

### 忙しい朝やおやつに最適! ドイツ風パンケーキ「ダッチベイビー」



材料を混ぜてオーブンに入れるだけ! スキレットパンは、鉄製の小さなフライパンで、オーブンに入る陶器でも作ることができます。ちょっとおしゃれに、カフェの雰囲気味わえます。



食物調理科3年 高山 普さん・内藤 七羽さん

今月の津山産食材 小麦

## 津山東高校 地産地消

vol.12 レシピ

図書広報室 ☎32-2029

【材料: 12cm程度スキレットパン2個分】 卵…100g (2個)、牛乳…100ml、薄力粉…70g、塩…少々、無塩バター…6g ※トッピングはお好みで適量 例①バニラアイス、ホイップクリーム、ミックスベリー、イチゴ、ハチミツ、例②ベビーリーフ、モッツアレラチーズ、アボカド、生ハム、レモン、オリーブオイル、塩・コショウ

【作り方】 ①オーブンにスキレットパンを入れ、200度に温める②ボウルに卵を入れ、泡立えないように溶き、牛乳を加える③②にふるった薄力粉を3回に分けて加え、湯せんしながらその都度よく混ぜる④温まったスキレットパンにバターを入れ、③の生地を流し入れる。この時、スキレットパンの縁に生地を回しつける⑤オーブンに入れ、10～15分程度焼く⑥オーブンから出し、生地が中心がしぼんだら、好みのトッピングをのせる 【イラスト・レシピ作成: 津山東高校】

## はぐくみつやまっ子

### 夏休みを楽しく! やる気一点検一継続

もうすぐ夏休み。今年の夏休みこそはと、わくわくしている時に、子どもがやってみたいこと、家族でしたいことなどを、親子で話し合ってみるのも楽しいものです。

その中で、何か継続して取り組むことを、子ども自身が決め、頑張れるように話し合しましょう。「●時に起きる」「毎日●分、読書をする」「手伝いをする」「料理を頑張る」など、何でも構いません。計画表を作ったり、点検表に○印を付けたりすると、励みになり続けやすくなります。褒めたり、時には一緒にしたりするなど、続けられるよう応援しましょう。

「できた」「明日も頑張ろう」と続けていけることが、毎日の生活を楽しむものです。

津山市青少年育成センター 家族のこと、友だちのこと、青少年の悩みごと 市役所2階 ☎31-8650 ご相談ください

## おしえて エコるびー

### ライトダウンキャンペーン in つやま 2023

7月7日は「クールアースデー」。

職場や家庭の電気を消すことで、電気の大切さや省エネルギーへの関心を高め、地球環境の保全や地球温暖化防止について考える日です。

岡山県では6月21日(夏至)～7月7日まで、ライトダウンキャンペーンを行っています。

市では7月5日(水)午後6時から、市役所本庁舎などで消灯に努めます。

皆さんも、七夕の夜は早めに電気を消し、地球のためにできることを考えてみませんか。

詳しくは、市ホームページを確認 じゃ!

環境奉行「エコるびー」

図脱炭素社会推進室 ☎32-2051

## 加茂の朝市

とき 7月16日(日)午前8時～9時  
ところ 加茂町インフォメーションセンター駐車場  
岡津山市観光協会北支部 ☎42-4402

加茂朝市弁当、焼き鳥、とち餅、よもぎ餅など

## 講座・講演会

### 大人の社会見学 第1弾 公助防災学習センター編

消防署内の見学や地震体験を通して、公助(市や消防署などによる救助)のしくみを学びます。

とき 8月9日(水)午前10時～正午

ところ 防災学習センター(津山圏域消防組合消防本部内・林田)

定員 20人程度(申し込み多数の場合は抽選)

申込方法 電子申請  
または電話で申し込む

締め切り 7月21日(金)

図生涯学習課 ☎32-21118

### 男女共同参画市民企画講座 第2回「生と性のカタリバ」

親世代を中心に、正しい性の知識を学び、ワークシヨップをしながら「生」と「性」について語り合います。

とき 7月9日(日)午後1時30分～3時30分

ところ 津山男女共同参画センター「さん・さん」(アールネ・津山5階)

講師 澁谷奈津美さん(かたつむり助産院院長)

定員 25人(先着順)

託児 あり(7月3日(月)までに予約要)

申込方法 ①住所②氏名③電話番号を、電話、EメールまたはLINE(ID: @468xpdq)で申し込む

申込先 支え合い育ち合い 根つとわーくあんなん(塚本さん) ☎080-12910-6453、sasaso@dachi.anan@gmail.com

図さん・さん ☎31-2533

### 文化庁令和5年度 伝統文化親子教室事業

夏休み体験教室  
和菓子作りと茶道の体験

とき 7月23日(日)午前9時30分～午後0時30分

ところ 中央公民館(大谷)

対象 小・中・高校生(親子での参加も可)

定員 20人程度(先着順)

参加費 500円(和菓子2種類)

持ってくるもの ハンカチ、白ソックス、三角巾

図茶道教室(濃野さん) ☎29-2410

## イベント

### さつき天文台天文講座

美咲町立さつき天文台で撮った写真とこれから楽しめる天文現象を紹介します。

とき 7月30日(日)午後1時～2時30分

ところ 津山東公民館(川崎)

定員 20人(先着順)

講師 さつき天文台友の会指導員

申込方法 申込専用二次元バーコードで申し込むか①氏名②年齢③電話番号をEメールまたは電話で申し込む

締め切り 7月23日(日)

図さつき天文台友の会 ☎29-17961、jda.japan1@yahoo.co.jp

### オープンポリスイン 津山警察署

警察業務・採用試験説明、体験ブース訪問、白バイ展示走行などを開催します。

とき 7月15日(土)午前10時～正午

ところ 津山警察署(林田)

対象 警察官・警察行政職員

サマージャンボ7億円 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ3千万円 (1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

7月4日(火)2種類同時発売!

発売期間 7/4(火)～8/4(金)

公益財団法人岡山県市町村振興協会

図津山市地域包括支援センター ☎23-10004

を志望する人、保護者(保護者のみも可)

図津山警察署 ☎25-0110

注目をまちがえるかもしれないレストラン

認知症の人がホールで働くレストランです。間違えることがあっても「ま、いいか!」の寛容な気持ちで、ぜひご来店ください。

とき 7月26日(水)

ところ あっちゃんの大きな木(山下)

定員 50人(先着順)

料金 1250円(飲食代)

申込方法 津山市地域包括支援センターに直接申し込む

申込開始日 7月7日(金)

## COLLECTOR'S COLLECTIONS コレクターズ・コレクション展

本展ではコレクターが所有する美術作品50点を展示します。作品は、舟越桂を中心に、猪熊弦一郎、野又穰、前川秀樹、エゴンシーレ、山本大也、川埜龍三など多岐に渡ります。コレクターの美意識の世界を、ぜひお楽しみください。

とき 7月1日(土)～23日(日)午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで)

ところ ポートアート&デザイン津山(川崎)

※7月1日(土)14時～三樹正典さん(美術家・コレクター)と吉野瞬さん(陶芸家)のギャラリートークあり

図ポートアート&デザイン津山 ☎20-1682

© Katsura Funakoshi