



通信 Oct

さわやかで学習しやすい季節になりました。夏の疲れに負けないよう、しっかり栄養と睡眠をとり、頭には教養を付けましょう。

個個港学舎 舎長 八木貴子

学習状況のお知らせ

学年の後半に入りました。受験生の自習も増え教室は混み合います。自習の予約は毎回、必ず行ってください。

また、次回授業の確認も怠らないように。学校の行事などで変更希望のある時は、担当講師と事前に打ち合わせてから事務局に届けてください。

受験生は志望校の決定や学習方法など、悩むことは何でも相談してください。



◆かながわの景勝10◆

◆大山◆

丹沢の東端にそびえる信仰の山、大山(おおやま)。古典落語の題材にもなっていますが、江戸の昔から「大山詣り」として多くの人々に親しまれてきた聖地へ向かいました。

小田急線の伊勢原駅からバスに揺られ終点の「大山ケーブル」バス停で降り立つと、そこから神社へと続く「こま参道」が始まります。両脇には伝統工芸品の大山コマや名物の大山豆腐を扱う土産物店、味のある食事処が軒を連ねる20分ほどの急な坂道です。階段の踊り場には、こまの模様が描かれていて、どこか懐かしい昭和の情緒を感じます。362段を一気に登るのは辛く、途中の茶店で名物の「冷奴」を頂き一休み。参道を抜け、ケーブルカーに乗り込めば、わずか数分で標高約700mに位置する**大山阿夫利神社**(おおやまあふりじんじや)の下社へと到着しました。その歴史の起源は2200年以上前に遡り、源頼朝も平家打倒のために



挙兵する際、自らの太刀を納めたと伝えられています。境内を少し進むと、薄曇りの中、鳥居の先に大山が見え隠れしていました。ガスのかかった大山はむしろ神秘的で美しく心に残りました。振り返ると、眼下には相模平野が穏やかに横たわり、その先にはキラキラと輝く相模湾と、かすみながらも美しい弧を描く湘南の海岸線を確認できました。晴れた日には、三浦半島や遠く伊豆大島までも見渡せるそうです。江戸の人々も、きっとこの場所で胸を躍らせ、旅の疲れを忘れたのでしょう。



今回は下社までの参拝とし、標高1200mを超える山頂へは向かいませんでした。山頂への道のりは本格的な登山道となるため、挑戦する際にはしっかりとした登山の装備と十分な体力、そして時間に余裕を持った計画が必要です。境内で湧き出る御神水をいただくと、疲れた体にいきわたり、清々しい気持ちになりました。そして相模湾からの心地よい風に吹かれながら、大山の歴史と自然に思いを馳せて、山を下りました。

今回は下社までの参拝とし、標高1200mを超える山頂へは向かいませんでした。山頂への道のりは本格的な登山道となるため、挑戦する際にはしっかりとした登山の装備と十分な体力、そして時間に余裕を持った計画が必要です。境内で湧き出る御神水をいただくと、疲れた体にいきわたり、清々しい気持ちになりました。そして相模湾からの心地よい風に吹かれながら、大山の歴史と自然に思いを馳せて、山を下りました。



八木家の食卓

鮭は、高蛋白、低脂肪なヘルシーな食材です。栄養のバランスがととてもよく、ビタミンやEPA・DHAもたっぷり含まれています。

◆秋鮭のチーズ焼ききのこ添え◆

鮭、きのこ、野菜で見た目もカラフルです。バターで炒めた風味も香ばしく、色々な素材の味も楽しめます。パセリを振るとアクセントになります。

材料(4人分)◆生鮭:4切れ、マイタケ:1パック、シメジ:1パック、玉ねぎ:中1個、バター:大4、しょう油:大2、溶けるチーズ:60g、パセリ:適量、パプリカ(赤、黄):各半分、インゲン:1パック、塩、こしょう:適量

作り方◆①マイタケ、シメジは根元を切り落とし、ほぐす。玉ねぎは薄切りにし、インゲンは半分に、パプリカは4cmのひし形に切る。②フライパンにバターの半量を入れて中火でとかし、軽く塩、こしょうした鮭を入れて少し焼き色がつくまで焼き、取り置く。③フライパンをさっと拭き、残りのバターを入れて、中火で玉ねぎをしんなりするまで炒め、キノコ、パプリカ、インゲンも加え炒める。残りのしょうゆを加え、全体に混ざったら広げて、②の鮭をのせる。④チーズを

散らし、ふたをし、チーズが溶けたら火を止める。器に盛り、好みでパセリをふる。



10月5日八木家メニュー