



あったかす

〒071-1211 鷹栖町北1条1丁目4番1号 TEL: 0166-87-2219 FAX: 0166-87-2170

鷹栖町立鷹栖小学校 令和7(2025)年1月31日 第10号

◆適正体重を心がけなさい。

昨年度同様この時期(冬)に、自分の生活を戒めるため[人間ドック]を受診しました。

人生初の[胃カメラ(ごっくん)]です。

(正しくは、上部消化管内視鏡検査という。)

検査台に横になると、さすがに緊張します。初体験ですから。身体が硬直しましたが、心は徐々に落ち着き、北山の身体は、あの細くて長い内視鏡を受け入れることができました。安堵。

すべての検査終了後、昨年同様、薄味、脂身無しの健康的なお弁当をいただき、これまた昨年同様、お医者さんと健康サポート担当者から指導を受けました。摂取カロリーを減らしなさい、と。

昨年同様、帰り道は市内某ラーメン屋さんへ。昨年と異なるのは、今年はカレーライス付き。

まったく、戒めになっておりません。

◆冬休みの計画は。

第2学期の終業式。子どもたちの前で、私自身の冬休みの計画を発表しました。それは、

[84歳の母に、母の好物のひとつ《ゆり根》たっぷりの茶碗蒸しをつくる。]

お正月明けに実行しました。

《ゆり根》は、数ある具材のひとつとして、茶碗蒸しに入ることはあります。けれども、私がめざしたのは[具材は《ゆり根》だけの茶碗蒸し]。

ネットでレシピを探しました。そう難しくはありません。こんな私でも出来そうです。

アルミ製の蒸し器はあります。しかし、心を奪われたのは[蒸籠(せいろ)]です。とある書店で見た料理本に登場するそれは、年季の入ったコーヒー色でした。ひとめ惚れです。

(洗くて、カッコいい。)料理本、買いました。

たまたまパンツを買いに行った春光のお店。裾上げの待ち時間に店内を物色すると、見つけました。売っていました。せいろ。迷わず購入です。

今は真っ白ですが、使いこなすうちに、渋い色になるでしょう。

材料をすべて買いそろえ、いざ、実家へ出陣!

(母、待ってるよ!)

◆料理は楽し。

(1)《ゆり根》の下ごしらえ。

おがくずの中で出番を待っていた《ゆり根》を取り出して洗い、鱗片を一枚ずつはがしていきます。再び水洗いしたら、黒っぽく変色している部分を包丁で取り除きます。この手間が、茶碗蒸しの仕上がりの美しさにつながります。軽く塩を振ったら、さっそく、せいろで3分ほど蒸します。

(2) 卵液をつくる。

卵と出し汁を合わせます。白状しますが、[卵+水+顆粒だし+塩]です。ずいぶん昔の食育の研修で入手した[素材力だし(試供品)]です。あとで気づきました。あれっ!賞味期限切れ。

(母よ。心配は無用。←[顆粒]ですから。)

ちゃんと濾します。2回濾します。

(3) 蒸す。

まず、器に《ゆり根》をたっぷりと敷き詰めます。次に、静かに卵液を注いで、せいろの中へ。強火で3分。そのあと弱火で13分ほど蒸します。

(4) 柚子の皮を刻む。

柚子の皮をはぎ取り、針生姜(はりしょうが)みたいに細切りにします。いい香りがします。

(5) 完成。

竹串を刺してみたら、じんわりと浮いてきました。透明な液が。蒸し上がりです。

真ん中に、柚子の皮をのせて、完成です。

料理本の写真と同じです。しかも、柚子の皮が載っているの、北山のほうが上品に見えます。



◆お味はどう?

「白くてきれいなゆり根だね。」

「美味しいわ。」

母は喜び、息子は満足しました。

人間ドックでは、BMIの値が人生最高を記録しました。健康保持には[油少なめ]の蒸し料理がよいかも。今年もよろしく願いいたします。

(校長 北山 雅章)

冬休みもがんばりました

1月15日(月)に、「冬休みステップアップ学習」を行いました。自分の力を高めようと自主的に参加した子どもたちが、学習プリントや教材等に意欲的に取り組む姿が見られました。今後も主体的に学習に取り組んでほしいです。



を経験することができません。今後もケガには十分注意して取り組み、楽しみながら上達して行ってほしいです。



3学期 元気にスタート!

1月16日(火)、子どもたちの明るい声とともに3学期が始まりました。始業式では、校長先生より、3学期を迎えるにあたってのお話がありました。また、児童代表3名による発表も行われました。冬休みの楽しかった思い出や、3学期に向けての力強い抱負を、堂々とした態度と大きな声で発表してくれました。聞いている児童たちも真剣な表情で耳を傾けていました。その立派な態度から、学年の締めくくりとなる3学期への意気込みがひしひしと伝わってきました。3学期は短い期間ではありますが、大切な学年のまとめの時期です。一日一日を大切に過ごし、学習の総復習や進級・進学に向けた準備をしっかりと行い、次のステップへと繋げてほしいと願っています。



楽しく上達 スキー学習

1月21日(火)の5・6年生を皮切りにスキー学習が始まりました。今年度もサンタプレゼントパークで学習する際には、鷹栖町スキー連盟のご協力をいただきながらグループで学習を進めています。グループごとに課題に向かって取り組み、ぐんぐん上達する姿が見られています。雪国ならではのスポーツであるスキーは、豊かな自然と触れ合うことができ、日常生活では味わえないようなスピード・爽快感など



国際理解教育

1月24日(金)、今年度3回目の国際理解の授業を行いました。本校では、ALTとの交流を通して1・2年生の国際理解教育を推進しています。子どもたちが国際的な広い視野をもち、日本や諸外国の歴史、文化・伝統などを理解することを目的としています。ALTの母国であるオーストラリアを始めとした外国の文化を学んだり、英語を使ったコミュニケーションやゲーム等を行ったりして、楽しみながら積極的に授業に取り組んでいます。



今年度最後の参観日お待ちしております

2月14日(金)に4・5・6年、2月21日(金)に1・2・3年の授業参観と学年懇談が行われます。参観日は今年度最後となりますので、たくさんの保護者の皆様のご来校をお待ちしています。

2月の行事予定

- 3日(月) 6年ふるさと共育 研修日
- 4日(火) スキー学習(5・6年)
読み聞かせ(3・4年)
- 5日(水) 朝会 児童会 陶芸教室(5年)
- 6日(木) 新1年生一日入学
読み聞かせ(1・2年)
フッ化物洗口
- 7日(金) スキー学習(3・4年)
- 8日(土) 全国小学校管楽器合奏フェスティバル
東日本大会(埼玉県川越市)
- 10日(月) 職員会議
1年ふるさと共育(パレットヒルズ)
- 11日(火) 建国記念の日
- 12日(水) 6年ふるさと共育
- 13日(木) スキー学習(1・2年)
読み聞かせ(5・6年)
フッ化物洗口
- 14日(金) 参観日(4・5・6年)
- 17日(月) 職員会議
- 18日(火) 交通安全街頭指導
(スキー学習予備日)
- 20日(木) フッ化物洗口
長崎県鷹島小との交流(4年)
- 21日(金) 参観日(1・2・3年)
- 23日(日) 天皇誕生日 SB響愛コンサート
- 24日(月) 振替休日
- 27日(木) フッ化物洗口
- 28日(金) 期末処理日(全校5時間授業)

