



# つやまっ子 はぐくみQ&A

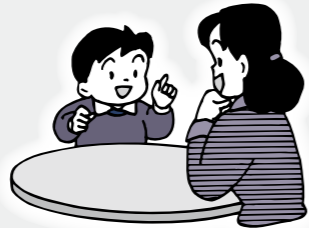
## 今月のポイント - 子どもの声に耳を傾ける心の余裕を -

**Q** 仕事が忙しく、子どもの話をなかなか聴いてあげることができません。気にはなっているのですが…。

**A** 青少年育成センターには「学校で友だちとこんなことがあった。楽しかった。つらかった」「おうちの人はとても忙しいので、お留守番をしている」「アイドルグループの〇〇が好き」「好きな人ができたが、告白しても大丈夫かなあ」「友だちとけんかしてしまったけど、仲直りするにはどうしたらいい？」というような相談も多く寄せられます。

このような相談を受けていると、子どもたちが家庭などで十分な会話ができず、寂しい思いを抱えていることに気づかれます。大人として、地域の一員として、子どもの声に耳を傾ける心の余裕を持つことの大切さを感じます。

問題や悩みを持つ子どもの声に耳を傾け、その心を理解することで、子どもたちは生きる力を生み出すことができるようになるのではないのでしょうか。



津山市青少年育成センター  
市役所東庁舎3階 31-8650

家族のこと、友だちのこと、  
青少年の悩みごと、ご相談ください

### つやま新産業創出機構

## 産官学

## 津山の美味しさが続々！ つやま夢みのり

### Vol.3



▲津山の皮でおいしさを包む「津山餃子」

★つやま新産業創出機構の特産品開発「つやま夢みのり」のあゆみ  
「つやま夢みのり」は産学官民、農工商連携による新産業の育成を目指し、津山地域の食に関する産業を育成するため、平成11年7月に発足しました。地場食品製造メーカーや美術大学、農業生産者、消費者、行政関係者などが協力しながら、地場産の作物や地域の食文化を取り入れた加工食品を開発し、商品のブランド化を目指しています。  
現在、酒・肉・菓子など、23品目の商品をそろえるまでになりました。



▲つやま夢みのり認証マーク

★全国に津山の自慢を発信！  
つやま夢みのりは「①素材本来の良さを活かし、美味しさにこだわります②私たちが自信をもっておすすめします」という商品開発ポリシーで開発された商品のうち、ブランドディングの専門家やバイヤーなどによる審査を受けた商品を「つやま夢みのり認証商品」として認定。「全国に自慢できる商品を生み出した」という思いから生まれた商品の中には、全国規模のコンテストで大賞・準大賞を受賞している商品もあります。  
★農作物と連動した商品開発  
つやま夢みのりグループでは、津山地域の農作物の産地形成と連動して商品を開発。「津山ロール」や「津山餃子」は津山産小麦「ふくほのか」の産地形成プロジェクトから生まれました。食品と農業が連携し、生産から加工、販売までを一体的にコーディネート（6次産業化）、安心、安全、安定した商品作りに力を注いでいます。

津山ロールは  
クリスマスバージョンが発売間近！  
津山餃子は  
11月7日にデビューしました！

問い合わせ先 つやま新産業創出機構 024・0740



## なるほど しんぶん の お し ら せ

## 外国通貨の投資トラブルに 気を付けて！

知らない業者から電話で、スーダンの通貨（ポンド）に投資するよう勧められました。投資の経験はなく興味もなかったのに断りましたが、毎日のように電話があり「一口（10万円）だけでも買っておいしたら、半年後には4倍になるから」としてこく勧誘され、断り切れず承諾してしまいました。ところが金融機関に振り込みに行き、窓口の職員にいきさつを話したところ、振り込み前に市民相談室に相談した方がよいと言われました。

最近、このような海外通貨の投資トラブルが増えています。業者は「有数の産油国であり、紛争後の経済発展が見込める」と言葉巧みに勧誘しますが、スーダンポンドなどは日本の金融機関では取り扱っておらず、国内で換金することはとても困難です。今回は、お金を振り込む前に相談に来られたので、相談者は実情を理解し、業者に対して契約の意志がないことをはっきりと伝えることができたため、被害は発生しませんでした。  
イラクの通貨（ディナール）についての投資詐欺も多発しています。今後も新たな手口の投資詐欺が現れると思われるかもしれませんが、うまい話は絶対ありません！不安なときや不振に思ったときは、すぐに市民相談室にご相談ください。



困ったときの相談先 市民相談室 024・2057  
土・日曜日は県消費生活センター 086-226-0999

## 食育通信

### Vol.30



津山市食育推進キャラクター「しよたん」

## 野菜を おいしくたっぷり！

ブロッコリーの旬は、秋から冬にかけてです。  
β-カロテンやビタミンCなどの栄養素が豊富な緑黄色野菜をしっかり食べて、寒い冬を元気に乗り切りましょう！



1人当たり栄養価  
エネルギー46kcal、たんぱく質3.6g、脂質0.6g、塩分0.6g

## ブロッコリーのズミそかけ

- 【材料（4人分）】  
ブロッコリー…1株、みそ…大さじ1、みりん…大さじ1、砂糖…小さじ1、ユズの皮…1/4個分
- 【作り方】  
①ブロッコリーは食べやすい大きさの小房に分ける。茎は堅いところを除き、薄切りにする  
②沸騰したお湯で①をゆで、ざるに上げ、広げて冷ます（ゆで過ぎないように気をつける。冷ます時、水をかけないこと）  
③鍋にみそ、みりん、砂糖を入れ、火が通るまでかき混ぜながら加熱する  
④ユズの皮の表面だけをすりおろし③に加え、さっと加熱する  
⑤②のブロッコリーを器に盛り付け、④のユズみそをかける
- ユズみそのほか、ゴマみそ、ネギみそなど、何でもOKです

毎月19日は食育の日 問い合わせ先 健康増進課 024-2069