

どげんき通信

第 3 2 号
平成 2 6 年
(2014 年)
3 月 1 日発行



みなさんおげんきですか！店長のかがみです！

先日まで開催されていた冬季オリンピックピックではたくさん感動をしましたが皆さんはどうでしたか？

特に、最年長四十一歳のジャンプの葛西選手は、個人で銀、団体で銅メダルとなり、ものすごく感動しました。葛西選手はなにが凄いかというと、年齢もそうですが、きらびやかな裏側には相当な苦勞をしているのです。

葛西選手は、貧乏な家庭に生まれました。両親と兄弟三人の五人家族ですが、母は子育ての為に必死で働いて育てました。しかし、九三年に

妹が難病になり、また、九七年に家を放火され母が火傷で亡くなりま

す。入院中の母が息子に手紙を書いています。

「いまこの時を頑張れ。絶対おまえは世界一になれる。おまえがどん底から這い上がってくるのを楽しみに待っているよ。」葛西選手は、この手紙を読むと大きな力をもらえると云っています。次のオリンピックでは四十五歳になりますが、金メダルを取ると宣言しています。

その葛西選手の原動力は、家族の絆、特に母からすごい影響を受けているのはまちがいありません。

私の子供も、「ママ！ママ！」ばかりいって、私の方には、近寄ってきません。ちょっとさみしいですが、母は偉大ですね。

お弁当屋として家族の絆には勝てませんが、おふくろのような、向こう三軒両隣の想いで、まごころをこめたお弁当をお届けできるように頑張ります！そして葛西選手のように何歳になってもチャレンジし続けたいです！



おぼろ月夜

作詞 高野辰之
作曲 岡野貞一

菜の花畠に 入日薄れ
見わたす山の端(は) 霞ふかし
春風そよふく 空を見れば
夕月かかりて にほひ淡し
里わの火影(ほかげ)も 森の色も
田中の小路をたどる人も
蛙(かはづ)のなくねも かねの音も
さながら霞める朧月夜

作詞者の高野辰之は長野県豊田村(現在の中野市)に生まれ、隣の飯山市で小学校の教師をやっていた時期がありました。その時に飯山市で見た菜の花畑が印象に残り、この歌を作るきっかけになったと言われています。

以前こちらで紹介した「ふるさと」もこのコンビの作詞作曲。たくさんのお名曲を残しているのですね。

旬の食材

「小松菜」



東京生まれの緑黄色野菜の小松菜。明治時代に入ってから本格的な栽培が始まりました。東京の下町「小松川」がその名前の由来です。関東では冬を代表する青菜で、かつては関東の雑煮に欠かせないものでした。

今では1年中生産されていますが小松菜の旬は12月から2月ごろ。特にひと霜降りたあとの味は格別で、葉肉が厚く柔らかくなり甘味が増すと言われています。ホウレンソウよりアクが少なく、食しやすい青菜です。小松菜は関東の地場野菜ですが、似たような青菜は全国各地にあります。それぞれ地域独自の名前で親しまれており味や見た目に違いがあります。例えば寒い地方ではウグイスが泣き出すころに採れるので「うぐいす菜」、冬や春以外には「はぐれ菜」などと呼ばれている地域があります。

3月27日昼食

春の天ぷら弁当



日増しに春めいてまいりましたが、皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。

今月は、春の訪れを感じさせる食材「菜の花」を使った「菜の花かき揚げ」をメインとした「春の天ぷら弁当」をご用意致しました。

天ぷらはご高齢の方でも食べやすいように、衣をやわらかく仕上げております。

春の彩りに満ちた美しいお弁当を、是非お召し上がりください。

◇お品書き◇

- ・菜の花かき揚げ ・海老天ぷら ・オクラ天ぷら ・ひじきの煮物 ・おさつ甘露
- ・わさび菜おひたし ・小女子の佃煮 ・しそ漬け大根 ・ごはん

発行・お問い合わせ

宅配クック 123 豊川店

56-3005

56-3006



ご意見・感想等もお待ちしています。宅配クック123豊川店をよろしくお願いたします。

【編集後記】毎日「寒いですね」が挨拶代わりです。ここを超えればきっと暖かい春が待っていますよ(笑)

今月は特別弁当に登場の菜の花を中心にイラストと歌を選びました。豊川からも近い渥美半島の田原市菜の花まつりに代表されるように栽培が盛んな花です。配達先でもよく見かけ、春が待ち遠しくなります。早く暖かくなるといいですね。