

お〜い

月刊
発行

No.99

平成22年(2010.2)

「お〜い」編集委員会

品川区西大井 4-1-8
大井第三地域センター内
☎ 3773-2000

発表!! 学校給食人気メニュー

ランキング



食べることは、命をいただくこと

最近食べることで自体に興味を示さなかったり、面倒臭がる傾向にあります。しかし、私たちが生きて行くためには『食べる』は欠かせません。毎日食べている食べ物は、いろいろな動物や植物の命をいただくことで成り立っています。「いただきます!」と言うあいさつには食べるものの命をいただくことや、生産者の人達、食事を作ってくれた人に対する感謝の気持ちも含まれています。食事の時に感謝して、大切に食べる様にしたいものです。

以下、各学校給食人気メニュー、人気レシピ、食事のマナー、残飯の行方について取材をし簡単にまとめてみました。

今一度、各ご家庭で食事について話し合ってみてはいかがでしょうか・・・。

(吉岡 記)

	1位	2位	3位
大井第一小	ジャージャー麺	カレーライス	揚げパン
伊藤学園	しょうゆラーメン	ドライカレー	あんかけ焼きそば
伊藤小	ビビンバ	あんかけ焼きそば	カレーライス
富士見台中	ジャージャー麺	みそラーメン	春巻き風チキンロール
	カレーライス	ジャージャー麺	ミートソーススパゲッティ

<番外編>ワースト①野菜の煮浸し ②切干し大根 ③五目煮豆

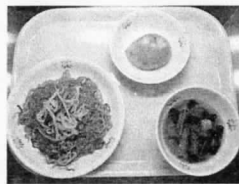
<ジャージャー麺(4人分)>

材 料	量	切り方	下処理
油	適量		
蒸し中華麺	480g		
しょうが	少々	みじん	
にんにく	少々	みじん	
豚ひき肉	80g		ゆでる
大豆(乾燥)	20g	みじん	
たまねぎ	100g	粗みじん	
にんじん	40g	粗みじん	
だけこの(水煮缶)	60g	粗みじん	
干しいだけ	2g	粗みじん	もどす
ねぎ	18g	粗みじん	
水	180ml		
酒	大さじ1/2		
三温糖	大さじ1と2/3		
しょうゆ	小さじ4		
赤みそ	大さじ2弱		
豆板醤	少々		
片栗粉	小さじ2		水で溶く
水	小さじ4		//
もやし	160g		ゆでる
きゅうり	30g	せん	//

<作り方>

- 中華麺をほぐして炒める。
- 油でしょうが・にんにくを炒め、ひき肉・ねぎまでを順番に加えて炒める。
- ②に水を加えて煮立ったら、調味料Aを加え煮込む。
- ③に水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ①のめん④を③にかけ、ゆで野菜をのせて完成。

伊藤小学校の一番人気のジャージャー麺です。1~6年生のどの学年でも大変人気があるメニューだとか。伊藤小学校では、校庭で野菜を育て食材として使用したり、農地見学の様子を紹介して食育に努めており、人気なかった食材は工夫を重ね、子どもたちが食べやすくなるよう日々献立を検討しているそうです。(崖 記)



町会めぐり んにちは西大井二丁目町会です

当町会は、西は横須賀線踏切から東は伊藤学園の手前まで滝王子通りを挟むような位置にあります。西大井駅に近く、交通の便が良く多くの人々が行きかう町として発展してまいりました。

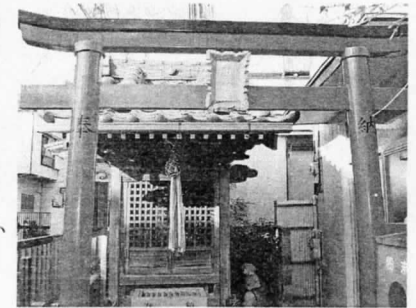
一方、交通事故、空き巣、ひったくり、放火等を未然に防ぐために町会役員の方々は日夜眼を光らせ、安心、安全の町づくりに行政と連携して頑張っております。

町会の大きな目的の一つは会員相互の親睦、コミュニケーションを深めることにあります。年一回のふれあいバス旅行、秋の鹿嶋神社のお祭りは原睦会と一体となって盛り上げ、祭り一色。老若男女の笑顔に、これぞ日本の文化だなあと思っております。

また、町会会館敷地内にある杉森稲荷神社は私共の祖先の方々が嘉永6年(1853)欧米の黒船が来襲の時代、京都の伏見稲荷神社内、杉森稲荷の分身を戴き当地に祀り、この地域の安全を祈願致した由緒あるお宮です。

その他、年中行事等は隔月発行しております町会だよりをお読み下さい。

当町会に一層のご支援、ご協力を申し上げます。(西大井二丁目町会会長 小梶 記)



<最近の中学生の食事のマナーは!?>

中学生の給食の食事マナーの様子を観に、先生方に許可を頂き見学して来ました。5~6人の机を合せて班ごとに分かれ大きなテーブルクロスを掛けて、皆で向き合い当番の掛け声の「いただきます」のあいさつで食べ始めます。意外と静かに落ち着いて先生や友達と楽しく会話をしながら食べている様子はほほえましく思いました。

楽しい会話は消化にも良いと聞きます。

他にも箸の持ち方、背筋を伸ばして食べる事、食前食後のあいさつ(感謝してその上で食べ物粗末にしない)のマナーが良く出来ていた様に感じましたが、上手に使っていた箸の持ち方が、正しい持ち方と微妙に違う生徒が多かったのは残念でした。

それでもマナーを守り給食を食べている中学生に親としてほっとしました。(鈴木 記)

~残り物のゆくえ~

伊藤学園では、残念ながら残ってしまった給食はすべて区から委託されている業者が回収し、リサイクル工場に持ち込み、リサイクル処理をしています。

1週間で約200kgの残り物が出ています。寒くなり始めた11月末頃からは、手付かずの牛乳が多く残るそうです。

献立の中には、

豆腐 豆を使ったメニュー

豆を使ったメニュー

東京都内産の野菜や鳥部(八丈島産)の魚を使った料理

卒業式(赤飯)などの、食育につながっていく工夫がされています。

給食を支えてくれている人たちに感謝し残さず食べるよう努力しましょう。(渡辺 記)

おじゃまします!



～民謡 どんぐり会～

♪どんぐりコロコロ ドンブリコ～

今日も楽しい唄声が……いずれもどんぐりの背くらべ。お口を揃え気持ちを合わせ、元気な発声腹式呼吸は健康法。唄の心と曲の味わい、日々のお稽古は前頭葉の活性化に。夢中の成果は宝物となり、心身充実生きる喜びも輝きを増す。

また、過日品川区長より民謡を通して永年地域社会に貢献と評価賜り感謝状を頂戴しまして、どんぐり会一同大感激致しております。尚々、どんぐり精神を大事にし、地域の皆様へのご奉仕と伝統文化民謡の繁栄、各位の友情ご多幸を念じつつ……今日も～ぽっちゃんいっしょに唄いましょう♪♪ (どんぐり会会主 鈴木 記)



◎どんぐり会会主 鈴木 孝
品川区西大井5-10-9
☎3778-0618
稽古場 大井第三地域センター他
第2・3・4金曜日
午後6時～9時他
会費 1人1回 500円

豆知識 節分

節分とは、各季節の始まりの日(立春、立夏、立秋、立冬)の前日のこと。一年の初めと考えられる春の節分が、特に重んじられました。

節分の行事は、季節の変わり目に生じる邪気(鬼)を追い払うために行われた宮中の年中行事でしたが、室町時代以降全国に広まりました。

地方色のある節分行事の中から、“豆まき”と“柊鰯”について簡単にお話します。



<豆まき> 鬼に豆をぶつけることにより邪気を追い払い、一年の無病息災を願う意味があります。そして五穀の中で収穫量の多いことから大豆が使われ、払った邪気(鬼)が目を出さないように炒り豆を使うのだそうです。

また、豆まきの時の掛け声はだいたい「鬼は外、福は内」ですが、鬼を祭神とする神社や、姓や地名に鬼のつく家庭や地域では「鬼は(も)内、内は内」と言うそうです。

<柊鰯> 柊の枝に鰯の頭をさしたもので、戸口に立てておきます。鬼は柊の葉の棘や鰯の臭いがきらいなので、近づかない、逃げ出すと言われていて、明治以降行われています。(鈴木 記)



しなQ

品川区では「毎月第一日曜日」は何の日でしょうか?


- ① 体育の日
- ② 家庭の日
- ③ エコの日
- ④ カラオケの日

正解は次号で(倉本 記)



近隣施設ご案内

平成22年2月

伊藤幼稚園 3775-8028 西大井5-22-8	*未就園児交流会 17日(水)9:30~11:00 2歳半以上のお子さん、保護者の方
滝王子児童センター 3771-3885 大井5-19-14	*トランポリンのつどい 1日、8日、15日、22日(月)15:00~17:00 *クラフトタイム 3日、10日(水)15:00~16:30 *卓球のつどい 5日、12日、19日、26日(金)16:00~17:00 *フラワーアレンジメント 17日(水)15:30~16:30 *クッキングタイム 24日(水)15:30~17:00
キッズ館いとう 3771-1311 西大井6-13-1	*ファミリー子育て体験事業(保育園内) 5日、12日、19日、26日(金)10:00~ *パパにもできるベビーマッサージ 6日(土) *小学生対象講座「プリレッシン」 10日(水)リサイクル工作 24日(水)クッキング「お好み焼き」 *母親講座・ママプラザ「チョコ作り」 12日(金)10:30~ 
大井図書館 3777-7151 大井5-19-14	1. 定例休館日 : 1日(月)15日(月) 2. 館内整理日 : 12日(金) 3. おはなし会 : 毎週水曜日 午後3時~ 4. 雑誌リサイクル : 13日(土)午前9時~ 5. 開館時間 : 火曜日~土曜日 午前9時~午後8時 日曜日・月曜日・祝日 午前9時~午後5時
ウェルカムセンター原・交流施設 5742-4660 西大井2-5-21	1. 申請受付時間 午前9時~午後4時 ※施設のご利用には団体登録が必要です。 2. 休館日 17日(水)毎月第三水曜日 3. 開館時間 午前9時~午後9時 (夜間の利用がない場合は午後6時に閉館します) 自主講座募集中 ①カラオケで健康! ストレッチ歌唱入門 ②フォークダンス初心者教室 ③初心者スポーツ吹き矢教室 ④親子紙飛行機教室 ※詳細は区の広報2月1日号をご覧ください
西大井いきいきセンター 5718-1330 西大井2-5-21	《ご利用案内》 1. ご利用できる方 ① 区内在住の60歳以上で利用券をお持ちの方。 ② 初めてご利用される方は住所と生年月日が確認できるものをお持ち下さい。利用券をおつくりします。 2. 休館日 日曜日および祝祭日 3. 入浴サービス 毎週水曜日および金曜日 正午~午後4時 《マッサージサービス》 ①日 時 25日(木) ②抽選日 18日(木) ※申込受付は1日(月)から17日(水)までです。 《グループ活動》 活動内容 ・カラオケ ・舞踊 ・詩吟 ・民謡 ・ウクレレ ・ダンス ・書道 ・墨絵 ・体操 ・俳句 ・民謡