婚後に人工授精で授かった子ども  
出生届が受理されない問題が発生

僕は2008年3月、家庭裁判所に性別の取り扱いの変更を申し立て、国から「男性として生きていい」と認められました。そして、現在の妻と結婚することができました。祝福してくれる人もいれば、冷たい言葉を投げかける人もいました。でも、僕たちはお互いが同じ方向を向いて一緒になることを決めたので、周囲から言われたからといって、諦めることはしませんでした。

結婚し、妻と子どものことを話し合いました。しかし、僕には生殖機能はありません。そこで僕たちは第三者の精子を使い人工授精を行いました。僕たちが何かをしようとすると周囲からいろいろと言われます。「なんで子どもつくるん?」「結婚できただけでいいやん」などと。どうして僕たちが子どもをつくってはいけないのか?と思う時もありました。子どもを欲しいと思う人たちと気持ちは同じです。僕たちは安易な気持ちで子どもをつくったわけではありません。妻も悩みました。それは当然だと思います。そして、僕たちは第三者から精子をもらい妻は妊娠し、お腹に新しい命が宿りました。妻と一緒に、子どもを授かり、「本当に生きてよかった」と幸せを感じました。妻のお腹が大きくなるにつれて「幸せ」や「命の大切さ」を感じると同時に、周囲からの「かわいそうな子」「誰の子」という冷たい視線。

そして、子どもが誕生し、出生届を市役所に提出すると「父親の欄に僕の名前があると受理できない」という問題が発生しました。幸せの絶頂から一夜にしてどん底に突き落とされ、僕の闘いが始まりました。

(Like myself 代表 前田良)