



ふつう、お昼でも夜でも

なにつくろうかなって思ったら

まず季節を思うこと。

自然が教えてくれるもの。

昔の人に倣うこと。

知恵のある昔の人がつくった食べもの。

もうすでに食べるべきものは、

なにも考えなくても

決まっているのです。

それがふつうのもの。

さて料理しようと思ったら、

家族を思うこと。

家族の調子はいいか。

調子が悪いか。

家族は元気か。

大丈夫ならなにも

工夫はしなくてもいい。



どい・よしはる◎料理研究家。長年にわたる経験を基に、伝統を重視しながら自由な発想で料理を提案。毎日食べても飽きることのない“持続可能な”家庭料理のあり方を追求している。

「汁一杯でよい」といって提案の本、貸し出します。

子どもの頃に七夕の頃

ぐつと気温が上がると

つくつてくれたおそうめん。

盛りりのなんきん、なす……

みずみずしい野菜。

おいしいもんは、

おいしく食べないともったいない。

ふつうのものをおいしく食べる

暮らしては、豊かで美しいもの。

ねつ、びつくりするほど

おいしいでしょ。

土井善晴

いつもハレの日みたいに
おごりぞく作りだしても、
意気込まずに、大妹と
土井先生は、言われます。
メインから料理を考
えるのでなく、レシピにとらわれ

ることなく(そちらから考えると料理するのが苦しい)食べられるように
あることが大事。家庭料理は子どもの位置所を作ると言われます。
たっぴ家庭全員で食べられなくても、一人で食べられなくても、なら
なくても、そこに、午をかけた家庭料理があれば、子どもは満足して
食える。『いんげん(野菜)をこらしてゆでる』と言われました。
こらしてとは、心をこめる
一生懸命なこと

旬の食べものは
たくさん出まわし
栄養があり
安い。



くおんだより 7月 No.1

梅雨あけのような☀️が続きますが、いつ強い雨が降るか
油断はできません。シトシト雨は少なくなりゲリラ豪雨と呼ばれる
雨。異常な暑さ、地震もあり。私たちの思いのすみっこに
地球、大丈夫?という思いがあります。地球に住まわせてもら
っている私たち、思いを深めていかなければなりません。

7月の行事予定

- 7.8日(木・金)ニ中体験学習・3名
- 15.16日(金・土)年長見おとまり保育(美里町・かじか)
- 27日(日)誕生会
- 28日(休)御命日
- 10日(日)参議員選挙の会場になります。

7月の土曜日は希望保育は2日と30日です。担任にお知らせ下さい。
6/24 歯科検診を休まれた所は、さくら歯科に連絡して日時を
きめて下さい。歯科の健康診断票をお渡しいたします。

月曜日は、シートシートのチェックの日です。水分補給が
今より、多くなります。安心してゴクゴク子どもたちが飲める
よう(子どもたちは、家の方が入れてくれた水分は、何のためらいも
なくゴクゴク飲みます)清潔にお願いたします。



7-ヨン(玄関に置いてある月刊誌)
貸し出いたします。じっくり読む時間とか
ないかしませんか、TV、ビデオ、YouTubeなど見事に、
ちよと見てほしいページがあります。(感心は、人それぞれですが…)
深い所に気づくかも…
玄関の消毒でシュツと拭きふきして、返されて下さい。



ニイニイゼミが鳴き出しました。