

麻布十番の薬局と飲食店が運営する



produced by 麻布十番調剤薬局

本日の献立



本年4月より弊社として3店舗目、
白金ザ・スカイ薬局がOPENしました。
いつか、白金高輪でもこども食堂を
やってみたいです！

編集者のひとこと

2023年
5月27日
No. 008

- 主食 青森産まっしぐらの白飯
主菜 甘酢を絡めた国産鶏の
唐揚げにタルタルソースを付けて
副菜 ナスと豚肉の生姜炒め
小松菜としらすのお浸し
カニカマのだし巻き
かぼちゃのサラダ
タッカンマリスープ

栄養士情報

松嶋博子先生 監修

「小松菜」は野菜の中では（骨の健康づくりに必要な）カルシウムをととても多く含んでいます。鉄分も多いので貧血の予防には欠かせません。

「豚肉」は良質なたんぱく質であり、ビタミン B1 をとても多く含みます。ビタミン B1 は糖質を体内で燃やしエネルギーへと変える働きをするので不可欠な栄養素です。

「しらす」は小魚なのでカルシウムはもちろん多く含みますが、ビタミン D も豊富です。カルシウムの吸収を助け、骨や歯を丈夫にすることが期待できます。

本日の料理人



タッカンマリ大学

カンデル スシルさん

鶏一羽を豪快に煮込んだタッカンマリ（食べるエステ）は、鶏から出るたっぷりのだしが繊細な味を生んでいます。国産鶏を使用し、丁寧に仕込んだタッカンマリは、体が喜ぶ優しい味。辛くて酸っぱい特製だれにつけていただきます。

TEL: 03-6721-0117

献立のこだわり

「白米」は「青森産まっしぐら」を使用。一粒一粒が大きく旨味の強いお米です

「ナスと豚肉の生姜炒め」は甘辛く味付けしたお子様から大人まで楽しめる味付けにしました。

「小松菜としらすのお浸し」は和食の定番お浸しをアクセントにしらすと共に楽しみ下さい。

「カニカマのだし巻き」はサラダの定番カニカマをだし巻きにしました。

協賛一覧（敬称略・五十音順）

タッカンマリ大学 場所・調理提供

ボランティアや寄付を
ご検討の方は、本誌裏面
をご参照下さい！



6月の開催予定日は **未定** です。

詳細は LINE でご案内しますので、是非登録下さい。



タッカンマリ大学

麻布十番こども食堂運営にあたっての思い

この麻布十番こども食堂は、子供の孤食や栄養不足の改善、食育の観点から運営することとなりました。ことの発端としては、子供にいっぱい美味しいご飯を食べさせてあげたい、なにか麻布十番という地域に貢献できる活動ができないかと考えたことです。

また、全国に薬局は6万店以上あり、コンビニよりも多いとされております。全国の薬局で「薬局が運営するこども食堂」という活動が広まれば、全国各地の子供、その家族が幸せになれると考え、我々が運営する意義があると感じております。

麻布十番調剤薬局だより

私達のこども食堂活動も半年を超え、外部の方々の認知も高まり、同じようにこども食堂を運営されているグループの方々とも交流することも増えました。先日、赤坂見附でこども食堂を運営されている「ミツケサロン」さんにお邪魔させていただきました。ミツケサロンさんは外的要因に縛られず、自由な活動の一環としてこども食堂を運営されております。我々が驚くポイントのひとつとして、毎週火曜日と木曜日にこども食堂を開催しており、その開催回数が1年足らずで70回を超えています。月1回活動をしている我々からしたら驚異的な運営力だと思います。色々お話を伺いましたが、学ぶ点も多く、我々の活動にも活かしていきたいと感じました。もし興味のある方は、「ミツケサロン」で検索をかければ公式 Web にて詳細がわかるので、1度参加してみたいでしょうか？こども食堂以外にも子供向けのイベントが多数開催されております。

協賛について

この活動を公にしてから数々の患者さんや、まだ私達の薬局に来局されたことのない方々から「ボランティアやりたいです」、「寄付をしたいです」といった嬉しいお声を頂いております。

この度、Syncable からクレジットカードや銀行振込を利用して、寄付することができるようになりました。クレジットカードを利用すると単回もしくは毎月定期で寄付いただくことができます。

また、薬局の店頭においては募金箱も設置させていただいております。物品に関する寄付については、下記お問い合わせ先までご連絡いただけますと幸いです。

ボランティアに関しても現在検討中でございますので、今しばらくお待ち下さい。

クレジットカードや
銀行振込で寄付をする



アンケートのお願い（参加者対象）

アンケートフォーム



これからもこの活動を継続していくためにも、みなさんからの意見を聞き、みなさんと共により良いこども食堂を作り上げていきたいと考えております。

左記 QR コードよりご回答下さい。

以前回答頂いたもまたお願いします！励みになります！

LINE 登録用 QR



お問い合わせ・支援協力

E-mail: azabujuban.kodomo.shokudo@gmail.com