

魅力発見！

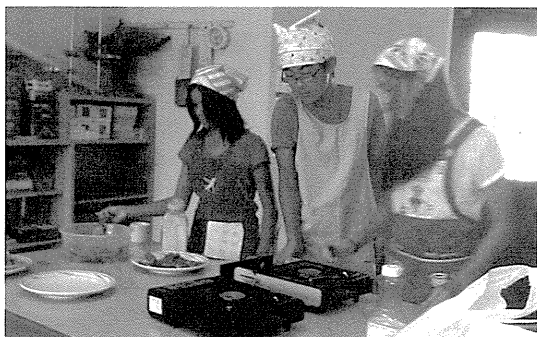
グアム日本人学校・家庭科調理実習編

みなさんが小中学校の記憶を辿って思い出すのはどんなシーンですか？修学旅行、遠足、運動会、文化祭、理科の実験、調理実習などでしょうか？その多くが現地校にはない日本の学校ならではの行事や教育方法だということをご存知ですか？

現地校から日本人学校へ転校した子供達にとって、日本人学校のカリキュラムや行事は驚きの連続で、嬉しいカルチャーショックもたくさんあるようです。グアム日本人学校では文部科学省の指導要領に基づき授業を行っています。つまり、みなさんが数十年前に日本で受けた教育プログラムの延長線上にある似たような授業が今も行われているのです。

たとえば小学校高学年になると、みんなでスクランブルエッグなどの朝食、みそ汁、カレーなどを作る調理実習があります。男の子も女の子もエプロンに三角巾持参で登校する日は、いつもにも増してルンルン気分。「今日はお弁当当らないよ！」とお母さんに伝える子供の声も弾んでいます。チームに別れて、仕事を分担して、教科書に載っているレシピを確認しながら、共同で調理をします。みんなで作った料理は、どこで食べたカレーよりも美味しいと子供達は自画自賛！

家庭科では衣食住に関わる基本的なことを教えます。食品の分野では包丁の扱い方や野菜の切り方、計量の仕方や後片付けまで。大人にとっては当たり前の作業ですが子供にとっては未知の作業。ご家庭では教える時期や教え方について躊躇することもあります。日本人学校では理解できる年齢を見極めて正しく教えてくれます。「子供が左利きで、自宅では旨く教えられなかったので助かりました」「最近週末には自分で朝ご飯を作るようになりました」などお母さんの評判も上々です。編集委員 川端 真穂



グアム生活の知恵



～代替ミルクとして人気爆発！アーモンドミルク～

アメリカで大人気の低カロリー、低脂肪、コレステロールゼロという「アーモンドミルク」が日本にも上陸し、代替ミルクとして目下人気爆発中だそうだ。このアーモンドミルクは良質のたんぱく質、ビタミン、ミネラル、カルシウム、鉄分、フラボノイドなどを含み、ガンや心臓病の防止に役立つというヘルシー食品。ミルクにアレルギー体質の人にもオーケーだし、おまけにフラボノイドが老化現象の進行を遅らせてくれるというからうれしい。ほんのりとした甘味があるので、シリアルに最適で、コーヒーに入れればアーモンドフレーバーが楽しめる。また、クッキーを作る時のミルクの代用としても使用できる。ただし、お値段はミルクより割高なので、自家製アーモンドミルクを作ってみてはいかが？



「材料」

- ・生のアーモンド (1カップ)
- ・水 (3.5カップ)
- ・バニラビーン (1粒)
※みじん切り (もしくはバニラエッセンス、小さじ1)
- ・シナモンパウダー (小さじ1)
- ・塩 (1つまみ)

【作り方】

1. アーモンドを水に入れ、ラップをし、1～2晩ふやかす。
2. ふやかしたアーモンド、水3.5カップ、バニラを2～3分ほどミキサーにかける。木綿袋などを使い3～4分ほど時間をかけて水分を切る。
3. ミキサーを洗い、漉したアーモンドミルクを再び入れ、シナモンパウダーを加え10秒ほど攪拌する。
4. アーモンドミルクを容器に入れて出来あがり！
蜂蜜やメイプルシロップを少量加えるとほんのりとした甘味が加わります。 S.W.

【ウェスティン キッズサマーキャンプ 訂正】

- ◆開催日及び時間：期間【6月10日～8月23日】
月～金 9:00am～5:00pm(誤) ⇒ 8:00am～7:00pm(正)
- ◆対象：6～12才
- ◆費用：\$ 150/1day \$ 350/3Days \$ 570/5Day (誤)
⇒180ドル/1week、700ドル/4weeks (正)
- ◆申し込み先：ハーモニーキッズ (☎649-4467) 又は、
hmkidsguam@teleguam.net 期間：6月10日～8月23日
*料金にはキャンプTシャツ及び期間中、毎日のランチとおやつを含みます。

SAGANO
Japanese Restaurant

嗟峨野

【嗟峨野】居酒屋ナイト

土曜の夜は嗟峨野の居酒屋ナイト!!

本格炭火焼焼き鳥、鶏皮、砂肝、レバー、鴨のつくねと、懐かしい日本の焼き鳥が勢ぞろい。

通常のメニューに追加で、90種類の居酒屋メニューをご用意しております。

ご家族、お友達と嗟峨野でのお食事をお楽しみください。

Onward Beach Resort

ご予約・お問合せ
Tel:(647)7777(内線4413)