

つばさだより 7月号

港区適応指導教室

<つばさ教室>

平成26年7月1日発行



港区東麻布2-1-1 電話：3589-2071

HPアドレス：http://www1.r3.rosenet.jp/tsubasa/

おにぎり・おむすび

多くの方が、おにぎり・おむすびを見ると、ホッと心が落ち着く思いがするのではないのでしょうか。

皆さんは、おむすびとおにぎりの語源をご存知ですか。「おむすび」の語源には諸説あるようです。関西では「おにぎり」ですが「きる」という言葉は縁起が悪いと言うことで、関東では結ぶの意味で「おむすび」となったという説、万物の生みの神「産霊（むすび）の神」と関係していて、日本の神様は山にいとされているので、「おにぎり」はたる型、「おむすび」は山型だとか、色々あるようです。

先日、知人たちと食事をしている時、「おむすびが食べたいな」と1人が言うと、他の人々も「いいね、おむすびってなんか心を温かくしてくれるよね。」それから、各自の家庭のおむすび談義で盛り上がりました。

「子どもの頃おなかすいたと言うと真っ白ご飯の塩むすびだった。これがすごくうまかったな」「うちは焼きおにぎりだった。醤油味で、ときどき甘醤油のときがあったな」「味噌の握り飯もなかなかうまかったな」「おしんこ巻きのおむすび食べたことある？」などなどの会話の中にそれぞれの保護者の面影が映し出される会話もありました。

思わず、太宰治『斜陽』のひとこまにある「おむすびが、どうしておいしいのだから、知っていますか。あれはね、人間の指で握りしめて作るからですよ。」と母親が娘に聞かせるひとこまが思い出されました。

食事の思い出とは、大人になっても強く残るものです。

毎日お弁当を作ってあげたいと思う気持ちがあってもなかなか難しい現状もあると思います。そのような時は、無理をせず、時間的にゆとりが生じた時だけで良いと思います。また、時には、レトルト食品や缶詰・冷凍食品等を上手に活用して、お弁当箱に詰めることを通して子供を思う保護者の気持ちも詰めてみてはいかがでしょうか。また、脳を作るのも食事です。お子様のためにご理解・ご協力をお願いいたします。

育てた茄子を味わう

児童・生徒たちが、大切に見守りながら育てた“茄子”（長さ10～14cm、直径3～5cm）が見事に実り、登室した中学生2名が6本収穫しました。茄子を加熱するとそれはそれは鮮やかな茄子色でした。新鮮だから見られる色合いに感激、それを味噌煮にして味わってみました。「とりたては甘いね」「とりたては歯触りが違う」と感想を話しながら味わいました。まだまだ、茄子は成長していますので今回収穫体験ができなかった児童・生徒にも収穫して欲しいと思います。

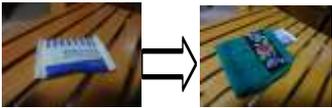


梅雨いりとともに熱中症対策

<つばさ教室玄関の6月の掲示>



平年より1ヶ月も早く5月末から日本列島は、真夏日となり摂氏33度以上の地域が多くなりました。このような状況の中、6月2日(水)に今年度の梅雨入り宣言が報じられました。今年は、熱中症対策とともに、梅雨の時期の衛生管理の両面で、日常生活に気を配らなければいけないようです。つばさ教室への来室時には、水筒を必ず持参させていただければと思います。ご協力をお願いいたします。

<アイスパック>	<アイスパック兼飲料水>	<手作りのソルトレモンジュース>
<p>① 保冷剤をハンカチや布の袋に入れて顔や首を冷やします。出かけるときに保冷パックに入れておくと便利です。</p> 	<p>② 小さめのペットボトルに水を入れ凍らせておくのも効果的です。(パックとともに飲料も可ですのでお得です)</p> 	<p>添加物が入っていませんから安心して飲めます。また、飲んだ後も爽やかで、胃への負担も軽めです。</p>  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p><作り方> 密閉容器にレモン3個を楕形に切り大きじ2杯程の塩を入れ、水分が出てきたらできあがりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・うすめて飲む ・サラダに混ぜる等々 </div>

地域行事に触れて

5月30日(金)～6月1日(日)の3日間、つばさ教室の所在地の熊野神社祭礼に合わせて、飯倉三・四丁目町会、東麻布飯五町会、麻布森元町会、初音町会合同のお祭りが行われました。

つばさ教室の大門前の歩道には、お祭りの提灯が飾られ、お神輿が置かれ、熊野神社からは、笙箏等の音が響き、町内でご商売をされていらっしゃる皆様が、団子・焼き鳥・焼きそば・フランクフルト・日用雑貨・ゲームなどの販売を行い、春祭り一色となりました。

そこで、つばさ教室の児童・生徒たちにも、地域行事に触れることで、日本の伝統・地域の皆様とのふれあいやマナーを身に付けるために5月30日(金)にお祭りに参加しました。短時間でしたが、生徒にとっては、良い体験ができました。



手作り昼食に感激

6月3日(火)に昼食を兼ねる調理実習を実施しました。調理メニューは、お好み焼きとプリンです。お好み焼きは、小麦粉少々キャベツたっぷりのふっくらお好み焼きです。プリン是一人当たり電子レンジ4分程で手軽に調理できるものでした。

生徒たちは、調理の過程を通し、砂糖が加熱されることで変化していく様子やそこに水を加えることでの温度差による科学現象や山芋・卵等の食材の特性を理解することができました。さらに各自の調理技能力・技術力の高さを実感するなど新たな多くの発見をしていました。

そして、調理したお好み焼きとプリンを食し、あまりのおいしさに「すごくおいしい」「家でも作ってみる」と感激の声を発していました。笑顔で食している生徒たちをみて指導員たちの表情も笑みでいっぱいでした。

当日のレシピを参考に、ぜひ、ご家庭でも作ってみてはいかがでしょうか。

	お好み焼き (4人前)	プリン (1個分)
材 料	●キャベツ 中1/2個 ●薄力粉 大さじ8 ●豚バラ肉薄切り 100g ●長芋すりおろし 大さじ4 ●お好み焼きソース 適量 ●だし汁 大さじ4 ●マヨネーズ 適量 ●卵 3個 ●青のり・鰹節 適量 ●天かす 大さじ2	●牛乳・・・150ml ●砂糖・・・大さじ1 ●卵・・・1個 ●水・・・小さじ1 ●砂糖・・・大さじ1 ◎後から加える水・・・小さじ1
	①キャベツはあらみじん切りに、豚バラ肉は5cm位の長さに切る。 ②●の生地を混ぜる。(先に小麦粉とだし汁を混ぜるとよい) ③一人分の生地一人分のキャベツを混ぜて焼く。(大きく広げない) ④上に豚バラ肉をのせて、下面が焼けたらひっくり返す。 ⑤両面とも焼けたら、皿に移して、ソースとマヨネーズを塗り、青のり・鰹節などをトッピングする。	①カラメルソースを作る。コーヒーカップに●の砂糖と水を入れ、レンジ500wで2分20秒加熱する。 ②あめ色に変わったら、レンジから取り出し、◎の水を加える。(とびはねるので注意！先生にやってもらいましょう) ③リン液を作る。ボウルに卵を割り、牛乳と砂糖を入れてよく混ぜる。 ④リン液を濾しながらカラメルソースの入ったコーヒーカップに注ぐ。 ⑤ラップをふんわりかけ、様子を見ながらレンジ500wで2分30秒加熱する。 ⑥冷蔵庫で1時間半ほど冷やし食べる前にお皿にひっくり返して移す。
作 り 方	 とろろを摩る	 生地と具を混ぜる
	 ふっくらお好み焼き	 出来上がりました
		 カラメル完成
		 なめらかに

<参加生徒の感想>

私が一番頑張ったのは、キャベツを切るところです。細かく切るのがすごく大変でした。楽しかったのは、お好み焼きを作るところです。作ってみて分かったことは、キャベツを多く入れて生地を少なく、長芋をたすことでキャベツがシャキシャキしていておいしかったことです。長芋をするところが難しかったです。ぬるぬるしていたので指を怪我しそうになりました。

プリンを作ってみて、カラメルソースを作るとき、レンジで温めて水を入れたときにすごい音がしたのでビックリしました。お好み焼きを家でも作ってみたいです。

3年 女子

<参加生徒の感想>

僕はつばさ教室で三日目の調理実習をしました。今回は、お好み焼きとカスタードプリンをつくりました。最初にお好み焼きの生地を作りました。僕がやったのは、卵とすりおろした長芋を生地とキャベツを混ぜて焼き、その上に豚バラ肉を乗せ、両面を焼きました。出来上がったお好み焼きとカスタードプリンを食べました。実は、お好み焼きを作る時に卵を1個落としてしまいました。経験不足だと思いました。今回の調理実習はおいしく作ることが出来てよかったです。次の調理実習が楽しみです。

3年男子

インターナショナルセカンダリースクール交流視察

6月10日(火) インターナショナルセカンダリースクール(つばさ教室類似の学級)に金谷・太田・多々納の3名で交流視察をさせていただきました。

当日は、『世界で生きるチカラ国際バカロレアが子どもたちを強くする』の著書であり、インターナショナルスクール経営者である坪谷ニューエル郁子氏にお話を伺うことが出来ました。指導の基本は、当たり前のことは当たり前社会ルールを守らせ考えさせることであり、36名の生徒個々の対応を行いながら自己肯定感を伸ばし、集団生活を身に付け巣立っていく等々々なお話をお聞きし大変参考になりました。今後の交流にも生かすとともに、今後の指導に生かしたいと思いました。

水難災害を想定して命の守り方を学ぶ

今月は、雨天の日が多く、また台風の発生が例年に比べ早いこともあり、6月17日(火)に“水難災害を想定しての命の守り方”について学びました。

今回は、“水害”への認識・避難時への配慮・家族との約束事についてなど、港区のハザードマップを活用の核に学びました。



ご家庭でも、日ごろから、“いざ”という時の家族ルールをお子様と確認しながら決めておいていただけますようご協力をお願いします。

==== 掲 示 板 ====

・・・夏休みに向けて・・・

早くも、ひと月後には、夏休みを迎える季節となりました。中学3年生にとっては、進路・就職先と具体的な決定とともに、学習の大詰めを迎えます。

そこで、夏休み中の各自の充実した生活が重要なポイントとなります。例年、夏休み後の児童・生徒の伸長を振り返ると、第一は、夏季休業に向けて緻密な計画を立てられたかが要点です。なぜなら、生活のリズムを押しさえ規則正しい生活基盤をつくり、学習時間と休息のバランスを考え計画したことで効果を上げるからです。

第二は、学習です。児童・生徒の皆さんが、計画に従って自学自習を重ねることが重要となります。とくに学習内容を身に付けられるよう繰り返し学習を行うことが基本になります。そして、学習に取り組む過程で“わからない部分”があった時は、つばさ教室で教えてもらい、自信を持って“わかった”と言い切れるようにすることです。

第三に進路について親子で十分話し合い、進路希望先を選定し訪問を実施することです。

最後に家族が協力し合える体制を作ったかが今後のお子様の進路を効果的にする重要なポイントにつながります。ご協力よろしくをお願いします。

7月 体育活動の日

2日(水)・8日(火)・9日(水) 15日(火) 16日(水)

平和まつり・理科体験

- ・実施日 7月25日(金曜日)
- ・時間 平和まつり 9:10~12:30 予定
理科体験 13:30~15:30
- ・理科体験内容 ホームプラネタリウム

ご協力のお礼

保護者の皆様、ご多用の中、過日の緊急メール
配信登録へのご協力ありがとうございました。

今後もつばさ教室へのご理解・ご協力をお願いします。