



新毛 皓太さん(長崎・29)

児童と一緒に挑戦・成長を

「山田町では新しい経験や発見の連続です。児童と一緒に成長していきたいです」と張り切るのは、豊間根小学校5年生担任の新毛皓太さん。大学卒業後、出身地である二戸市内の学校で講師を務め、昨年4月から本町で教壇に立っています。

「子どもたちの成長を日々実感しています。昨年度受け持った2年生も、3月にはお兄さん・お姉さんになったと感じる一面を見ることができました」と教師としての喜びをかみしめます。

日々心掛けていることは「1日に1回は、児童たちが笑顔になれるようにしています」と話し、楽しむときと厳しく指導するときのけじめをつけて児童と接します。

体を動かすことが好きで、学生時代にはさまざまなスポーツに挑戦。中でもバスケットボールは高校・大学と打ち込みました。新しいことへ挑戦できたのは、後押ししてくれた父のおかげと話し、今でも挑戦する姿勢

を崩しません。

スポーツ観戦が趣味のひとつで、バスケットボールの試合を観戦して休日を過ごします。今後の抱負については「頼もしい先生方から学び、近づけるように頑張りたい。子どもたちに分かりやすく教えるスキルを磨きたい」と挑戦を続けます。

キッチンスタジオ ハーモニー

No.148

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんがちょびっとの塩でもおいしい料理、季節のおすすめや地元食材を使った料理などを紹介します。今回は、彩り豊かでスパイシーな「タコライス」です。

【材料(2人分)】

ご飯… 300g² 合いびき肉… 200g² タマネギ… 1/3個 大豆水煮… 1/2パック トマト… 1/2個 レタス…適量 パプリカ…適量 とろけるチーズ…適量 ニンニク(チューブ)…1.5g² 油…適量

A {トマトケチャップ…大さじ2 ウスターソース…大さじ1/2 濃口しょうゆ…大さじ1/2 砂糖…小さじ1 カレー粉…小さじ2 片栗粉…小さじ1 塩コショウ…少々}

【作り方】

- ①タマネギをみじん切りにする。トマトとパプリカは角切りにし、レタスは千切りにする。
- ②調味料Aを混ぜ合わせる。
- ③フライパンに油とニンニクを入れて火にかける。ニンニクの匂いがしてきたら、タマネギを入れて炒める。しんなりしてきたら合いびき肉と大豆、パプリカを入れてよく炒める。火が通ったら②を混ぜ入れ、味を調えて火を止める。

タコライス



1人あたりの栄養素 549kcal²、塩分1.3g²

- ④器にご飯を盛り、切ったレタス、トマト、③、チーズの順に盛り付けて完成。

【ポイント】

隠し味にカレー粉を入れるのが味の決め手です。大豆を入れることで食感のアクセントになり、野菜も取れておすすめ。お好みで温泉卵をトッピングしても◎