



人権の広場

女性のための特設電話相談

毎週水曜日（第5週・祝日は除く）に実施している女性のための電話相談を、10月第5週の水曜日にも行います。着信番号は表示されず、名前を伺うこともありません。もちろん秘密は固く守られます。安心して相談してください。

日時 10月30日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時
相談専用ダイヤル ☎469・7402
問合せ先 人権推進課
 ※相談は無料ですが、通話料は本人負担となります。

下瓦屋地域文化祭

地域における人権文化活動の交流と推進をめざします。

地元のこども園、福祉施設、小・中学生や講座生の作品展示と活動紹介、模擬店、バザーなど盛りだくさんの企画を用意しています。

日時 11月3日(祝) 午前10時～午後3時
 ※地域のフィールドワーク「下瓦屋南ほ場整備地区④」は、午前11時～午後0時30分
場所 旧下瓦屋人権文化センター

主催 下瓦屋地域文化祭実行委員会
後援 泉佐野市、泉佐野市教育委員会
問合せ先 下瓦屋地域協議会文化祭担当 (☎090・8828・9878 Fax 463・2147)
 ※申込不要、参加無料（販売物除く）

女性のための特設法律相談

離婚に関する相談や配偶者、パートナーなどからの暴力（DV）、ストーカー、セクシャル・ハラスメント、性暴力、性犯罪被害に関する相談を女性弁護士がお受けします。

日時 11月30日(土) 午後1時～5時
 ※相談時間は1人25分（完全予約制）

場所 泉南市立市民交流センター1階 相談室（泉南市樽井9丁目16番2号）
対象 泉佐野市・泉南市・熊取町・田尻町・阪南市・岬町に在住・在勤・在学の女性
定員 8人（先着順）
協賛 国際ソロプチミスト大阪・りんくう
申込・問合せ先 10月22日(水)以降の平日 午前9時～午後5時30分に電話で泉南市人権推進課 (☎480・2855 Fax 482・0075 eメール: jinken@city.sennan.jp) へ
 ※相談、一時保育無料。一時保育（1歳～就学前）あり、希望者は申込時に（締切：11月15日(金)）

ブラジルのチキンストロガノフ

問合せ先 自治振興課

ストロガノフは元々ロシアの料理ですが、ブラジルですごくポピュラーな家庭料理になりました。ブラジル版のチキンストロガノフのレシピをみんなに紹介したいと思います。

【材料（約2人分）】

鶏むね肉…250g、にんにく…1片、玉ねぎ…大1/2個、マッシュルーム…適量、生クリーム…1パック弱、



▲チキンストロガノフの材料

ケチャップ…大さじ2、マスタード…大さじ2/3、塩・コショウ…適量

【作り方】

- 鶏むね肉は一口サイズに切る。
- 玉ねぎとにんにくはみじん切り、マッシュルームはスライスにする。
- 鍋にサラダ油大さじ1を熱し鶏肉を炒める。色が変わったたら玉ねぎとにんにくを加えて炒める。塩・コショウで味を付ける。
- 最後にマッシュルーム、ケチャップとマスタードを加え軽く炒め、火を止めて生クリームを加え混ぜる。
- 出来上がったら白ご飯とバタータ・パーリャと一緒に食べるのがおすすめです。



◀国際交流員のナタリア

ブラジル国際交流員ナタリア通信

Olá! (オラ!)

(ポルトガル語で「こんにちは」)

▶チキンストロガノフ



今月のポルトガル語

- Batata palha (バタータ・パーリャ) : 揚げた細切りのジャガイモ
- Estrogonofe de frango (エストロゴノフェ・デ・フランゴ) : チキンストロガノフ
- Sal (サウ) : 塩