



個個通信 Jan

明けましておめでとうございます。2026年は午年(うま年)です。人間万事塞翁が馬(人生の幸不幸は予測不能)何が幸いするかわかりません。何事も前向きにとらえて成長したいですね。

個個港学舎 舎長 八木貴子



学習状況のお知らせ

年の初め、また学年の締めくくりです。もう一度自分を見つめ学習の仕方を考えて目標を立てみましょう。時間の使い方は重要です。スマホやゲームの時間は必要以上に多くないですか？

学校や塾の宿題などは丁寧にできていますか？授業に来るときは自習も併せて考え時間に余裕をもって来てください。

受験生！クリスマス、お正月も返上して勉強した成果を発揮してください。「継続は力なり」です。



八木家の食卓

おせち料理に対してハーブ(ローズマリーなど)、ニンニク、岩塩で焼いたラムチョップは、和食とは対極にある味わいです。



ラム肉には、脂肪燃焼を助けるアミノ酸の一種「L-カルニチン」が豊富に含まれています。またラムチョップは凝った料理にしなくとも、焼くだけでメインディッシュとしての華やかさが出ます。

◆クレイジーソルトを作る:至福のラムチョップ◆

材料(4人分) ◆ラムチョップ:8~10本、クレイジーソルト: 適量(少し多めが美味しいです)、オリーブ油: 大1、ニンニク: 1片(つぶしておく)、(あれば)ローズマリー: 1枝(香りがさらに引き立ちます)

作り方 ◆①肉を常温に戻す(重要!) ②ラムチョップの両面に、クレイジーソルトをまんべんなく振りかけ軽く叩いて馴染ませる。③フライパンにオリーブ油、ニンニクを入れ、弱火で香りを立てます。④ラムチョップの「脂身の厚い部分」を下にして立てるよう置き、中火で脂をカリッと焼き色がつくまで溶かし出します。⑤お肉を倒し、片面を2~3分ずつ焼きます。表面に美味しい焼き色がつき、指で押した時に弾力があればOKです。⑥アルミホイルを被せて



3~5分ほど休ませます。これでジューシーに仕上がります。付け合わせは野菜のグリルなどお好みでどうぞ。

1月8日八木家メニュー

◆かながわの景勝3◆

◆「城ヶ島」の水仙◆

城ヶ島に行きました。三浦半島の最南端に突き出した城ヶ島は、荒々しい断崖絶壁と穏やかな相模湾のコントラストが美しい、自然豊かな景勝地です。



◆この島は、四季折々の

表情を見せますが、一年で最も凛とした美しさに包まれるのがこの時期、冬の「水仙(スイセン)」の季節です。(画像は2026年1月7日でまだ少し早い) 県立城ヶ島公園を中心に咲き乱れる、約30万本もの水仙です。ここで見られる水仙の多くは、ふくらとした花びらが重なり合う「八重水仙(ヤエスイセン)」で、一般的な一重の日本水仙に比べ、見た目が非常に華やかで、ボリューム感があるのが特徴です。1月上旬から蕾がほころび始め、中旬から下旬にかけてピークを迎えます。公園内の



遊歩道沿いは、海風で斜めに生えているクロマツとのコントラストを楽しく感じます。海風が強く吹きますが、時折、風が弱まったときに水仙の甘く清々しい香りが漂いました。それは訪れる人々を一足早い「春の予感」で包み込みます。訪れた日は水仙まつり(1/12~2/8)に向け庭師さんたちが公園の整備、松の選定作業に追われていました。

◆その日は薄曇りでしたが、相模湾の向こう側にそびえる富士山を驚くほど間近に感じました。雪を頂いた真っ白な富士山、深い藍色の海、そして緑の松の足元に広がる純白の水仙。潮風の中の色のコントラストは厳しい冬の美しい光景でした。

◆2020年に新しくなった「安房埼(あわさき)灯台」は、三浦の特産である「三浦大根」をモチーフにしたユニークなデザイン。このモダンな灯台と、古くから愛される水仙の競演も、城ヶ島ならではの新しい風景として人気を集めています。日本ロマンチスト協会などから城ヶ島灯台とともに「恋する灯台」に認定されています。

◆城ヶ島の水仙は、三浦半島の雄大な自然の中で、厳しい冬を生き抜く生命の輝きを感じました。お正月明けの清々しい一日に、ぜひその香りと絶景を体験しに訪れてみてください。

