

# みんなの美術館

7月は千里小学校のお友達の作品です

## Our Museum



### 「不思議な建物」

用紙を真っ黒に塗りつぶした後、消しゴムなどを使って描きました。ダイヤや三角などの形を組み合わせました。どの方向からみても建物に見えるようにしたのがポイントです。



笠間 莉斗さん(5年)



あきひろ  
荒川 昭啓さん(3年)

### 「宇宙」

2枚の画用紙に絵を描いてから、テープを使って組み合わせました。右側はUFOで、左上は未知の惑星です。真ん中の地球の色を上手に塗れたところが気に入っています。



## 食生活改善推進員コーナー

～生活習慣病予防メニュー～

No.229

### 豆乳くずもち風 夏のフルーツ添え (メタボ予防メニュー)



【材料】4人分

無調整豆乳 1と1/2カップ・片栗粉 大さじ6・砂糖 30g<sup>※</sup>・きな粉 大さじ2・桃 1/2個・巨峰 8粒

【作り方】

- ①無調整豆乳、片栗粉、砂糖を入れた鍋を火にかける。木べらで鍋底が焦げないように混ぜて、粘りをだす。
- ②もち状になってきたらバットに移し、冷蔵庫で冷やす。
- ③②が固まったらスプーンですくって器に盛り、きな粉をまぶす。桃と巨峰を添えて出来上がり。

【一人当たりの栄養量】

エネルギー 148kcal<sup>※</sup>、塩分 0.0g<sup>※</sup>

#### ■一口メモ■

手作りのデザートは、砂糖や塩、油などの量を調節できるため、メタボ予防につながります。また、砂糖などを加えて飲みやすくしてある調整豆乳を使う場合は、加える砂糖の量を控えめにしましょう。