

こ^こども朝ごはん 2017 夏休み

7/24(月)~9/1(金) あさ7:30~9:30

8/14(月)~8/18(金)おやすみ、土日おやすみ

7/21(金) プレ企画 15~17時 子どものえんがわ
「きびだんご作り」



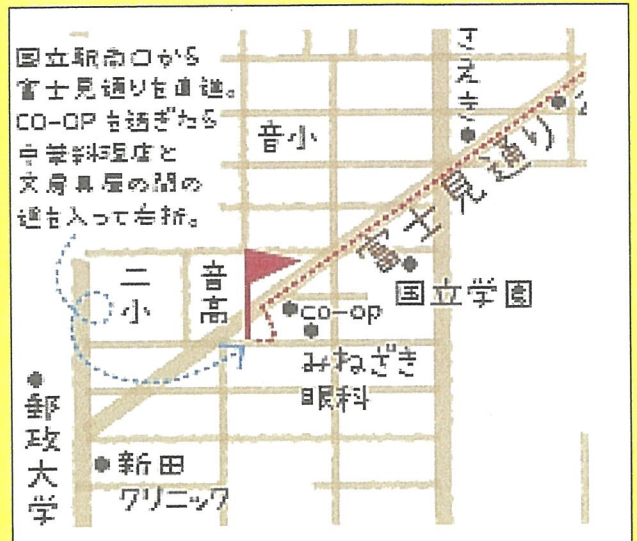
17才まで無料

Tel 042-511-5812

090-7213-0929 えんどう 遠藤

ふじみこうじ じっか
ばしょ: 富士見小路の Jikka

にし ゆめ
(西2-11-28 NPO 法人くにたち夢ファーム)
子ども朝ごはんと子どものえんがわは、国立市
子どもの居場所づくり事業補助金による事業です



おなまえ _____

Tel _____

未就学・ _____ 年生・18歳以上 アレルギー ある・ない

たまご ぎゅうにゅう だいず こむぎこ そば
ピーナッツ えび そのほか ()

具体的な注意点などあれば、教えてください(例:あたたかい牛乳なら大丈夫)

朝ごはん ML → 既に入っている MLは不要 新規に入りたい

@

※なるべくスマホ・PCアドレスを。携帯アドレスだと登録できない場合あり。

	プレ 21(金)	①24(月)	②25(火)	③26(水)	④27(木)	⑤28(金)
	プレ企画 15-17時 きびだんご					
⑥31(月)	⑦8/1(火)	⑧2(水)	⑨3(木)	⑩4(金)	⑪7(月)	⑫8(火)
⑬9(水)	⑭10(木)	⑮11(金)	⑯21(月)	⑰22(火)	⑱23(水)	⑲24(木)
⑳25(金)	㉑28(月)	㉒29(火)	㉓30(水)	㉔31(木)	㉕9/1(金)	
						土日、 8/14~18は お休みです

「こども朝ごはん」について、ご感想・ご意見を、お寄せください。お気軽にスタッフまで。
又は jikka-yume@ab.auone-net.jp **お手伝いくださる方募集中!**

子ども朝ごはん 2017 冬休み

あさ 8:00~9:30

12/26(火), 27(水), 28(木), 29(金), 1/4(木), 5(金), 9(火)



ふじみこうじ じっか
ばしょ: 富士見小路の Jikka

朝ごはんメニュー

ごはん、あったかスープ

てづくり健康^{けんこう}ふりかけ ほか

むりょう

17才まで無料

18才以上は、カンパ100円から

子どものえんがわスペシャルデー

12/24(日) 13~16 Jikka X'mas
七面鳥とケーキを食べよう!

12/25(月) 12~14 子ども昼ごはん

1/6(土) 11~14 おもちつき



042-511-5812 (じっか)

090-7213-0929 (えんどう 遠藤)

子ども朝ごはんと子どものえんがわは、国立市子どもの居場所づくり事業補助金による事業です

おなまえ _____

Tel _____






子ども _____ 才 (未就学・小・中・高)・18才以上 アレルギー あり・なし

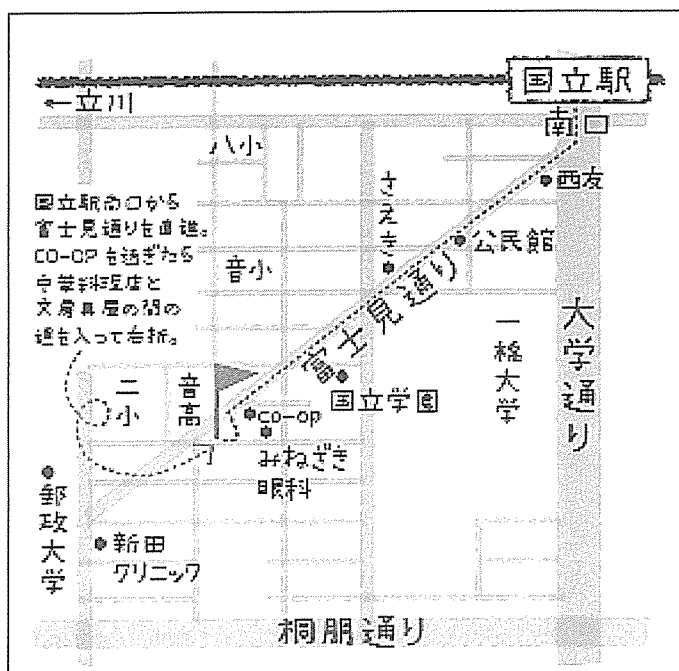
たまご ぎゅうにゅう だいず こむぎこ そば
ピーナッツ えび そのほか ()

具体的な注意点などあれば、教えてください (例：あたたかい牛乳なら大丈夫)

朝ごはん ML → 既に入っている MLは不要 新規に入りたい
@

※なるべくスマホ・PCアドレスを。携帯アドレスだと登録できない場合あり。

	12/24(日)	25(月)	①26(火)	②27(水)	③28(木)	④29(金)
はしまい	Jikka X'mas 	昼ごはん 				
	12/30(土)~1/3(水)	⑤4(木)	⑥5(金)	6(土)	⑦9(火)	
おやすみ 				もちつき 		おしまい 



「子ども朝ごはん」について、ご感想・ご意見を、お寄せください。お気軽にスタッフまで。又は
jikka-yume@ab.auone-net.jp

お手伝いくださる方募集中!



女性の居場所 Jikka

NPO 法人くにたち夢ファーム(西 2-11-28)
富士見小路の Jikka

子ども朝ごはん



2018 春休み

あさ 7:30~9:30

3/26(月), 27(火), 28(水), 29(木), 30(金)

4/ 2(月), 3(火), 4(水), 5(木), 6(金)

プレ企画

3/23(金) 12~14 時 ランチ(子ども昼ごはん)



●メニュー●

ごはん

みそ汁 or スープ

てづくり健康ふりかけ
けんこう

ほか

むりょう

17才まで無料

18才以上は、カンパ100円から

ふじみこうじ じっか
ばしよ: 富士見小路の Jikka

042-511-5812 (じっか)

090-7213-0929 (えんどう 遠藤)

おなまえ

Tel

子ども 才 (未就学・小・中・高)・18才以上 アレルギー あり・なし

たまご ぎゅうにゅう だいず こむぎこ そば
ピーナッツ えび そのほか ()

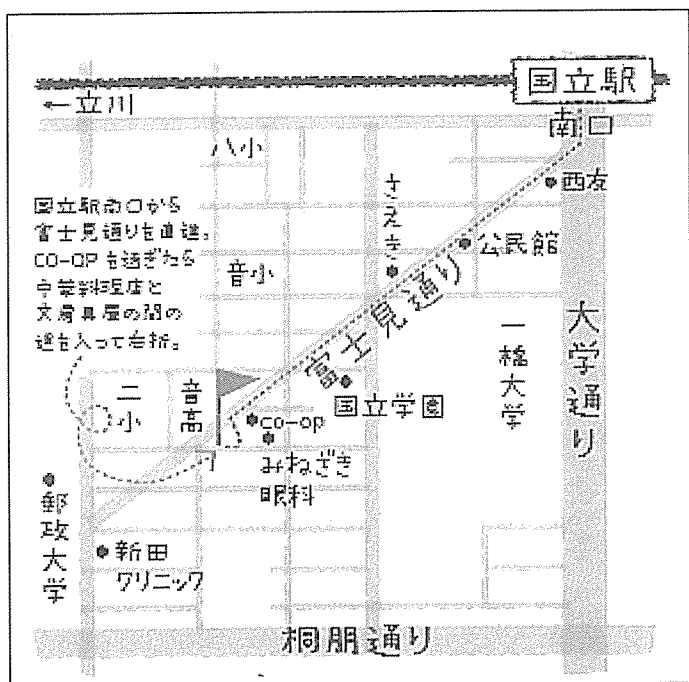
具体的な注意点などあれば、教えてください (例: あたたかい牛乳なら大丈夫)

朝ごはん ML → 既に入っている MLは不要 新規に入りたい

@

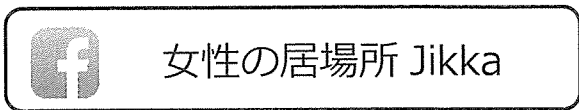
※なるべくスマホ・PCアドレスを。携帯アドレスだと登録できない場合あり。

3/23(金)	24・25	①26(月)	②27(火)	③28(水)	④29(木)	⑤30(金)
昼ごはん 	おやすみ					
31・4/1	⑥4/2(月)	⑦3(火)	⑧4(水)	⑨5(木)	⑩6(金)	
おやすみ						おしまい



「子ども朝ごはん」について、ご感想・ご意見を、お寄せください。お気軽にスタッフまで。又は
jikka-yume@ab.auone-net.jp

お手伝いくださる方募集中!



NPO 法人くにたち夢ファーム(西 2-11-28)
富士見小路の Jikka

「子ども朝ごはん等」衛生上の注意事項

- ① 自分自身の健康管理が大切です。

特に手指に傷のある場合には、黄色ブドウ球菌が付くので
バンドエイド・使い捨て手袋を着用してください。



- ② 手洗いを徹底しましょう。

調理前だけでなく、トイレの後、盛り付け前にも行ってください。30 秒以上しっかり洗い、
備え付けのペーパータオルで拭いてください。

(30 秒だと「ぞうさんのうた」を2回、「チューリップのうた」を1回歌う程度の時間です)

- ③ 清潔なエプロン・三角巾を使用します。爪は事前に切っておきましょう。



- ④ 家族にノロウィルス等感染性胃腸炎の患者さんがいる場合には、お休みしましょう。

症状がでていない場合でも、菌を体内に保持している健康保菌者になっている
場合があります。自分は健康な状態でも、他人に感染を広げてしまう危険性が
あります。



- ⑤ ノロウィルスや食中毒などの汚染が考えられる場合には、熱湯や
次亜塩素酸ナトリウム（ハイター）で、調理器具や食器の消毒を行います。



- ⑥ 家族がインフルエンザに罹ったら、必ずマスクを着用してください。

- ⑦ 生で食べる野菜は、水を取り替えて3回洗い流します。

- ⑧ まな板は野菜・肉・魚と区分し、使用後は熱湯消毒します。



- ⑨ 保存性のある食品を除き、その日に調理したものは、その日に消費します。お客さんが食事を
持ち帰ることも、衛生的には問題があるため、できればその場で食べてもらいましょう。

- ⑩ 差し入れの漬物等は、子どもには提供せずにスタッフ用となります。



子ども食堂は、たくさんの方たちが集う場になっています。一人ひとりが
衛生面・安全面に配慮しながら、みんなが気持ちよく楽しく過ごせる場を
作っていけるといいですね！

2018年2月11日(祝)
@富士見小路 Jikka

南会津
伝統の

ウィークエンド
ふくしま
in くにたち

味噌造りとおむすびの会

2月といえば味噌造り。
ふくしま有機ネットワーク主催、
南会津の地大豆と
玄米麴で仕込む味噌造り、
今年も賑やかに開催します。
おいしいおむすびのおむすび方も
あわせて伝授します！
小さいお子様も一緒にどうぞ。

参加費 2000 円 (定員 20 名)

[おむすびランチ+お持ち帰り味噌 1kg 含む]

ご予約・お問い合わせ

ウィークエンドふくしま in くにたち 実行委員会

☎080-4351-1353 (狩野)

kisaramoon1117@gmail.com (前田)

主催 福島県有機農業ネットワーク

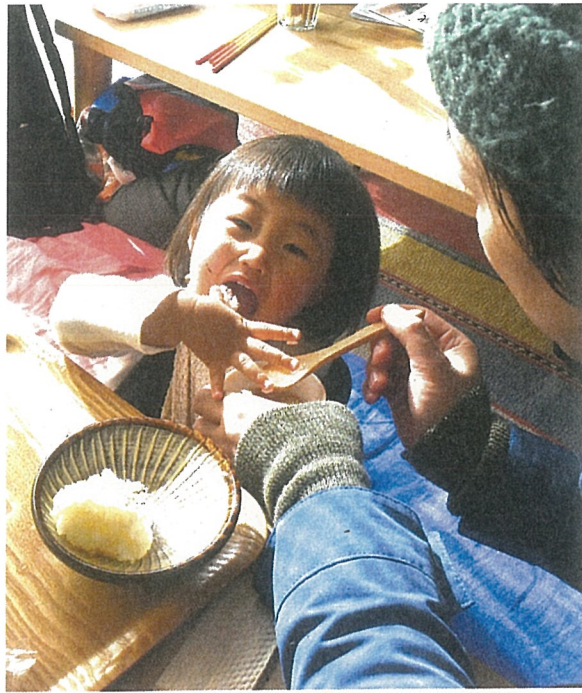
協力 福島とつながる種まき

プロジェクトネットワーク



(上の写真) 昨年行った納豆づくりのワークショップの様子。稲藁で「筒(つと)」をつくり、昔ながらの方法で仕込みました。ランチには南会津の郷土料理が並び、参加者同士交流しながら楽しい時間に。何より子どもたちの笑顔が印象的でした

会場 富士見小路 Jikka
 国立市西 2-11-28 ☎042-511-5812



馬場浩 (ばばひろし) さん

福島県有機農業ネットワーク会員。南会津在住。3人息子を育てるうち、野菜嫌いや化学物質過敏症の方たちと出会い、無農薬無化学肥料の農産物の栽培を始める。5年前から自然栽培に取り組み、アトピーや化学物質過敏症の方に直接販売をしている。食の大切さを伝えるため、首都圏で豆腐づくりや味噌づくり等のワークショップを行っている(写真は2017年11月に行った納豆づくり)。



**NPO 法人
 福島県有機農業ネットワーク**

福島県内の有機農業に関わる農業者、消費者、研究者、農業団体や行政などが連携し、有機農業のさらなる発展をめざすネットワーク。放射能汚染によって深刻な打撃を受けながらも農地と農産物への対策、放射能測定を続け、希望の種を播き続けている。農業と人間の復興、地域再生を目指す。

福島とつながる種まきプロジェクトネットワーク

2011年、福島の長期支援のため、市民活動ネットワークを活かして発足。福島に定期的に通って人々と交流したり、地域の中に福島と出会う場をつくったり、
たねまきネット
 恵泉女学園大学と連携し、福島の子どもの定期的な招いてキッズ&エコ・キャンプを行っている。ブログ：
<http://blog.goo.ne.jp/fukushima-tanemaki>



味噌作りとおむすびの会

●2月11日 タイムテーブル●

- 11:40 開場
- 12:00 「おいしいおむすびのむすび方」
 ワークショップとランチタイム
- 13:00 味噌作りワークショップ
 ~煮豆をつぶして、玄米麴、塩と混ぜて
 味噌玉をつくって、仕込みます~



14:30 終了予定

*エプロン、三角巾、マスクをご持参ください。
 *持ち帰り用の簡易な容器をご用意しますが、ほうろうや陶器の容器をお餅の方はぜひご持参ください。