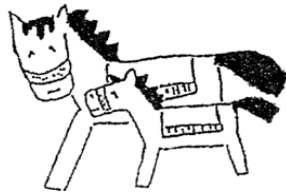


♪
お馬のかあさん
やさしいかあさん
子馬をみながら
ぽっくりぽっくり
あるく

おうまのおやこ

子育ても
あせらず待ちましょ
ポックリ、ポックリと

27年 2月 NO. 243



〒 760-0044 香川県高松市御坊町2-2
高松保育園内地域子育て支援センター
TEL:087-821-9347 FAX:087-851-0857
<http://www4.ocn.ne.jp/~kouma/>

(厚生労働省・高松市委託事業)

～どなたでも～		2月の主な活動		～お気軽にどうぞ～	
2月	7日	土	体験保育 10:00～12:00	同じ年齢のクラスに入って いっしょにあそびましょう。	
2月	7日	土	脳力いきいきアート 14:00～16:00	流れる色で偶然にできる不思議な造形と 色彩のリズムを楽しみましょう。	
2月	21日	土	体験保育 10:00～12:00	出産予定の方も是非子育て体験に おいでください。	
2月	24日	火	香川みすゞさんの会 14:00～16:00	指定障害者福祉サービス事業管理者 中村正博氏に「障害者の雇用について」 お話いただき、フリートークします。	
2月	27日	金	健康育児相談 11:00～12:00	園医師（小児科医）にゆっくり相談できます。 (要予約)	
2月	27日	金	おはなしの会 10:00～11:30	「動物とあそぼ」をテーマに動物のおはなしや 指人形や紙芝居があります。	

<p>・火～土の13時～16時までは、園内開放しています ので、親子でご来園下さい。 (但し、月・日曜・祭日は休み)</p>	<p>育児相談（月～土）9:00～18:00 しつけや子育てについての悩み、保育園生活 入園・見学についての相談もどうぞ。</p>
--	--

香川県高松市御坊町2-2
高松保育園 地域子育て支援センター



金子みすゞ童話全集⑥
さみしい王女・下より

昨夜の火事はうそのよう。
町にも春がじき来ます。

ゆうべ

雲がかがやいて、

空にはお空をみています。

のおきなお煙管横ちよで、

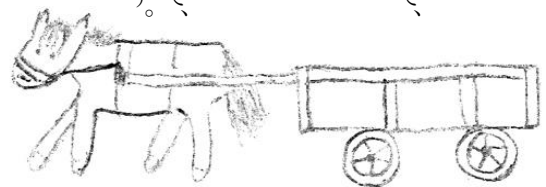
空馬っぼの馬車の上、

下見おはなしていそいで歩きます。

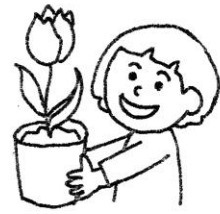
おはなしの影んぼの、

おはなしの影んぼの、

荷馬車



「おにぎり」と「おにぎらず」のはなし



◆ おにぎり・・・家庭でおいしく！

今やシンガポールや香港、台湾、ロンドン、サンフランシスコ、ニューヨークなど続々とおにぎり専門店ができ、海外ではおしゃれで健康的な和食として注目されつつある。

おにぎりの普及活動を進める一般社団法人おにぎり協会（東京・渋谷）の代表者は、「おにぎりは相手への感謝の気持ちや頑張ったという思いを込めて握られるもの。しかし、最近の子どもたちは買うものだと思い始め、親が握るものではなくなりつつある」と心配している。

最近では、衛生面の配慮もあり、ビニールラップを使って握る人が多数派になり型枠も市販されている。しかし、本来おにぎりは、すしと同様、素手で握り、米の炊き加減や温かさを手の感触で判断し、塩加減や握り具合を調整する。手塩で塩分が満遍なく広がる効果もある。

家庭でおいしいおにぎりを作るコツとしては、ご飯はコシヒカリなど粘りの多い品種を使い炊いたら、ご飯がくっつきやすい熱いうちに握る。大事なことは握り過ぎないこと。両手で4、5回、軽く形を整える程度にとどめる。長く握りすぎると米がつぶれるし、圧力で硬くなってしまう。

おいしいおにぎりの作り方

- まず両手を程よくぬらし、塩を溶かす。
- ・約100グラムのご飯をまな板に載せ、真ん中に具を入れてご飯でふたをする。
- ・両手で作った枠でご飯を三角形に。
- ・両手で4、5回、軽く形を整える。
- ・のりを巻いて出来上がり。
- ・味の濃い具は少なく、薄い具は多く。

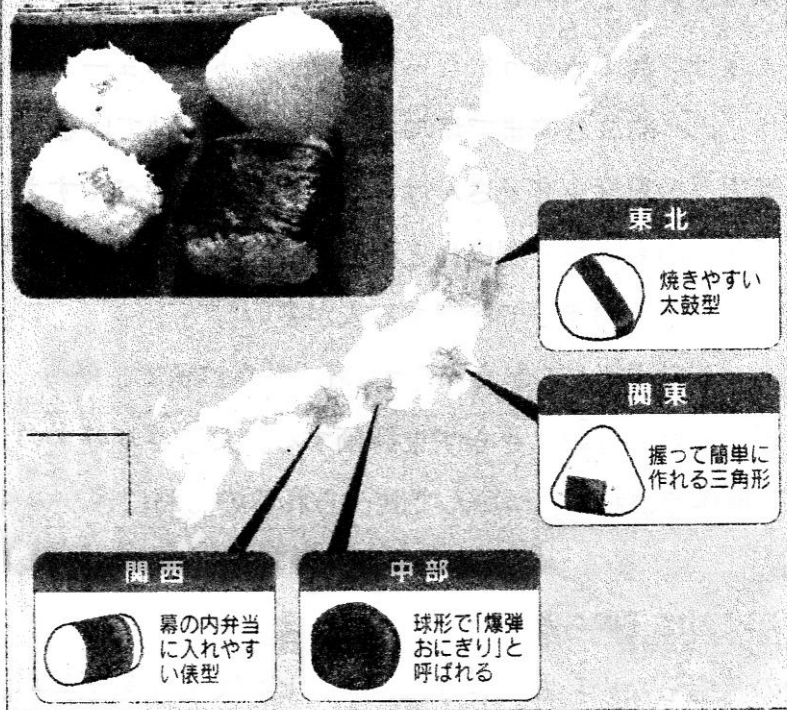
・おにぎりの形・・・関西、昔は俵型

昔のおにぎりの形について正確なデータは見当たらない。それでも関西で数十年前まで俵型が多かったのは事実のようだ。なぜか。「芝居を見る時に出る幕の内弁当の中に食べやすい俵型のおにぎりを入れたため」と地理学研究者・宇田川さんは説明する。

江戸時代、日本中から米や物産が集積する大坂は「天下の台所」と呼ばれた。町人文化が栄えて観劇の習慣が定着し、劇を見ながら幕の内弁当を食べるのが当時の流行だった。一口サイズの俵型おにぎりならば三角形など他の形に比べて弁当箱に収まりやすく、箸でつまみやすい。関東では簡単に握ってできる三角形が普及したのに対し、関西では弁当に適した俵型が定着したとみる専門家が多い。現在は関西でも主流派三角形だ。

そもそも一口おにぎりといっても、形や食べ方は地域、時代によって異なる。関東、関西以外にも今なお、独特な形が残るところは多い。「東北では味噌などを塗り焼くため、太鼓型のおにぎりを作る」と話す。愛知県などの中部地域では球形をよく見かけるといふ。

おにぎりの形にはなお地域ごとの特徴が残る



(日本経済新聞より)

🌀 おにぎらず…ご飯を握らずはさむだけ

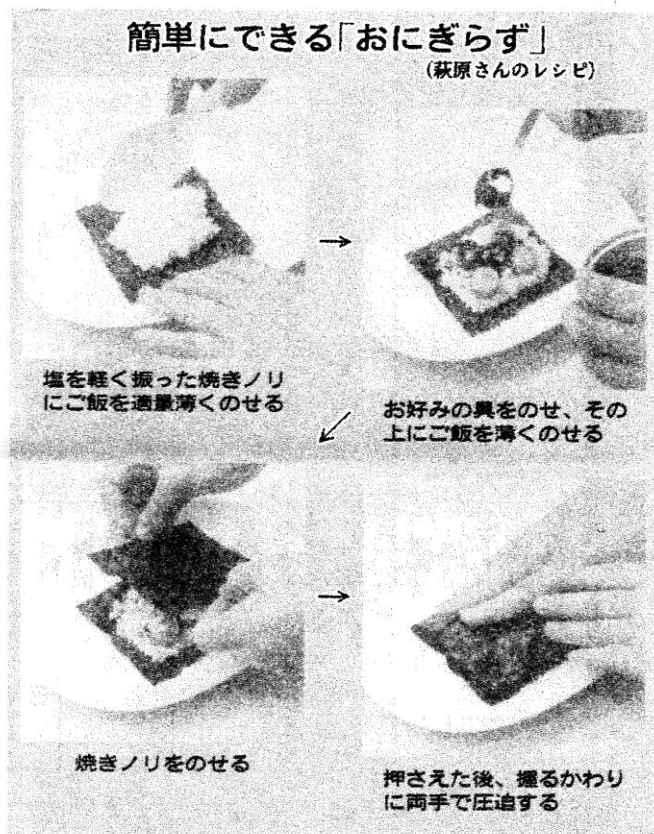
握らないで作るおにぎり「おにぎらず」が、子育てなどで忙しい女性の間で人気だ。

ノリでご飯と具を挟んだり、包んだりするだけで、作るのも食べるのもおにぎりよりも簡単。

ノリの上にご飯を敷き、梅干しやジャケ、ソーセージなど好みの具を載せる。ご飯を少し載せ、ノリでまた挟んで貼り合わせれば、もう完成。

水戸市の「おにぎらずの元祖」萩原悦子さん(56)の家では、「おにぎらず」が弁当やおやつ定番だ。「すぐに作れて本当においしい。手でご飯にふれないので熱くなく、べたべたにならないのもいいところ」(萩原さん)

子どもが小さい頃、普通のおにぎりだと床にぼろぼろこぼしてしまうのに困った萩原さん。共働きで多忙だったこともあって「子どもが上手に食べられるようになり、自分もストレスを感じないようにすれば」とおにぎらずを考え出した。今では成人した子どもたちも「ノリの味がしっかりしているので、おにぎりより好き」と、自分で作るようになったという。



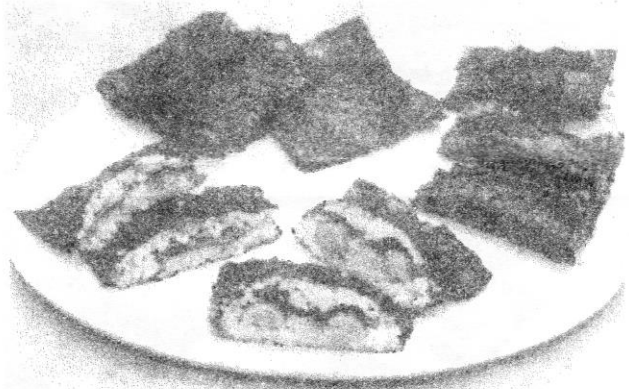
昨年8月下旬、クックパッドのサイト上で、ウインナーやチーズなどを具にしたおにぎらずのレシピが徐々に注目を集めるようになった。同サイトがニュースとして紹介すると火が付き、検索数は9月と比べ約30倍まで増加、今でも増え続けているという。

クックパッド副編集長の草深由有子さんは「作りやすさや食べやすさに加え、平べったい形のため、具を選ばないのも人気の理由」と指摘する。特に、同サイトでは肉や野菜など、おにぎりには入れづらい具と関連して検索する人が多い。

実際に料理した人からは「子どもが食べやすい」「夫のお昼にしたら、喜んでいた」などと声が当たる。おにぎり愛好家もおにぎらずを評価する。おにぎり好きの人たちで組織する日本おにぎり協会は「単体で壊れず、つかんで食べられるのでおにぎりの仲間」「おにぎり『ソフト』、つまり具を今まで工夫したことはあるが、『ハード』をいじった例はあまり聞いたことがない。おにぎりなのに『握らない』というネーミングもいい」

同じような形状の「握らない」おにぎりは、コンビニでも人気上昇中。並ぶハンバーグなど、弁当のおかずをそのまま具にしている。

ドライバーや学生などがターゲットで、片手で食べやすくボリュームもある。「サンドするタイプだとおかずの自由度が上がり、具が外にはみ出すことで、よりおいしそうに見せることができる」今や、おにぎり全体の売り上げの1割を占める人気という。



右上はノリ1枚で巻いたタイプ。



ハンバーグをご飯でサンドしたスリーエフの「サンドdeおかず網焼きパティ」
(横浜市中区のスリーエフ日本大通店)

(日経流通新聞M.了り)

