



小玉スイカ

7月の中旬だというのに暑い日の連続で暑さ疲れになって いないでしょうか？
水分、栄養、休養をとってお体を大切になさってくださいね。
植えた後ちっとも様子を見なかった小玉スイカですが、
最大で10センチ程のスイカもついていてびっくり！
水不足だったのに元気なんです。偉いです。

お届けの野菜 ○玉葱 ○きゅうり ○トマト2品扱い ○なす ○その他

簡単レシピ ☆ラタトゥイユ〈材料〉(何でも!!)ズッキーニ、ナス、パプリカ、鶏肉、トマト(炒めない)、ローリエ一枚など〈作り方〉1.それぞれをオリーブオイルで炒める。隣に鍋をおいて一つ一つ炒めたら鍋に入れる。2.50cc位水を入れる。(呼び水) ローリエを入れる。3.四割したトマトをあるだけ入れる。(足りない時はトマト缶なども...) 4.クツクツ煮る。(20分くらい) 5.塩こしょうで味を整える。《応用編》ラタトゥイユリゾット ご飯の上にラタトゥイユとミックスチーズを載せてオーブン(トースターでも)で焼く。美味しいですよ。(静さん)

主な作業 ネギもさつまいもも落花生も草がいっぱいで全然追いつきませんがまずは落花生です。花が咲いた後地面に子房が入って行くので急がれます。夕方から始めどうにか目途が立ったのが7時半頃。草だか落花生だかわからない時刻になっていました。こんな感じなので、草取りの好きな方、募集しています。声をかけてください。送迎方法は考えます。(例えば朝の2時間位とか。)

7月の絵本 紹介して下さるのは、市川市立国府台小学校、第一中学校、国府台病院院内学級で読み語りをしている「赤とんぼ」の細井さんです。



「みどりのほし」(林木林/文 長谷川義史/絵 童心社 2020年)



「トマト ピーマン ししとう みんな ほしの かんむり かぶってる みどりのほしで うまれた しるし」

ある日、みかんやお野菜のてっぺんのヘタはまるで星のよう、緑の地球(ほし)で生まれたしるしみたい、と思った作者の林さんの発想から生まれた絵本。 みんな同じ、地球で生まれた命だよ。植物たちからそう教えてもらっているようでした、とも。
主人公の男の子は想像をふくらませ、流れ星を追って、天の川へ～草の上で大の字になると、男の子自身も上からみると星の形。友だちと手をつなぎ、星座を作ります。 「ぼくたちは みんな ほしの こども」

この絵本を院内学級で読みました。本物のトマトやパプリカ、オクラ(星形の切り口)も見て、星は五角形～など嬉しそうでした。
山口県の「こどもの詩 周南賞」で入賞した詩が元で、絵本の後ろ見返しには、谷川賢作さん作曲の楽譜も載っています。
「みどりのほし 童心社 動画」で検索すると、長谷川さんの伸びやかな絵やこどもさんの歌などプロモーション動画がみられます。

7/21 (木) じゃが芋・トマト・きゅうりなど

一苦手な野菜や傷みがあって取り替えて欲しい野菜がありましたらご連絡いただくと助かります。一