

おすすめ **学校給食レシピ**  
～あぶらみそ丼～

監修 学校給食センター栄養教諭



今日は吉見町のB級グルメ「あぶらみそ丼」を紹介します。あぶらみそは、ナスを油で炒め、味噌と砂糖で味付けした料理です。お隣の吉見町では、このあぶらみそを使った料理がおふくろの味として伝わっています。あぶらみそは新潟県や長野県など、各地で郷土料理として食べられているそうですよ。

ではここで、ナスのことわざや慣用句を紹介します。「秋なすは嫁に食わずな」や「一富士二鷹三なすび」などが有名ですが、こんな言葉もあります。「ナスの花と親の意見は千に一つも仇がない」仇とは無駄になることを言います。ナスの花は必ず実になるように、親の意見も必ず役に立つものだ…という意味です。「うるさいなあ」なんて言わずに、耳を傾けてみてはいかがですか😊

材料(4人分)

豚こま肉	240g	味噌	30g (大さじ1と2/3)
タマネギ	120g (小1個)	砂糖	9g (大さじ1)
ナス	90g (中1個)	酒	6g (小さじ1)
ニンジン	70g (1/2本)	しょうゆ	6g (小さじ1)
ネギ	60g (1/3本)	サラダ油	6g (大さじ1/2)
ピーマン	30g (1個)	ショウガ	5g (小さじ1)

～作り方～

- ①ショウガはみじん切り、ネギは小口切り、ニンジン短冊切り、タマネギはスライス、ピーマンは半分に切って種を取り、5ミリ幅に切る。ナスは半月切りにして水にさらし、ザルにあげる。味噌と砂糖に水大さじ2を入れて混ぜ合わせておく。
- ②フライパンに油を熱し、ショウガ・豚肉・酒・しょうゆを入れて色が変わるまで炒める。
- ③ニンジン・タマネギ・ナス・ピーマンの順に入れて、その都度炒める。
- ④①で合わせた調味料とネギを入れて炒め、ふたをして味を染みこませたらできあがり！ごはんのにせて、あぶらみそ丼にしてください。

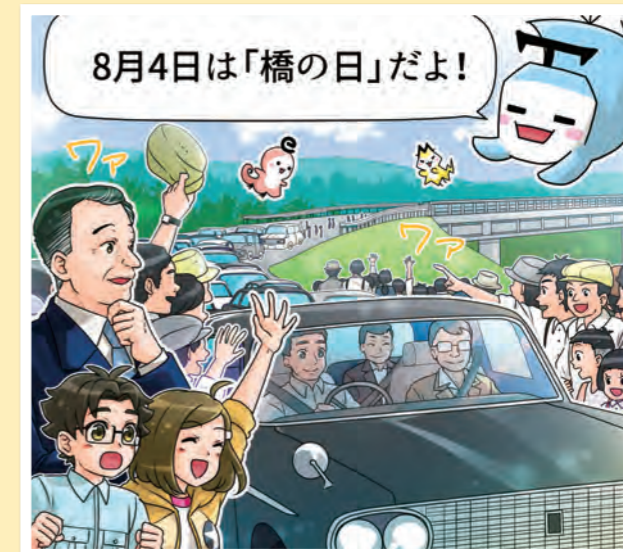
問 学校給食センター ☎22-0741

梶田先生と振り返る思い出の一コマ Vol.5

1963(昭和38)年8月、東松山橋が開通しました。東松山警察署から高坂方面へ向かう旧国道407号(現在は市道)の都幾川に架かるこの橋は、産業文化の発展に寄与するだけでなく、時間の節約や交通事故の防止につながると期待され、多くの市民が待ち望んでいました。完成までに3年の歳月を要し、総工事費は約1億4千万円でした。

8月29日の落成式には、200人以上の関係者が参列したよ

唐子橋にう回していた大型車両の通行が可能になったんだよ!



キャラクター紹介

市内の小・中学生に配布された学習漫画「漫画でわかる 梶田隆章先生とニュートリノ」のキャラクターたちです。

ニュートリノ三兄弟



梨花(姉)



歩(弟)



梶田隆章先生



東松山市生まれ。東京大学宇宙線研究所所長・教授。1998年にニュートリノ振動の発見を発表。2015年にノーベル物理学賞を受賞。

コアラ通信

学習用端末を使用した授業



「GIGAスクール構想」の一環として、野本小学校で学習用端末を使用した授業が行われました。3年生の授業では、学習用端末の機能を生かし、解答を即時集計したグラフ等を画面に表示し、先生の解説を加えて分かりやすく伝えたり、1人ひとりの意見に「いいね」の評価をつけたりと、児童が積極的に参加しているスピード感のある授業を展開していました。

子ども達に感想を聞くと「パソコンを使うとみんなの意見も見ることができて面白い」等と答えてくれました。



野本小学校

ちょっとより道

東松山橋(高坂)



交通: 東武東上線「高坂駅」東口から徒歩約12分  
所在地: 高坂667番地ほか

東松山橋は市内を流れる都幾川にかかる橋長272メートル、8径間のPC(プレストレスト・コンクリート※)橋です。幅員は歩道部分を含め8.25メートルあります。

東松山橋ができる前、この付近で都幾川を渡るには、大雨のたびに近隣にあった高坂冠水橋が通行不能となると、上流にある唐子橋にう回するなど不便な状態でした。東松山橋の開通で、その不便さを多くの市民が解消できました。2007(平成19)年、東側(下流)に国道407号東松山バイパスの新東松山橋が開通したことで、市道となりましたが、今でも東松山市の欠かせない橋のひとつです。

8月4日は「橋の日」です。歴史ある東松山橋を歩いて渡ってみませんか。



建設中の東松山橋



現在の東松山橋

※プレストレスト・コンクリート(prestressed concrete)…あらかじめ応力を加えたコンクリート材