

まちかど

● 荏原第一地域新聞 ●

花めぐり

ランタナ(七変化)

我が家の庭先に、5年越しに咲くランタナの花が晩春から晩秋まで咲いて目を楽しませてくれます。茎の先にピンク、オレンジ、白と色鮮やかなかわいらしい花が密集して咲き乱れ、葉からは柑橘系の香りを漂わせています。

ランタナには低木のランタナ・カマラと、ほふく性コバノランタナの2種類がありますが、我が家にあるのは低木のほうで、原産地は中央アメリカです。

和名は「七変化」。花の色が徐々に変化しながら咲いていく様が、名前の由来と思われる。



日当たりを好み、夏場は水の補給が欠かせません。朝夕、たっぷり与える必要があります。花後に付ける実(種)は有毒ですが、野鳥は平気のようで、くわえて遠くまで運び、こぼれ種が発芽して繁殖していきます。花言葉は「合意」「協力」など。

(広報委員 山内静子)

祭りの主役は、やはり大神輿



両社祭、華やぐ!
連合渡御に見物客も酔う
品川百景の一つに選ばれている三谷八幡神社と小山八幡神社の両神社恒例の小山両社祭が、9月5日(土)、6日(日)の両日、盛大に繰り広げられました。
祭りのハイライトは、6日夕刻から始まる大神輿の連合渡御です。
5時、二つの神社の氏子6町会と武蔵小山パルム商店街の神輿あわせて7基が、武蔵小山駅前広場に集結。セレモニーの後、イルミネーションを点灯した7基の大神輿は連なって、銀座通り商店街を西小山駅からの食事であり!

「生活習慣病予防のための食事」では、自分の肥満度と適正体重を把握し、世代別に展示された生活習慣病を予防するための調理法を見ると、大いに参考になりました。
また、料理講習会では、人気のレシピ10品目が紹介されていました。中でも栄養士のおすすめは「ツナと

前広場へと向かいます。
沿道を埋めつくした見物客の熱い視線を浴びながら、2時間ほどをかけて練り歩きました。行列にはお囃子や手古舞などが加わって、華やぎは一段と増していました。
生活習慣病予防を呼びかけ
品川区健康課主催による「食に関する相談」と題されたイベントが9月16日(水)、武蔵小山商店街「パルム会館」で開催されました。
これは、厚生労働省が毎年9月を「食生活改善普及運動月間」と定め、その一環として開かれたもので、品川栄養士会が運営に当たりました。
今年のテーマは「健康のカギは口からの食事であり!」。

◎ツナとひじきのサラダ◎

| 材 料 | 2人分 | 作 り 方 |
|-------|--------|---|
| 芽ひじき | 大きじ1 | ① 芽ひじきは水で柔らかく戻し、熱湯を回しかけ軽く水洗いしたら水気をしっかり切る。 |
| きゅうり | 1/2本 | |
| 塩 | 少々 | ② きゅうりは縦半分に斜め薄切り、たまねぎは繊維を断ち切るように薄切りし、塩もみしてからさっと水で洗い水気をしっかり絞る。 |
| たまねぎ | 小1/2個 | |
| ツナ缶 | 小1/2缶 | ③ ポールに①と汁気を切ったツナ缶、コショウ、ポン酢、すりごまを入れよく混ぜ、器に盛る。 |
| コショウ | 少々 | |
| ポン酢 | 小さじ1/2 | |
| 白すりごま | 小さじ1/2 | |

エネルギー 81kcal タンパク質 4.8g 脂質 5.0g 食塩相当量 0.5g

街角ウォッチング

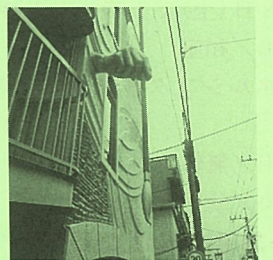
看板屋のオブジェ

街歩き楽しさの一つは、思わぬ所に思わぬ物がある、いわば、発見の喜びではないでしょうか。

パルム商店街から荏原4丁目に延びる栄通りをしばらく行くと、左側、建物の2階ほどの高さの壁面に、不思議な物体が目にとまりました。右手の指に握られた巨大な筆が地面に向かって垂直にぶら下がっている…。肌色の指はふっくらとして立体感があり、シワまでがきちんと表現されています。赤色の筆の軸をたどると、先端の毛の部分にはボリューム感あふれ、さらに、その先には、今にもしたたり落ちそうな一滴の雫まで付いて、細心のアイデアと遊び心がうかがえるのです。

実は、この建物の1階は「アトリエ舎(しゃ)」の事務所と作業場。社長の佐藤 健さんによると、「うちは看板屋です。先代(父親)が創業して約50年たちますが、この筆のオブジェは父の発案です。筆は、看板屋にとって欠かせない道具だと考えていたようです」。

アトリエ舎では、先代のアイデアぶりを受け継いで、パルム商店街の天井を飾った龍のディスプレイや、かつては地元の特産品であったタケノコのオブジェも手掛けています。(広報委員 石井恒男)



ひじきのサラダ(別掲)。栄養価に優れ、おいしくて材料も少なく、簡単に調理ができるので好評でした。

このほか、乳幼児から高齢者までを対象にした「食に関する相談」コーナーでは、栄養士や歯科衛生士が熱心に質問する参加者に、ていねいに回答していました。(事務局)

秋の交通安全運動を実施

品川区では、秋の交通安全運動が9月21日(月)から同30日(水)まで実施されました。

今回の運動の基本は「子どもと高齢者の交通事故防止」です。

重点事項は、①夕暮れ時および夜の外出中や、自転車使用中の事故防止。反射材用品の着用を推進し前照灯の点灯を徹底。②自動車の後部を含めたすべての座席でシートベルトを着用。チャイルドシートは正しく着用するよう徹底。③飲酒運転等の根絶。④二輪車の交通事故防止。各町会の交通安全担当者らは、道沿いにテントを張り、通行人に重点事項を呼びかけました。

◎各ご家庭に配布しております。1部ずつお取り下さい。次号『まちかど』は、11月20日(金)発行の予定です。

「まちかど」は、品川区役所ホームページからもご覧いただけます。 <http://www.city.shinagawa/tokyo.jp/>

古紙を配合した紙を使用しています