

カブ式新聞

～「食」が自分の体を作る！～

人間の体は60兆個もの細胞で出来ていると言われてます
その細胞は、栄養を取ることでどんどん新しく生まれ変わっていくんだね。
毎日の「食」生活で十分な栄養を取ることが、自分の体を丈夫に作っていくことにつながります。
3月23日は料理隊集会。
みんなで毎日の「食」生活の大切さを考える時間を持ちましょう！
もちろん考えるだけじゃなくて、実際に調理もやりますよ。
今年の料理隊集会は、みんなが良く知っていて何度も食べたことのある「カレーライス」。
おいしくて栄養たっぷりの「カレーライス」を研究してみよう！

～カレーライスの歴史～

☆おなじみの「カレーライス」！ ルーツはどこだろう？

「カレー」と聞いて思い浮かぶのは、やっぱりインドカレーでしょうか？
でも、本場と言われるインドの「カレー」と、私たちが家で作って食べている「カレー」では、ちょっと味や作り方が違っている気もしますね。

昔イギリスの人が、インドの食文化である「カレー」をイギリスに持ち帰って、ヨーロッパ風シチューのように変化をさせていったと言われています。文明開化とともに日本に入ってきた「カレー」は、そのヨーロッパ風に変化した「カレー」がルーツのようです。

☆初めて「カレー」に出会った日本人って？

文久3年、今から148年ほど前に幕府の使節団一行が、乗っていた船の中でカレーを食べるインド人に遭遇したのが始めてだったようです。

☆今のように「カレー」が家庭で食べられるようになったのは、いつだろう？

明治時代に入ってから洋食がどんどん広まって来たけれど、当時はかなりの高級料理！
家庭料理として食べられるようになるまでには、時間がかかったようです。

大正の初めに、初めてカレー粉が発売され、昭和に入ってカレー粉の発売が増え、みんなにおなじみの家庭料理になっていったようです。

4年前にカブ隊で作ったカレーライス！



ビーバーで食べたスカウトもいるかも？



カブ隊活動報告

☆ 隊集会 ～いざという時！ わたしたちに出来ること～

日時：1月27(日) 9:00～12:20 場所：新井薬師公園

内容：この日は、朝から寒い一日でしたが、元気に外で活動！

チャレンジ章の「救急博士」と「運動選手」にチャレンジしました。

みんなの集中力すごかったよ。

ビーバー隊からのおしるこのおすそ分けで、体も暖かくなりました。



☆ 隊集会 ～ロープに巻かれるな！～

日時：2月10日(日) 9:00～12:05 場所：新井薬師公園

内容：前日の夕方から今年3回目の雪！「積もるといいなあ」とわくわくしながら寝ました。

隊集会の時には、あまり雪が残っていなかったけれど、カブ隊でも雪合戦！

プログラムでは、ロープと格闘！身につけるには、練習練習。がんばろう！

目隠しリレーは、のどがガラガラに。



これからの活動予定

○3月9日(日) 隊集会 ～料理隊集会の準備集会～

場所：新井薬師公園 集合：9:00 解散：12:00 持ち物：①いつもの7つ道具

○3月23日(日) 料理隊集会 ～「食」が自分の体を作る！～ in 上高田地域センター

場所：(集合・解散)新井薬師公園 集合：9:00 解散：16:00

持ち物：①いつもの7つ道具 ②エプロン ③三角巾 ④米1合