

大好き！お弁当給食♪

全国に広がっている「お弁当の日」の取り組み。原田小学校においても、自分自身のお弁当づくりに関わることで、食に対する興味・関心を高めること

◎感謝の気持ちを育てることを目的としてお弁当給食を行いました。

自分で手作りひじきかけを作っておにぎりにしたり、卵焼きにソーセージを入れたり様々な工夫がたくさん見られました。

今回は、簡単に作れる「手作りひじきかけ」の紹介をします。給食でも大人気で、ひじきや木くらげが入っており、鉄分・カルシウム・食物繊維たっぷりの栄養満点なお手軽ふりかけです。木くらげの使い道に困るという方にもお勧めです。

もうすぐ春休みです。ゆつくり時間がある休みに、ぜひチャレンジしてください!!

【問い合わせ】 学校教育課

TEL 934-2245



原田小学校のお弁当給食の様子

手作りひじきふりかけ

《材料》12杯分

ひじき	12g
木くらげ	6g
かつお節	4パック (12g)
いりごま	大さじ4
砂糖	大さじ3
しょうゆ	大さじ2
酒	小さじ3
水	小さじ3

《作り方》

- ① ひじきと木くらげを水で戻し、木くらげは1cmくらいに小さく切る。
 - ② 戻したひじきと木くらげを調味料で煮る。
 - ③ 煮汁が少なくなってきたら、ごまとかつお節を入れからませて出来上がり
- ※お好みで一味唐辛子を加えるなどいろいろアレンジしてみてください。



かんたんでおいしいひじきふりかけをぜひ作ってみてください。

宇美町歴史探検

縄文時代の宇美



先月号で紹介しましたように、旧石器時代の人々は石器をつくり、ナウマンゾウなどの大型動物の狩猟をして生活をしていました。旧石器時代の次の時代である縄文時代に入ると、狩猟の対象はイノシシなどの小型動物へ変わります。また、魚釣りや木の実などを採集する生活もはじめます。さらに旧石器時代と最も違う点は、縄文石器がつくられるようになったことです。

町内では、宇美小学校近くにある上角遺跡から縄文石器が出土しています。出土した土器は、縄文時代後期の深鉢の一部分で、今から約3000年前のものと考えられます。また、縄文時代の矢じりや石斧も出土しています。石斧は「扁平打製石斧」という種類のもので、今から約2500年前のものと考えられます。縄文時代の斧は、木を切る他に、スコップのように土を掘り起こす道具としても使われたと考えられています。

平成19年に発見されたこの上角遺跡は、縄文時代の遺跡としては町内初の発見例で、宇美町でも縄文人が活動していたことが証明されたのです。



上角遺跡から出土した矢じり

【問い合わせ】 社会教育課 TEL 933-2600

今村珠算塾

宇美教室 自宅(貴船1-6-1)
(水・木:16時~19時、土:9時~12時)

貴船教室 貴船区公民館(貴船5-1-13)
(月:16時~19時)

代表 今村 安子 TEL 932-5857



人に深く、暮らしにあたたかく。

株式会社まつだ

ハトプラザ宇美 ハトプラザ平成苑
糟屋郡宇美町大字宇美3537-1 糟屋郡志免町志免東三丁目14-18
 TEL 092-932-4444 TEL 092-936-2580

ハトプラザ空港東 ハトプラザ立花
糟屋郡粕屋町仲原2420-1 糟屋郡新宮町夜白六丁目9-17
 TEL 092-957-1194 TEL 092-963-1000

あんしん サポートシステム **M CLUB** (エム・クラブ)