

ざんぐり



1月31日ミニ講座 ようこそ水族館へ

・ 王林院を訪ねて 報告 作務・座禅・抹茶体験 2、3	・ 特別講演会 報告 「最も簡単に幸せになる方法」 9
・ ようこそ動物園へ 報告 4、5	・ 新春バス研修旅行 和歌山方面 報告 10、11
・ 人生100年フェスタ結果報告 6	・ ようこそ水族館へ 報告 . . . 12、13
・ 目標歩数歩こう会 結果報告 7	・ Small talk room 14、15
・ 特別講演会 報告 「ブラックホール って何だろう」 . . . 8	・ 事務局便り（行事へのお誘い） . . . 16

2024年11月21日(木)

「新規講座 大徳寺塔頭「玉林院」を訪ねて」の実施報告

作務(掃除) 座禅 茶席の体験

肌寒さを感じた昨日までのお天気とは打って変わり、穏やかな晩秋の日となる。小春日和とはこのことであろうと思いつながら、講座を開催するにあたり幸先の良さに安堵の気持ちで、朝露に濡れる草木を眺めながら静かな参道を玉林院まで歩いた。

石畳を歩き唐破風付きの玄関廊から寺内に入ると、緑豊かな苔むした庭と広縁のある檜皮葺の本堂が目に入った。森閑とした空気に包まれながら、これから始まる講座に期待を寄せ、静かに本堂へと歩く受講者の姿が見られた。

先の住職の奥様である森雅子様より、ご挨拶と重要文化財等への配慮などの諸注意をしていただき気持ち新たに講座を開始した。

作務は、班分けをしながら参加者21名が、本堂庭掃除、洞雲庵、南明庵、本堂廊下拭きと4か所に分かれ、寺のボランティアの方にご指導をしていただき作務(掃除)を始めた。



竹ぼうきで苔の上の落ち葉を掃いていく作業を、皆さん慣れた手つきで進められ、気持ちを込めて掃き清めていくうちに美しい苔の景色が蘇ってきた。また、雑巾での本堂廊下の拭き掃除も手際よくされ、時間内に終わることができた。本堂の広縁で小休止をし、作務という仕事を終え、清々しい気持ちで奇麗になった庭を眺めた。南向きの広縁は、暖かな日差しが降り注ぎ、穏やかな時間を皆で共有することができた。



小休止の後は、2班に分かれて、30分の座禅と茶席の体験をした。

座禅は、今の住職の玉雲和尚様からご指導を頂く。本堂内で向かい合わせに座り、半眼に目を開き静かに座を組む。凜とした空気の中、静寂の時間が流れる。風に揺れる木々の音や、野鳥の音が聞こえる。無の境地までは、なかなかいかないものの自然と一体になりながら、その空気の中に身を置く体験は初めてであり、ふとした時間に一瞬でもよいから座禅をして過ごすことの喜びを住職は教えてくださった。



2024年11月15日 受講者19名

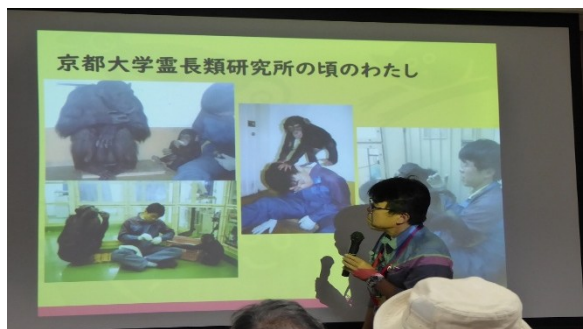
「ようこそ動物園へ 3」実施報告

講師 京都市動物園 副園長
(兼 生き物・学び・研究センター長)
田中正之氏



今回で3回目の「ようこそ動物園へ」です。大半の人が、複数回の参加でした。

SKYの情報誌にも掲載されている「いのちかがやく動物園」の取組についてお話を伺い、その後、動物達の生態等の解説を聞きながら園内を散策しました。



国際自然連合からの「霊長類に関する適切な画像配信のためのガイドライン」で動物と一緒にの写真は禁じられています。昔、チンパンジーと一緒に映した写真はOKですが、今、飼育員とでさえ触れあっている写真はNGなのだそうです。

動物園での、ふれあい広場では、時間も人数も動物の種類も制限して行っているそうです。これらも、動物福祉の一環です。

1903年に日本で2番目に開園した京都市動物園は昨年120周年を迎えました。開園当時の写真の東山連峰は、木々の間にすき間が多く、人々がたきぎ等、生活資源として使っていたのです。しかし、現在は木々が生い茂り、下草の処理も行われていないため、鹿や猪が生息して、山に入れなくなったそうです。

京都市動物園は疎水の側にあります。疎水の水はカバやペンギンのプール等の他、120年前から動力無しで動く噴水などに使われています。空地のように見える処には、大雨対策の為雨水を貯める設備が埋設

されています。

キリン舎では、間にフェンスがあり、オスとメスは強制別居（繁殖制限）です。自然界では、草食動物は肉食動物に襲われる危険性が高いため繁殖力が強いのです。キリンの妊娠期間は14ヶ月。赤ちゃんはある程度大きくなって(50kg・180cm)生まれます

フラミンゴ舎のフェンスの後方には、鏡が張られています。フラミンゴは大きな群れを作って行動します。鏡に写るフラミンゴを仲間だと思い、安心させるのに役立っています。鏡に写る姿が自分であると認識するのは、知能の高い種に限られているそうです。

フラミンゴの餌に赤い色素を含むペレットがおりてあります。自然界では、赤いエビや、ケイ藻類を食べると赤い色になります。フラミンゴの赤い色はフラミンゴにとっては重要な要素なのです。



近年、飼育技術の向上で長生きする動物が増えました。

アカゲザルの「イソコ」は43歳まで長生きし、ギネスにも掲載されました。サルの平均寿命は20歳くらいです。

「イソコ」の晩年は老化が進み、一人では何もできない状態だったそうです。

ヨーロッパでは、安楽死という考え方もあるそうですが、日本では、その考え方は馴染まない風土があります。動物（人間を含む）の尊厳死は、難しい問題です。



取り壊される予定のサル島

今までのサル島は、老朽化が進み、電気も止まり、近年の暑さや寒さにアカゲザルの住居環境には適さず、来年には、解体されることが決定しています。

霊長類の住居には、自然の樹木が植えられています。植えては抜かれ、又、植える、又、抜かれる、その繰り返しで、緑の住処になったそうです。

チンパンジー舎では最近、前のボスの息子が新しいボスとなりました。前のボスは意気消沈しているかと思えば、優和でおだやかな顔になったとか・・・
群れの責任から逃れたからでしょうか。
人間にもいえることでしょうかね。



ゴリラは日本では、20頭。そのうち4頭の家族が京都市動物園で飼育されています。息子のゲンタロウは、13歳。そろそろ独立を考えなくてはならなくなり、その独立先を探しているそうです。



マレーシアから来た最年長の1頭の象にラオスから来た4頭が加わり、オス1頭・メス4頭の複数頭の群れになりました。群れになったことで、最年長の象は運動量が増えて健康体になったそうです。自然界では、群れで生きている象。群れで生きること新しい発見があるそうです。今の象舎の広さでは、オス1頭が限界です。オスの象は、その牙で、メスを威嚇し、自分の強さをアピールして、繁殖に持っていく。象の妊娠期間は、22ヶ月。赤ちゃんは100kgで、4～5年で1トン近くになります。

動物園にとっての、最大の懸念事項は、鳥インフルエンザです。一羽でも見つければ、即、閉園。再開園までには、かなりの日数を要するそうです。その為、鳥類の上には、すべてネットで覆われています。

動物にとって、より良い空間を創ること、それが「動物福祉」であり、「いのちがやく動物園」なのです。



SKY人生100年フェスタR6に出展して

フェスタ準備委員会



令和6年11月9日・10日に京都市勧業館みやこめっせで行われた“人生100年フェスタ”に出展しました。約40枚のパネル展示とダーツを使ったゲームコーナーを設定しました。



“ざんぐり”“京都見聞・こぼれ話”“入会案内”等を配布し、同窓研への入会を勧誘しました。“ざんぐり”に掲載した、粗品引換券を持参された37名の方には“アロマオイル”を進呈。ダーツゲームには、およそ140名の方が挑戦。フェスタに参加されていた高校生や小さな子供たちも挑戦！強く投げすぎても、弱くても当たらず、皆さん苦労されていました。もちろん、ど真ん中の的中された方も・・・景品は、駄菓子やウェットティッシュ（意外にもウェットティッシュが人気でした）



アロマオイル



お菓子



約40枚のパネルでは、同窓研の各イベントの紹介

- ☆見聞コースの各社寺での法話や
寺社内の案内の様子
- ☆研修旅行のいちご狩り・徳川園の食事
- ☆健康福祉の嵯峨野の千手観音石仏や
健康ウォーキングの様子
- ☆地域活動の天岩戸の入口に立つ様子や
薬草園での様子
- ☆研修講座の植物園・動物園・科学センターでの担当者による詳しい解説の様子



特設の“わくわくステージ”では、カラオケ・楽器演奏・腹話術等々の各サークルの日頃の練習の成果の発表が行われていました。チアサークルの女の子達のダンス

“BLING-BANG-BANG-BORM”は可愛かったです。

SKY サークル体験では、パソコンお絵かき・茶道のお点前・囲碁等々の体験ができました。“高校生横丁”の新鮮な野菜・お茶・鉢植え等、真摯な説明に思わず購入。お抹茶や煎茶もいただきました。

大抽選会・会員抽選会もお楽しみの一つです。スタンプラリーの用紙を持って、会場内を右往左往。目指すは一等賞！！楽しい2日間でした。

第52回 目標歩数歩こう会の結果報告



2024年10月～11月の2ヵ月間に亘り「目標歩数歩こう会」を実施し致しました。12名の方より貴重な実績報告をいただきました。皆様ありがとうございました。

目標歩数歩を決めて毎日少しでも歩くことで健康を維持し健康寿命を延ばすのが目標です。目標を決めて歩こう会に参加することで自ずと効果が出ています。

次回は4月～5月です。皆様の更なる健康とご参加を期待しています。

順位		合計歩数	1日平均歩数	目標歩数	達成率
1	藤原 史和	934,763	15,324	10,000	153%
2	上地 宏司	775,998	12,721	11,000	116%
3	木村 高志	723,000	11,852	10,000	119%
4	吉野 忠光	711,016	11,656	8,000	146%
5	亀山 みさ子	634,036	10,394	9,000	115%
6	木下 明美	624,982	10,241	8,500	120%
7	古谷 敬子	551,433	9,039	5,000	181%
8	谷川 稔	451,069	7,395	6,000	123%
9	堀井 信一	401,557	6,583	5,000	132%
10	近藤 輝雄	355,367	5,825	5,000	117%
11	中曾 偉人	310,487	5,090	5,000	102%
12	堀 正子	242,972	3,983	3,000	133%
合計		6,716,680	110,103	85,500	129%
平均		559,723	9,175	7,125	129%

今回一言コメントを頂きました。

TFさん：一日一万歩を目標に歩きました。

TKさん：愛宕山登山、大杉谷を抜け山頂へ。表参道七合目付近から保津峡駅へ。激しい上り下り。三万歩越えは年に一回有るか無し。31400歩。

KKさん：10/8にひざを痛めたので歩数が少なかった。

HNさん：目標ギリギリ出来た。

SHさん：目標をもつことがなまけ心をふるいたたせてくれます。ありがとうございます。

歩くって楽しい ♪～♪



まずは準備体操をしましょう!

汗をかいてもかかなくても水分補給を忘れずに!

(健康福祉担当 木村 小林 中曾)

2024年12月9日 特別講演会

「ブラックホールってなんだろう ～最新の研究成果から～」を聞いて

井上 昌幸

京都大学名誉教授・嶺重慎先生の「ブラックホールってなんだろう ～最新の研究成果から～」と題した特別講演会を聞いた感想を報告します。先生は、ブラックホール天文学者で、「京大変人講座」の著書がある「京大の変人」の一人です。先生が研究にのめり込まれた表の動機は、宇宙の「変なもの」を見極めたいから。裏の動機は、ブラックホールは世のため（人のため）、何かいいことをしているはずで、それは何か知りたい、からだそうです。



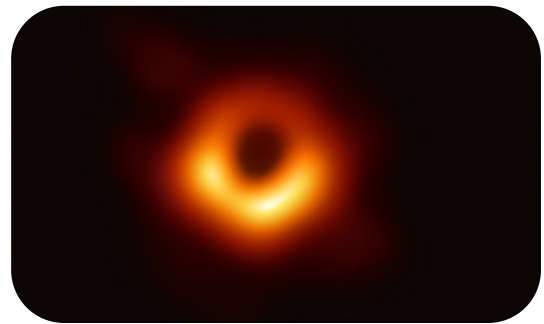
会場風景

天文学者の夢「ブラックホールの写真を撮る」を実現するには、超々高感度の電波望遠鏡が必要です。ブラックホールはあまりにも小さく、月の表面に置いたテレビを地球から見る様なものだそうです。そこで、世界中の天文学者が協力して、望遠鏡をたくさん地球上に置いて、見かけ上、地球全体を望遠鏡にして同時に観測しました。地球の直径に相当する、口径 12,000kmもの超々大型望遠鏡を実現！（8基の電波望遠鏡で数日間データ収集）

そしてついにブラックホールの写真撮影に成功！（2019年4月10日に公表）日本の若手天文学者も活躍したそうです。ブラックホールから光は出てこれられないので、本体の写真撮影は無

理で、影が黒く見えました。また、ブラックホールが回転している様子も撮影できました。万々歳です。結果はすべて100年前に天才（変人）アインシュタインが予想した通りで、天才の偉大さが証明されました。一方、「アインシュタインの理論通りの結果＝アインシュタインを越えられなかった」ことを、残念に思っている天文学者・理論物理学者もいる、との事です。

ブラックホールの不思議な性質について説明があったのですが、地球での現象からかけ離れた世界のことで、理解できないことだらけ。もし人が近づいたら、吸い込まれる？→簡単には吸い込まれない。なぜなら大きな遠心力が働くから。中に何があるか？→入って見ないとわからない。ブラックホールがあると、光がぐるぐる回り続けて、自分の背中が見える。ブラックホールは超高速のすべり台、などなど。



M87ブラックホール（国立天文台HPより）

嶺重先生の裏の研究動機「ブラックホールは何かいいことをしているはず」の答えがでるのはまだまだ先のようです。

講演会が終わり、ブラックホールの非日常世界から抜け出て、無事に現実の世界に戻りました。

*「ざんぐり」をカラー化したお陰で、ブラックホールの明るいカラー写真を皆様に紹介することができました。編集者に感謝します。



特別講演会 『最も簡単に幸せになる方法』を受講して

日 時： 2025年2月3日（月）14：30～16：00

講 師： 京都文教学園学園長 平岡 聡 先生

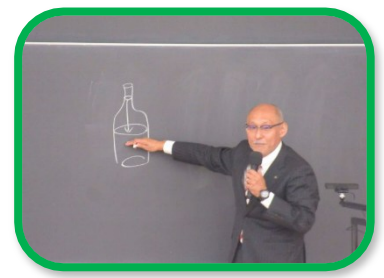
今年の冬は北海道、東北、北陸地方を中心に記録的な大雪になっているようです。加えてインフルエンザ、新型コロナが流行し始めていて薬の不足が指摘されているようです。

今回は SKY シニア大学の特別講演会『最も簡単に幸せになる方法』に出席しました。場所は向島にある京都文教大学弘誓館 G101 教室（総勢 500 名収容できる）でおよそ 400 名弱の参加がありました。



人間は自分の都合によって善悪を決める。物の価値も自分勝手にきめる。なので幸せの感じ方は主観的であると。幸せのあたり前基準を考えた時に幸せを感じるのは最悪の状態を脱出した時なのか、或いはもっと上があるのではないかと、あたり前基準がどんどん上に行く（変化する）。先生は具体例を幾つも紹介しながら会場の皆さんに何度も声掛けされたりユーモア交えて説明された。

🌸 仏教学では、「一切皆苦」と言って最悪の状態を基準にするので、これを少しでも脱出すれば幸せであると。当たり前の



基準を応用しているのが映画、ドラマで勧善懲悪で最後はハッピーエンド、テレビショッピングで次々と値段を下げて（安く買えたと思って）買った人はハッピー。

🌸 講師は京都文教学園学園長の平岡聡先生で専門は仏教学、なので少し緊張感がありました。

先生はスーツ姿で身長 183 cm で堂々の体躯、声も眠気を覚ます大きな声でした。27 歳のとき米国留学 2 年されたそうです。



🌸 結論から言えば幸せになるには何事にも感謝を忘れない、ものの見方を変える（逆転の発想）と幸せは味わえる。先生も学園長の立場ではストレスも小さくないが、感謝の積み重ねで幸せもあると。

最後にコロナ禍の時はリモートばかりで、本日こんなに多くの方の前で授業出来たのは大きなよろこびであると。

先生が一番幸せを感じておられる様でした。これから常に逆転の発想で幸せを捕まえていきたいと思います。長時間ありがとうございました。

🌸 表題の『最も簡単に幸せになる方法』について一円も使わずに、考え方を仏教学的に変えるだけで達成できると。幸せとは何なのか

「空の思想」般若心経の色即是空、空即是色で、これは物事には実態が無く無色透明なものであると。



文中曾 偉人

新春バス研修旅行 1月24日

和歌山方面新春参拝と工場見学に参加して



元栄 隆仁

今日は真冬とは思えないほどの陽気で絶好の旅行日和となりました。バスはほぼ満員 55 名の参加者を乗せて、一カ所目の工場見学先の月化粧ファクトリーを目指して近畿自動車道を経由し、一路泉州路を南下(途中岸和田サービスエリアで休憩)して阪南市の工場に 10 時 40 分頃に到着しました。



工場に入る前に、シアタールームで「みるく饅頭月化粧」の作り方の面白クイズを織り込んだアニメーションを見て生産ラインの見学になります。ガラス越しに月化粧が出来上がる様子を間近に見ることが出来ました。整



「月化粧ファクトリー」製造工程見学

然と流れてくる月化粧をすぐにでも食べたくなりました。製造工程見学のあと、出来立ての月化粧を試食しました。出来立ては餡が温かくしっとりしてバターやミルクの上品な甘みがサクッと焼かれた皮にマッチして絶妙な味わいでした。やはり饅頭は出来立てに限る、なんちゃって「笑」。試食後は工場の思惑どうり、皆さん、沢山のお買い上げがありました。

然と流れてくる月化粧をすぐにでも食べたくなりました。製造工程見学のあと、出来立ての月化粧を試食しました。出来立ては餡



焼きあがった「みるく饅頭月化粧」



この後、紀ノ川を超えて和歌山市に入り紀伊の国一之宮である日前神宮(にちぜんぐう)



日前神宮の鳥居を抜けて

んぐう)にむかいました。ここは、創建 2600 年を超える由緒ある神社で、日前大神(ひのくまおおかみ)と國懸大神(くにかかすおおかみ)の祭神をそれぞれ祀る二つの大社(ご神体は銅鏡)が存在しているのが特徴で、両神宮の総称を



今年も良い年で有りますように

日前神宮(にちぜんぐう)とし、親しみを持って呼ばれています。現在の社殿等は 大正時代に改修されたものですが、鎮守の森に囲まれた境内は静寂で凛とした気の流れを感じました。両神宮に参拝し、良縁と家内安全を祈願して御参りは終了。



12 時 40 分頃に昼食場所「紀三井寺はやし」に着き、鯛尽くしの「紀州鯛御膳」をそれなりにおいしくいただきました。食前のビールは、五臓六腑に染み渡るほどうまかった。



紀州鯛御膳



食事を早々に済ませて紀三井寺に参詣しました。本堂は山の中腹にあり、ケーブルカーか石段を上るかを選択で、231 段の石段を



本堂を目指して階段を上る

上がれば厄除けができるとのことなので、腹ごなしもかねて石段を登りました。境内からは、和歌の浦と穏やかな瀬戸内の海を望むことができます。晴れた日には、淡路島や四国まで見えるとのことですが、春霞のため見えませんでした。また、当寺は桜の名所でもあるので、さくら便りが届くころにもう一度訪れ



紀三井寺本堂

たいと思います。本堂と黄金に輝く日本一の木造千手十一面観世音菩薩像を拝して、帰りも石段を下り無事参詣終了。(疲れた)



14時40分頃にお待ちかねの酒造見学「中野酒造」に着きました。ここは総合酒造メーカーなので、日本酒はもとより多種多様な



「中野酒造」貯蔵タンクの前で説明

アルコール飲料を製造しています。梅酒と日本酒の製造工程の説明後、酒蔵を見学しました。

金属製の貯蔵タンクが並ぶ様子は酒蔵というより工場でした。

この後、お楽しみの試飲です。梅酒(濃厚な甘み)、日本酒(少し辛口)をほんの少しだけいただきました。総合酒造メーカーなので色々な種類が飲めると期待していたので残念です。敷地内の3千坪の日本庭園



期待の試飲が始まります

は池泉回遊式の美しいお庭でした。

16時頃に工場を後にして、帰路に着きました。帰りの車中はビンゴで大いに盛り上がり、楽しい気持ちのまま帰京できると思いきや、好事魔多しとはこのことかと事故渋滞につかまり、20時過ぎに京都駅に到着しました。皆さんお疲れ様でした。

旅のお世話をいただいた役員の皆さん有難うございました。



中野酒造の前で記念写真

“生物多様性を学ぶ”



『ようこそ水族館へ』を開催しました



2025年1月31日(金) 京都水族館

植物園、科学センター、動物園に引き続き「生物多様性を学ぶ」の第4弾として『ようこそ水族館へ』を開催しました。当日は2班に分かれて、京都水族館の河崎副館長の案内・自由観覧で館内の鑑賞後、イルカのがっこうを参加者全員で楽しみました。



そのため鴨川では交雑が進み、特別天然記念物のオオサンショウウオ(在来種)は、10%を切ったと言われ、このままでは絶滅の危機状況だそうです。京都水族館で展示している中で一番大きな個体は全長161センチ、かなりの迫力です。

□京の川 育て！いくらちゃん

サケの保全活動を行う「サケのふるさと由良川を守る会」からサケの卵を譲り受けて、稚魚になるまで飼育・展示し、春に由良川へ放流する活動を行われていました。



□京の川 オオサンショウウオ



国の特別天然記念物であり、「生きた化石」とも「世界最大級の両生類」とも呼ばれるオオサンショウウオ(在来種)は、京都水族館で人気の展示です。京都の川にすむオオサンショウウオのリアルな生態を楽しめる大型展示エリアで、参加の皆さんからも多くの質問がありました。

「サンショウウオは、美味しい？」は本当だそうです。1970年代には食用のため輸入されていて、逃げ出したり、捨てられたため、京都の川で野生化したのが、チュウゴクオオサンショウウオ(外来種)だそうです。

□京の海(大水槽)

京都水族館の海水は、人工海水だそうです。多種多様ないきものが息づく豊かな京の海を再現した大水槽を悠々と泳ぐ魚たちの姿は圧巻でした。近年では環境の変化によって京都の海でみられるいきものが変化している。地球温暖化の影響で温かい海の魚が増えているなど、副館長から漁場現場の状況など環境変化の話伺いました。



□ペンギン

京都水族館のペンギンは、アフリカ大陸の南部に生息するケープペンギン。暖かいところにすんでいる種で、日本では冬が子育ての時期だそうです。ケープペンギンは、一夫一婦制で一度ペアになると一生をともに過ごし



強い絆の象徴ともいわれる。

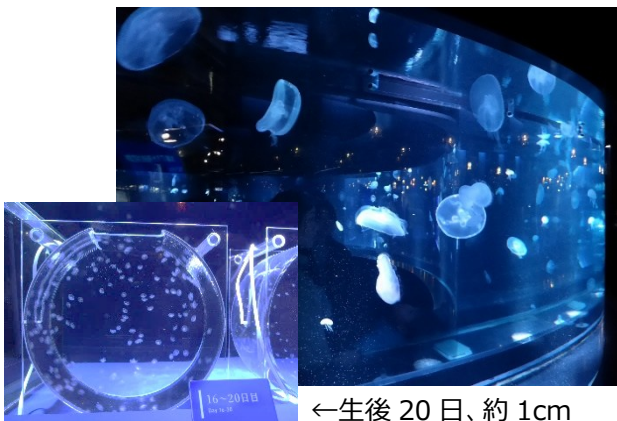
オスも巣作りからメスと一緒に協力しながら子どもを育てます。

子育てにも強い絆を感じることができます。京都水族館では、ペンギンの関係性を一つにまとめた「ペンギン相関図」を制作されています。一羽ずつ違うペンギンたちの性格や個性、親子関係や恋愛事情など、複雑すぎる「ペンギン関係」。中には飼育スタッフとペンギンの関係性も描かれて面白い。



□クラゲワンダー

「癒される」「時間を忘れる」と近年話題のクラゲ。そのゆったりとした無重力感と透けるような体。水中に浮遊するクラゲ、水底に沈んで生活するクラゲ、毒をもつクラゲなど、サイズや色が特徴的な約 30 種がさまざまな水槽で展示されていました。



「京都クラゲ研究部」クラゲの繁殖や育成・研究などの作業を行

うオープンスペース。日々、クラゲと向き合う飼育スタッフの日常作業を見ることができ、スタッフともコミュニケーションできました。



クラゲには脳は無く、食事は傘の縁にある触手から胃の中にとり込みます。クラゲによってプランクトンを食べるもの、魚などを食べるもの、クラゲを食べるものまで食性はさまざまです。

「中華料理のクラゲはなに？」食に関する質問の他、皆さん興味深く質問されていました。

□イルカスタジアム



イルカたちがごはんを食べる様子や、トレーナーとコミュニケーションを取りながら遊ぶ様子など、さまざまな姿をみる事が出来るのですが、他のコーナーに夢中になり、がっこうに遅刻してしまいました。

海洋生物の多様性を学ぶとともに、地球温暖化などの環境問題を知る日になりました。

文：金子 功



60歳定年の時に読んだ本で、ユニークな検定として紹介されていた“お好み焼き検定”のことを知った。この検定の魅力は、単なる知識を試すだけでなく、お好み焼きへの愛を深め、その魅力を再発見でき、家庭でおいしいお好み焼きが焼けるノウハウも取得できることです。

ユニークなのは受験者は、お好み焼き粉、ソースやホッピーなどのお土産が貰えます。



お土産



初級と上級が実施されていて、どちらも受験を申し込むとデータで送られてくるテキストを勉強すれば、ほぼ合格すると思います。



また、上級合格者には、にっぽんお好み焼き協会長（お好み焼き店を開店する人たちが学ぶ、若竹学園の学園長）自ら、焼き方を教えてくれる講習に参加できます。町のお好み焼き店を貸し切って、学園長の焼き方の実演後、自分でお好み焼きを焼き、それをアテに飲み放題の宴会になりました。

この検定を楽しんだとともに、自分でももっと美味しいお好み焼きを作ってみようという気持ちが強くなりました。

美味しく焼く

合格証の裏に、“お好み焼き憲章十ヶ条”が書かれています。美味しく焼くノウハウ、関西人のこだわり？の内容が書かれていますので、紐解いてみました。

六. キーポイント！

ひっくり返すのは2回
1回目にひっくり返した時に、
表面を平らにする程度に撫でる

四. キーポイント！

直径 15 cm程度

三. 安全第一

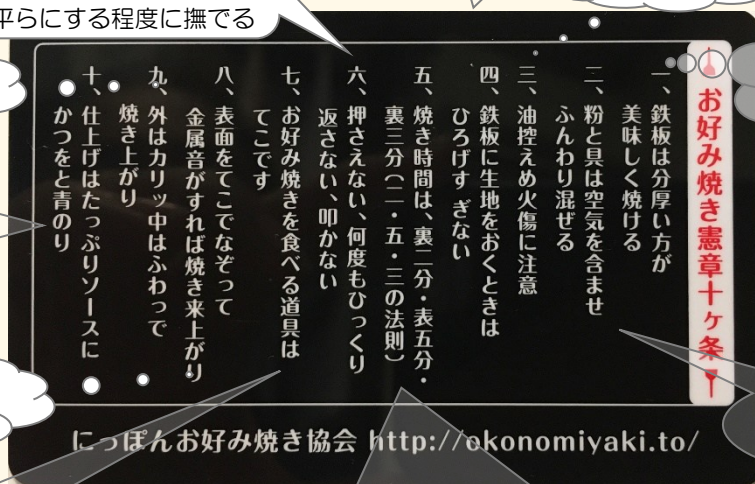
一家庭では
ホットプレート
厚い鉄板が欲しいなあ

九.これをめざす！

十.プラス
マヨネーズ
&
青ネギのせ

八.“五”の焼き
時間と合わせて

七.“コテ”でなく、“てこ”
協会長のこだわりかなあ？



二. キーポイント！
混ぜすぎないように

五. キーポイント！

ここでの分は割合の“ふ”で、時間の“ふん”ではない
全部で15分（ふん）間焼くとして、裏3分、表7.5分、裏4.5分

美味しく食べる

お好み焼き、たこ焼き、ピザなどの粉ものは、熱々で食べるのが最高の美味しい食べ方だと想います。

食べる時も、お好み焼きをホットプレートの上で保温程度の過熱をしながら、“てこ”で一口大に切り、そのまま口に入れるのが、一番の食べ方!!


お好み焼きは、あくまでB級グルメとして気取らない食べ方が合うのではないのでしょうか。その時に使う“てこ”は、100円ショップで売られている“お返し”がぴったりです ⇒ これプラスチック製で、ホットプレートに傷をつける心配なし、一口に合う大きさです。



一口大で食べる



お好み焼き、焼いてみたくなりましたでしょうか!?

ウァーオ、美味しそう！！皆さま「お好み焼き検定」ってご存知でした?? 
 本当にユニークな資格ですね。「お好み焼き」って、あまりにも日常に溶け込んでいて、当たり前のように食していましたが、あらためて検索してみるとその歴史や価値が見えてきました。

農林水産省 HP 分類：食文化 うちの郷土料理 <次世代に伝えたい大切な味> 大阪府・お好み焼き

歴史・由来・保存

だしで溶いた小麦粉の生地に、細かく切ったキャベツや肉、イカなどを入れ、鉄板で平たく両面を焼いたもの。なにわのコナモン（粉食）文化を代表する料理である。

そのルーツは、安土桃山時代に千利休が催した茶会に供された「フノヤキ（麩の焼）」という茶菓子だといわれる。フノヤキは、水で溶いた小麦粉を銅板に伸ばして薄く焼き、味噌を塗って巻いたり、クレープ状にたたんだりしたものだった。以降、メリケン粉、キャベツ、ソースを使った「洋食焼」が登場する。お好み焼きが大阪の名物として全国に広く知られるようになったのは、昭和30年代の終わりから40年代にかけて、チェーン展開したお好み焼き店が、“大阪名物”として売り出したことが要因といわれる。

さぁー今夜あたり、お好み焼き&best パートナーで「フーフー、ゴクッ」と如何ですか〜♪♪♪



* 思わずお腹が鳴りますー。I.K.様有難うございます。
 次号もまた楽しいご投稿お待ちしております。

原稿送付ご案内








メール：skydosoken@gmail.com まで

Word・Excel・写真類はJPG形式で

郵送：〒604-0874 京都市中京区烏丸通丸太町下ル

ハートピア京都2階 京都SKYセンター内

京都SKY大学同窓研修会「ざんぐり」編集係宛

-  原稿に関連した写真も添えて下さい。
-  メール、郵送とも、お名前、連絡先（ 番号）を明記ください
-  匿名を希望される方は、その旨明記ください
-  投稿は同窓研修会会員限定とさせていただきます。
-  投稿多数の場合は編集担当による選考となります。
-  お送りいただいた原稿の返却は致しかねますのでご了承下さい。



行事予定・ほか



***令和7年度 通常総会・講演会** * 詳細は同封しました別紙を参照して下さい。

- ・日 時 2025年4月25日(金) 午後1時30分～
- ・場 所 ハートピア京都 3階 大会議室
- ・講 演 会 講 師 : 大徳寺塔頭・瑞峰院住職 前田継道様
演 題 : ある禅寺の日常 (仮)

***春のバス研修旅行** * 詳細は同封しました別紙を参照して下さい。

- ・日 時 2025年 5月 9日(金)
- ・行 先 但馬豊岡、出石方面

***春のウォーキング** * 詳細は同封しました別紙を参照して下さい。

- ・開 催 日 2025年 4月14日(月)
- ・行 先 洛西方面

***春の地域活動** * 詳細は同封しました別紙を参照して下さい。

- ・開 催 日 2025年 5月23日(金)
- ・行 先 大山崎町 観音寺、宝積寺

***京都見聞・こぼれ話**

第15号「楼閣とは」をお届けします

同窓研修会 継続入会のお願い

2025年度(令和7年度)も継続して同窓研修会に入会していただきますようお願い申し上げます。詳細は別紙を参照してください。

発行 / 京都SKY大学同窓研修会

編集 / ざんぐり編集委員会

☎604-0874 京都市中京区烏丸通丸太町下ル ハートピア京都 2階
公益財団法人 京都SKYセンター内 ☎075 (241) 0226 FAX 075 (241) 0204