

くつろぎアート

童話「ごん狐」のふるさと

こんにちはだより

浦島太郎の故郷「武豊町」
蔵の街「半田市」

季節を食べよう

愛情いっぱい・栄養満点メニュー

もっと身近にLPガス

地震について、もう一度考えよう

あったかさわやか掲示板

グリルは魚焼きだけでは勿体ない!!

プレゼント付き・漢字でクイズ

15号

あったかさわやか クラブ



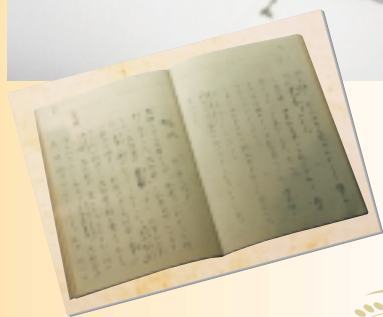
矢勝川堤と童話の主人公「ごん狐」



社団法人愛知県エルピーガス協会



「ごん狐」のジオラマ(新美南吉記念館)

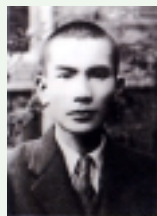


「ごん狐」

いたずらばかりしていた狐の子が、母親を亡くして悲しんでいる人間に、いたずらのお詫びがしたいのだけど、それがなかなか通じない悲しさ、切なさ…。そして、ごんのつぐないは悲しい結末になってしまうのですが、相手の痛みを自分の痛みとするほんとうの「やさしさ」が受け取れる美しい物語です。

* * *

「ごん狐」は南吉18歳の時の作品です。昭和6年10月4日に草稿「権狐」が書かれ、『赤い鳥』昭和7年1月号に掲載されました。



新美南吉

(1913-1943)

大正2年、半田市の岩滑に生まれました。本名は正八。半田中学2年の頃から文学に興味を持ち、童話や詩を投稿。地元岩滑で代用教員をしながら創作を続ける。その後東京外国語学校に進み、北原白秋や巽聖歌などに師事して文学修行に励んだ。卒業後、河和第一尋常高等小学校、安城高等女学校の教員をしながら童話の他、たくさんの詩や小説を残している。しかしこの間にも病氣(結核)は進み、昭和18年29歳7ヶ月の若さで世を去った。

全国5000万人余りの小学生が感動した

童話「ごん狐」のふるさと



「ごん狐」は昭和31年から国語の教科書に採択されるようになり、さらに昭和55年からは全国の小学校4年生の教科書に採用されて、多くの子供たちに読み継がれています。その数は、ざっと計算しても5000万人を超える人が読んでいることになるそうです。

「ごん狐」は、読者の気持ちを次第にごんの側に立たせ、ごんの心情が変化して行く様子が丹念に描かれています。心理描写に優れた「ごん狐」は、登場人物の気持ちを考える読解力や鑑賞力を育てるのに適し、国語教材としてさまざまな魅力ももった作品と言われています。子供たちに親しまれている代表作には「ごん狐」の他に、「手袋を買いに」「おじいさんのランプ」などがあり、その多くが半田市を舞台にしています。

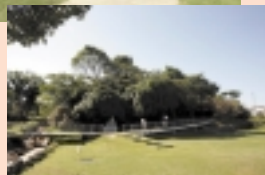


南吉の生家

南吉は大正2年にこの家で生まれました。道から見て右が父の畳屋、左が継母の下駄屋で、当時の様子を再現して公開しています。童話「狐」や小説「雀」「帰郷」に登場。

新美南吉記念館

平成6年、南吉のふるさとであり、「ごん狐」を初め、多くの作品の舞台になった半田市に「新美南吉記念館」が設立されました。隣接する童話の森と一体になったユニークな建物で、人間が自然に手を加えることを最小限に止めてつくられています。周辺には作品の舞台となった山川や社寺が残っています。



所在地 / 半田市岩滑西町1-10-1
電話 / 0569-26-4888
休館日 / 月曜日・第2火曜日(祝日又は振替休日の場合は翌日)・年末年始

新美南吉に関する情報は「新美南吉記念館」のホームページで

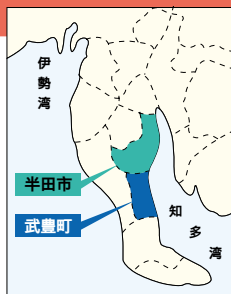
<http://www.nankichi.gr.jp/>

こんにちはだより

武豊町と半田市ウォッチング

浦島太郎の故郷

武豊町



日本でもっとも小さなトンボも生息している自然の宝庫

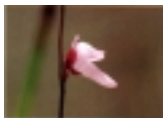
寺町田湿地

自然 は... 武豊町北西部の丘陵地帯にあり、湿地を含む11,000㎡が愛知県の自然環境保全地域に指定(平成11年2月26日)され貴重な植物群落が保護されています。今や絶滅が危惧されているナガバノシモチソウ(白)、ヒメミカキグサなどが生息しています。



現在までに発見されている数は、植物で429種、動物で333種。

植物 は... 湿地の周辺はクロマツ、ヒサカキなどの樹木で囲まれ、ヒメミカキグサ、ナガバノシモチソウ(白)などの食虫植物が見られます。また土壌がわずかに堆積する湿潤な所には、シラタマホシクサ群落やヌマガヤ群落が発達し春先には、ハルリンドウやショウジョウバカマの花を見ることが出来ます。



ヒメミカキグサ

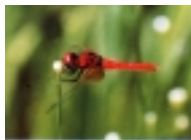


ナガバノシモチソウ(白)



ムラサキミカキグサ

動物 は... この湿地には昆虫学上、日本でもっとも小さいトンボといわれているハッチョウトンボや一部の地域でのみ生息が確認されている珍しい昆虫ヒメタイコウチや日本特産種であるハルゼミが生息しています。



ハッチョウトンボ



ヒメタイコウチ

「寺町田湿地」のお問合せは
武豊町歴史民俗資料館 / 電話:0569-73-4100

歩けば歩くほど「なるほど!」とうなずいてしまう

浦島太郎の史跡めぐり



5 四季咲き カキツバタ

弘法大師がこの地を訪れた時、ここが浦島太郎誕生の地であることを認め、記念にカキツバタを植えました。現在は石碑のみが残っています。



4 浦島橋
太郎はこの下を流れる浦島川に沿って、亀と共に竜宮城に向かいました。

6 知里付神社

太郎が竜宮城から持ち帰った玉手箱であると、われる「おなずの箱」が大切に保管されています。(非公開)



7 真楽寺

太郎が助けた亀の墓が祀られています。

3 負亀の松

太郎が助けた亀が住んでいた所。負亀(おぶがめ)は富貴(ぶき)の古名ともいわれています。



2 乙姫橋

乙姫が太郎を迎えた場所といわれています。



1 竜宮神社

太郎が乙姫を偲んで、天長2年(825年)7月に建立しました。



おまぐめ

史跡探索コース(約4km)

- 1 竜宮神社
- 2 乙姫橋
- 3 負亀の松
- 4 浦島橋
- 5 四季咲きカキツバタ
- 6 知里付神社
- 7 真楽寺

START

伝統と文化がつくりあげた蔵の街 半田市



酒蔵見学の後は、試飲がお楽しみ

國盛酒の文化館(くにざかり)

200年前に造られた酒蔵を利用した建物の中で、弘化元年(1844年)から続く酒造りの道具や資料が見学できるほか、試飲もできる酒の博物館です。酒の守り神であり、今年も良い酒を仕込んでいますよという印の杉玉がある入り口から入ると、伝統の酒造り空間が広がります。洗米・浸漬・蒸米、麹づくりから貯蔵までの行程を、最新の酒つくりと照らし合わせながら酒造史を知るコーナーからはじまり、試飲、映画コーナーへと日本酒探訪の旅が体験できます。



かつての國盛蔵をそっくり生かした文化館



趣のある景観美を形つくる黒板囲い

國盛酒の文化館 入館料無料(要予約)
TEL:0569-23-1499
開館時間 / 午前10時から午後4時まで
(12:00 ~ 13:00 休憩時間)
休 日 / 毎月第3木曜日
(木曜日が祝日の場合はその翌日)
<http://www.nakanoshuzou.jp>

江戸時代にタイムスリップ.....お酢の歴史を体感できます。

博物館「酢の里」

粕酢発祥の地として、200年近く脈々と伝えてきた酢づくりの昔と今がわかる日本で唯一の酢の総合博物館です。館内は、昔のお酢づくりゾーン、今のお酢づくりゾーン、健康な暮らしづくりに役立つお酢のさまざまな効用や使い方、そしてお料理メニューなどが情報されている情報発信ゾーンの3つのゾーンで構成され、見ごたえ充分です。



創業当時のたたずまいを残す「酢の里」

「お酢のはじまりは」

「お酒をつくると大量の酒粕ができる。なんとかこの酒粕を生かす道はないものだろうか!」。尾張国知多郡半田村で、酒造業を営んでいた男(ミツカン創業者・初代中野又左衛門)のつづやきが、1804年、ミツカンのお酢誕生へのきっかけとなったこのことです。又左衛門のつくる酒粕のお酢は、江戸の人々にたいへん好まれ、江戸で人気を博しはじめていた「握りずし」によく合い、全国へと広がっていきました。

ミツカンマークの由来

三本線に のマ - クは四代目が家紋から考案したもので、三本線をミツ、をカンと呼び、ミツカンと呼ぶようになりました。また「三」の字の下に を付けたのは、天下一円にゆきわたるようにという易学上の考えが込められています。

博物館「酢の里」入館料無料(要予約)
TEL:0569-24-5111
開館時間 / 午前9:00から午後4時まで
(12:00 - 13:00休憩時間)
休 館 日 / 毎月第3日曜日、年末年始およびお盆
<http://www.mizkangroup.co.jp/sunosato/>

知多半島は

山車まつりの宝庫

祭礼の華として町内を練る山車。知多半島においては、半田市の31台の山車を筆頭に、蔵にいままだ眠っている山車を含めると百十余台もが現存しています。山車祭りは全国にさまざまな形で行われていますが、

知多半島の山車は再造や改造を時代によって様式を変化させたきたもので、神社と寺院を合体したような形を特徴としています。また、町内を威勢良く曳き回すことを目的とした山車が主流で、重厚で立体感あふれた彫刻、華麗な幕などの刺繍と、いかにも華やかで男らしい祭りが知多の山車まつりとなっています。



はんだ山車まつり

5年に一度、勇壮にして華麗なる31台の山車が結集します。また、3月下旬から5月上旬の週末には市内10か地区のどこかで山車が曳き回されます。

毎月7月の中旬に行われる大足地区の蛇車祭。豊石神社の境内でさまざまな花火が奉納されます。

蛇ノ口花火 (武豊町)





忙しいママたちが工夫した

愛情いっぱい・栄養満点メニュー



今回の話題メニューは古代米(紫黒米)。中国では慶事や病気の人の食事にまた日本では薬膳料理に用いられるなど、古代米は昔から健康食として食されてきました！炊き上がりの美しい色、もっちりとしたおいしさを、ぜひお試しください。

半田保健所・半田市保健センター 管理栄養士と
半田市健康づくり食生活改善協議会の皆さま

ホックリ黒米ごはん



317 kcal

材料

米	2カップ
黒米	大さじ1〜2
粟	大5〜6個
塩	少々
酒	大さじ2

4人分

作り方

粟は皮をむき塩水に浸してあく抜きをする。

米は洗って黒米を加え混ぜておく。

の粟を2つ割りにして加え塩・酒を入れて普通に炊く。

ぎゅつ！とつめこんだ
ロールヒトフ

材料

牛もも肉(薄切り)	200g
合びき肉	200g
ドミグラスソース缶	1缶
(285g)	
アスパラ(太)	4本
玉ねぎ	小1個
卵	1個
牛乳	大さじ2
にんじん	小1本
砂糖	小さじ1
A 塩	少々
水	150cc
こしょう	少々
小麦粉	少々
トマトケチャップ	大さじ3
サラダ油	適宜

4人分

作り方

玉ねぎはみじん切り、アスパラは塩少々を加えた熱湯でゆで、水気を切って冷ます。(水にとらぬ)

にんじんは4〜5cm長さに切って縦4〜6つに割り面とりをする。(シャトー型)

小鍋ににんじんとAの調味料を入れて火にかけて煮立ったら弱火にして柔らかくなるまで煮る。

ボールに合びき肉を入れよく練り、玉ねぎ・卵・牛乳を加え塩、こしょうとしてさらに練り、8等分の俵型にし、牛肉で包んで小麦粉を薄くまぶす。

フライパンに油を熱し、の表面をこんがり焼き、水1c・ドミグラスソース・トマトケチャップを入れ中火で10〜12分煮込み、塩、こしょうで味を整える。器に盛って、アスパラとにんじんを添えて残りのソースをかける。



468 kcal

体が喜ぶ豆乳みそスープ

材料

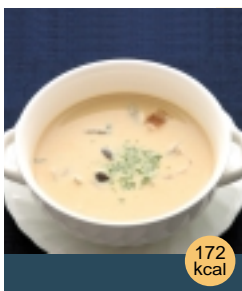
豆乳	600cc
本しめじ	1パック
生しいたけ	4枚
ベーコン	2枚
固形スープの素	1個
みそ	大さじ2
パセリ(みじん切り)	少々

4人分

作り方

しめじは石づきを取ってほぐし、生しいたけは7〜8mmの厚さに切る。フライパンで細く切ったベーコンとをさうと炒めておく。

鍋に豆乳と固形スープの素を入れを加えてひと煮立てさせみそで味を整える。器に盛り、パセリのみじん切りを散らす。



172 kcal

さらっと サワーサラダ

材料

4人分

きざみコンブ	10g
パプリカ	3個
(赤・黄・緑又はオレンジ)	
白コメ	大さじ1
ドレッシング	大さじ1
酢	大さじ2
サラダ油	大さじ2
はちみつ	大さじ1
塩	小さじ1/2

83 kcal



作り方

きざみコンブはさらっと洗い湯通ししておく。
パプリカはそれぞれ細切りにする。

とを合わせてAで和える。
器に盛り白コメを添える。

しゅつまいの花畑

材料

4人分

豚ひき肉	100g
ホタテ缶(貝柱)	小1缶
玉ねぎ	150g
干しいたけ	大2枚
シウマイの皮	20枚
かたくり粉	大さじ2
ゆで玉子	1個
塩	小さじ1/2
酒	小さじ1
こしょう	少々
しょうゆ	少々
さしみわかめ	150g
レタス	小1個
プチトマト	4個
玉ねぎスライス	小1個
食用花	1パック
しょうゆ・酢	適宜
練り辛子	適宜

作り方

ホタテはほぐし、干しいたけはもとどしてみじん切り、玉ねぎもみじん切りにする。

ボールにひき肉とAをよく混ぜ合わせ、とがたくり粉を入れてさらによく混ぜて12等分する。

シウマイの皮は2〜3mm幅の細切りにして、ほぐしておく。
の団子に、を全体につけ

中央をくぼませておく。
を蒸気の上から蒸し器で

中火で8〜10分蒸す。
さしみわかめ・レタス・プチ

マトはそれぞれ食べやすい大きさに切っておく。
ゆで玉子の黄身をあらくほ

くしておく。
器にBをきれいに盛りつけ、

中央にしゅつまいをのせ、上にほぐした黄身をのせる。
しょうゆ・酢・練り辛子など

好みで供する。



140 kcal

すばとーあげなす

材料

4人分

なす(中)	400g
ベーコン	4本
削り鰹	2枚
(ミパック3g)	1袋
揚げ油	
合わせ酢	
酢	大さじ3
しょうゆ	大さじ2
赤とろがらし	適宜

作り方

なすはヘタを取り、十文字に4等分し水にさらす。

ベーコンは細く切り、カリカリ



204 kcal

に炒める。

の水気を十分にふき取り、170℃の油で色よく揚げる。器になすを盛り、をのせ、合わせ酢をかけて仕上げに削り鰹をふりかける。

好みで赤とうがらし(小口切り)をかけてもよい。

きな粉パハロアのくずすり添え

材料

A	粉ゼラチン	5g	4人分
	水	20cc	
牛乳		125cc	
卵黄		1個分	
きな粉		10g	
生クリーム		125cc	
砂糖		30g	
B	黒砂糖	100g	
	水	75cc	
くずすり		60g	

作り方

ゼラチンを水でしとけておおくずすりをやわらかく茹でておく。



牛乳をあたためる。(沸騰直前まで)

鍋に卵黄・砂糖・きな粉を入れよく混ぜ合わせ、を少しずつ加え火にかけてトロミをつける。

を火からおろし、のゼラチンを溶かし、こしておく。

生クリームを6分立てにしてに混ぜ合わせる。

型を水でぬらし、を入れ、冷やし固める。

Bで黒蜜を作る。

を器に取り、くずすりを周りにあしらひ黒蜜をかける。



ワンポイントアドバイス

ホククリ黒米ごはん

栗、ぎんなん、さつまいも、さといも、とうもろこし、なんでもOK。

ぎゅっ!とつめこんだロールピーフ

小麦粉をつける時に茶こしを使うと粉がきれいにつく。

体が喜ぶ豆乳みそスープ

牛乳で作ってもおいしい!

さらっとサワーサラダ

ドレッシングは色々楽しんで。ハチミツを使うとまろやかな味になる。

しゅうまいの花畑

包むより見栄えがよくて簡単。子供も一緒に作ると楽しい。中身はカニ、エビでもOK

すばっと!あげなす

さっと色よく揚げましょう

きな粉パハロアのくずすり添え

くず切りはしっかりゆでる事。黒蜜はいただく時にかけましょう。



半田では江戸時代より温暖な気候と澄んだ空気を利用して醸造業(酒、味噌、溜)・たまり(酢)が盛んに行われてきました。また、現在では県内有数の酪農生産地として牛乳肉牛(知多牛)、養豚、イチゴ、トマト等の野菜や自然食として人気が高い赤米や黒米が栽培されています。

とくに紫黒米(黒米)は表皮に、アントシアニン(2)を多く含む抗酸化作用があると言われています。

黒米へのこだわり

- 炊いた時のごはんの色がきれい。
- 食感がもちとして美味しいところ。
- 栄養面(たんぱく質、ビタミン、ミネラル豊富)や健康面としての面からも人気である。
- もちろん地元(半田)の農家が生産販売している。
- 田んぼ一面の素晴らしい景色。
- 調理方法や黒米への興味...etc

地震について、もう一度考えよう。



昨年10月23日に起きた新潟中越地震は、阪神・淡路大震災とほぼ同じタイプの直下型地震で、建物被害や新幹線の脱線など深刻な打撃を受け直下型地震の恐ろしさをまざまざと見せつけられました。地震による被害を最小限に食い止めるためには、一人ひとりが適切な行動をとれるかが、とても重要です。LPガスの対応も含めてイザという時の準備をしておきましょう。



クワツときた時、家にいたら

① まずは身の安全を確保!

大揺れの時間は、大体1~2分程度。テーブルなどの下に身を伏せましょう! テーブルなどが無い場合は、布団などでからだを保護してください。



② すぐ火の始末!

火を消そうという努力が被害を最小限に食い止められる重要なポイントです。





持出品のチェックリストで確認してみましょう。

ヘルメット・防災頭巾	予備の電池
非常食 / 3日分	手袋(軍手)・マスク
飲料水	衣類(下着・タオル)
現金・カード類	缶切り・多機能ナイフ
預金通帳・印鑑等	笛
救急キット・常備薬	筆記用具・メモ帳
寝袋・毛布	せっけん・ちり紙・歯ブラシ
懐中電灯	ロープ
携帯ラジオ	ローソク・マッチ・ライター



LPガス販売店の名前や電話番号も
わかる場所にメモしておきましょう!



《火を消すチャンスは3度!》

揺れを感じた瞬間。「火を消せ!」などと声をかけ合い、使用中のコンロなどの火を消しましょう。

大きな揺れがおさまった時。

出火した直後。たとえ出火しても1~2分程度なら消火は可能です。消火器を火の使用する場所の近くにいつも置いてください。

③ 戸を開けて出口の確保!

集合住宅などではドアが開かなくなり、部屋に閉じ込められる可能性があります。脱出方法を考えるなど、出入り口近くに大きな家具や荷物などを置くのはやめましょう。



グリルを 完全マスターしよう!



グリルは小さなオーブンです。焼き魚がおいしく焼けるだけでなく、トーストやグラタンを焼いたり、揚げ物の温め直しもカラット仕上がるなど、小さくとも万能なんです。そのためにも、グリルをもっともっとマスターしてください。

1 過熱する前には、庫内を温めておけば!

材料の下ごしらえしている間に2~3分間、グリルの火をつけて庫内を温めておけば「遠火の強火」が予熱によってつくれます。



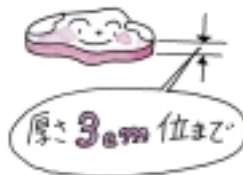
2 アルミ箔を上手に使えば!

魚を焼く時、外の焦げが心配で中身に火が通っていないという場合には、弱火にするよりもアルミ箔をかぶせるのが効果的です。また、野菜などアルミ箔で包み焼きすれば、短時間メニューが増えます。



3 食材の厚みに注意すれば!

厚みのある食材が苦手なグリルでも、厚めの魚・肉を3cm位の厚さにするか、熱が通りやすいように切り込みをいれると厚みの食材も使えます。切り込みは、間隔をそろえることがポイントです。





美味しい魚の焼き方



よく水気を拭き取ってからグリルに。

焦げやすい尾やひれには厚めの塩を塗るかアルミ箔で覆います。

2～3分程度予熱をし、庫内の温度を一定にします。

グリルは端の方が火力が強いのので、中央だけでなく端に置いてください。

全体に塩をふり、頭を奥にして焼いてください。

グリルならトーストもあつという間！

魚の臭いは移りません。

「グリルでパンを焼くと魚の臭いが移りそうで…」という声をよく聞きますが、熱している時はパンの水分が外に出る力が強いいため、臭いの成分がパンに入ることができなく、臭いは移らないのです。

魚の臭いを感じるのは、グリル皿や網に魚の一部が残っているためで、きちんと洗えば大丈夫です。

水分がとれる間は臭いは入りません



プレートを使えば予熱後約1分でふんわりさくさくの美味しいトーストが簡単にできあがります。

揚げ物の温め直しは大得意！

ヘルシーにも役立ちます。

1分弱の強い火力で外側の水分だけが蒸発するので、外はカラッと中はジューシーに揚がります。また、グリルで肉を焼くと調理中に肉の油脂分が落ちて20～25%もカットできます。フライパンのように油をひくこともなくダイエットにも役立ちます。

余分な油を取らないので美容に効果的！



図書カード
が当たる



思わずなっとく

漢字でクイズ

下にあげたイラストの数え方は？ の中に入る漢字はどんな漢字？

解答例：掛軸の数え方 **幅**

(例題)掛軸は

ふすま
襖は



びょうぶ
屏風は

よろいかぶと
鎧兜は

ちやき
茶器は

たんす
箆笥は

問題

①～⑤の数え方を漢字でお答えください。

応募方法 官製はがきにクイズの答えと住所、氏名、年齢、郵便番号等を明記のうえ、下記へご応募ください。また当冊子についてのご意見・ご感想がございましたらお書き添えいただければ幸いです。

締め切り 平成17年3月31日(当日消印有効)です。当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

クイズ正解の方から抽選で100名さまに図書カード(500円)をプレゼントいたします。

はがき裏面の記入例

クイズの答え

住所・郵便番号
氏名・年齢
電話番号
(ご意見・ご感想)

愛知県エルピーガス消費者相談所 TEL : 052-261-2833



社団法人 愛知県エルピーガス協会

〒460-0011 名古屋市中区大須4-15-12

TEL:052-261-2896 FAX:052-261-2898

<http://www.aichilpg.or.jp>