



# 通信 Oct.



やっとさわやかな秋晴れになりました。食欲も増しますが、この季節は短いです。身体に栄養、頭には知識をたっぷりとおきましょう。

個個港学舎 舎長 八木貴子

## 学習状況のお知らせ

秋は文化祭や説明会が多いので、受験生は志望校に必ず行くようにしましょう。

教室はこれからますます込み合います。多くの生徒が気持ち良く学習できるように、教室の補修・美化をし、レイアウトも変更しました。ルールも一部改定しましたので、掲示します。持ち物、姿勢、授業態度も学習の一部です。

気持ちを引き締めて学年の後半を過ごしましょう。学習相談はいつでもお受けします。



## いろはに偉人裏話「と」

「と」、徳川家康。語り継がれる人柄は、色々な面があります。

①「鳴かぬなら、鳴くまで待とう、ホトギス」と例えられるほど我慢の人のイメージが一般的です。生まれは三河の国で西に織田、東に今川という強国に挟まれ、どちらかの庇護を受けなければならなかったため、6歳から17歳まで人質に出され、その時に慎重で我慢強い性格が培われたと思われます。



②反面、戦いでは短気な面がありました。武田軍に挑発された家康は、確固たる戦術もないまま戦いを起こし、惨敗し逃げ帰りました。

③有名な「ケチ」。贅沢を嫌い、天下を取ってからでも食事は質素のままでした。ふんどしは薄黄色のものをしました。これは汚れが目立たないため洗濯の回数が減るという理由からです。家来にもこれを強いましたが、武骨な三河武士は白を好み、従いませんでした。

④健康オタク。食事は麦飯に魚を好み、野菜や納豆もよく食べていました。名だたる医者や薬学者を召し抱えたり、自ら漢方薬を調合したりもしました。当時としては長寿の75歳まで生き、それ故に天下をとれたとも言われます。

⑤「狸おやじ」と言われるほどの狡猾さ、ずる賢さがありました。領内での一向一揆に手を焼いた家康は、一揆側と和解し、解散させたはずが…。その後、武力で弾圧してしまいました。

⑥義理を重んじない冷静さ。三河の小大名だった頃は隣国の今川義元に従属し、「桶狭間の戦い」で織田信長が義元を破ると、織田家と同盟を結び、その信長が「本能寺の変」に倒れると、豊臣秀吉に従い、秀吉が病で死去するや「大坂の陣」で豊臣家を滅亡へと追いやりました。

そんな家康だからこそ全国を統一し、264年間続く江戸幕府を確立した偉大な人物となりました。今では日光の東照宮に祀られています。



## 旬！秋鮭の石狩焼きのレシピ

川で生れたサケは、海へと下り、大きく成長して、再び生れた川へと帰ってきます。サケが産卵のために戻ってくる9月・10月に漁獲されるサケは「秋鮭」と呼ばれます。「時期を間違えて北海道に寄って来た」という意味から、5月～8月に漁獲されるサケのことを「ときしらず」又は「時鮭」とよんでいます。サケは無駄になる部分がなく、背骨は柔らかく煮て「中骨」の缶詰とされ、鱗は海洋性コラーゲンの製造原料になります。



### 秋鮭の石狩焼き

脂ののった秋鮭を野菜と一緒に味噌味で食べる、季節を感じる一品です。

生鮭:4切れ、タマネギ:1個、キャベツ:10枚、塩、薄力粉:適量、サラダ油:大さじ2、水:600~800ml、味噌だれ(合わせみそ:80g、酒、みりん:各大さじ4、ジャガイモ(皮をむいてすりおろす):1個)、バター:10g、粉山椒:適量(4人分)

①生鮭は塩をふってしばらくおき、出てきた水分をペーパータオルで拭き、薄力粉をまぶす。②タマネギは薄切り。キャベツは手でちぎる。③フライパンにサラダ油を入れ熱し、鮭の皮目を下にして並べ、タマネギを散らし、焼き色がつくまで加熱する。④鮭を裏返し、キャベツでフタをするようにおおい、水を加えて4~5分間蒸し焼きにする。



⑤味噌だれを回し入れ、フライパンを揺すりながら混ぜ、バターを加える。⑥とろみがついたら火を止める。⑦器に盛り、粉山椒(好み)をふる。(画像はネギをかけました)