



組合員活動の  
コーナー

**あそびに来てね!**

**パルちゃん広場「ぽっかぽか枚方」**

5月の

**「ぽっかぽか枚方」**

5月18日(金)  
10:30~12:00  
※他会場の日程は7面へ



組合員活動は「食」「平和」「環境」「くらし」の4つの柱にそって各地域で多彩なとりくみが行われています。

枚方組合員会館で、6カ所目の「パルちゃん広場ぽっかぽか」がスタートしました。プレイマットを敷き詰めた会場には、おもちゃやわらかいブロックなどが用意され、子どもたちはのびのび遊び、おとなたちはコーヒータイムやおしゃべりでホッとした時間を過ごしています。

<参加者の声>

「1日1回お出かけしたいけれど、なかなか遠くに行くこともできないので、ここなら近くていいですね。子どもも、ぽっかぽかに来た日は家に帰ってからも機嫌がいいんですよ」  
大川夢乃ちゃん(1歳)のお母さん



スタッフが絵本の読み聞かせを始めると、目を輝かせて集まってくる子どもたち。



この日、スタッフデビューの上田さん(左)と堂下さん(右)。「以前は、いち参加者でしたが、手伝ううちにスタッフになりました。今日来られた方がご近所で、みんな小学校も一緒になると思うので、これを機会にこれからもお付き合いできたらいいですね」



ママたちは、子どもが見えるところでゆっくりお茶を飲みながら話が花が咲いていました。

cooking

「梅干」を使って

**Pa・ぱっとクッキング 58**

材料・2人分

- 梅干……………2個
- みりん……………大1
- ほたて貝柱…6個
- きゅうり……4cm
- 青じそ……………3枚
- レモン汁……少々

梅の酸味はみりんで加減して



1人当り  
81Kcal

作り方

- ① 梅干は種を取り、よく叩いてみりと合わせる。
- ② きゅうりはすりおろして水気を絞り、レモン汁を振る。
- ③ ホタテは横半分に深く切り目を入れ、①の梅肉をはさみ、上におろしきゅうりをのせる。
- ④ 青じそは縦半分に切り、③のホタテをのせる。

材料・2人分

- 梅干……………2個
- ツナ缶……………1缶
- 青じそ……………4枚
- スライスチーズ……………2枚
- 春巻きの皮…2枚
- サラダ油……大3
- ④小麦粉……小2
- ④水……………少々
- レタス……………適量

溶けたチーズが梅肉をまるやかに



1人当り  
271Kcal

作り方

- ① 梅干は種をとり、荒く刻む。青じそは縦半分に切る。
- ② チーズ、春巻きの皮は四角の4等分に切る。
- ③ 春巻きの皮に青じそ、チーズ、ツナ、梅肉をのせて三角に折り、④の水溶き小麦粉をつけてとめる。
- ④ サラダ油を熱したフライパンで揚げ焼きにして、レタスを敷いた器に盛る。

**ホタテの梅肉サンド**

**ツナの梅しそ春巻き**