

おにぎり通信

2017年 7月 22日 (土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷周辺と銀座・日比谷公園、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

厳しい暑さがつづいています。夏には喉が渇く前に水分の補給が欠かせませんが、アルコールは水分補給になりません。アルコールには利尿作用があるため、かえって体から水分を排出してしまいます。注意したいのは、お茶に含まれているカフェインにも利尿作用があることです。お茶を選ぶ際は、〈カフェイン・ゼロ〉をうたったものを選ぶといいかもしれません。



〈7月10日 福祉行動報告〉

どなたも参加されませんでした。

次回の福祉行動：7月24日(月) 東京駅丸の内南口地下に朝8時30分

までに集合してください。蒸気機関車の車輪が展示してある前に「おにぎり

通信」を持った者が待機していますので、声をおかけください。病院に行き

たい方や、体を休めたい方と一緒に「福祉事務所」まで、ボランティアが同行

いたします。福祉行動は毎週月曜日です(月曜日が祝日のときは火曜日)。福祉

行動は参加されるそれぞれの方が、ご自身の希望をご自身の言葉でハッキリと

伝えることにより成り立ちます。

最寄の福祉事務所

中央区福祉事務所・中央区築地 1-1-1 中央区役所 4階

千代田区福祉事務所・千代田区九段南 1-2-1 千代田区役所 3階

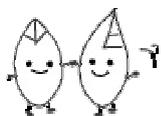
おにぎり、あれこれ

弥生時代後期の石川県の遺跡から、おにぎりと思われる米粒の塊が炭化したものが出土しています。これは蒸されたあとに焼かれた、いわば「ちまき」のようなものです。今のおにぎりの直接の起源は、平安時代の「頓食」という食べ物だと考えられています。相当に大きかったようで、1合半の米を楕円形にしたものと推測されています。

現在のようにおにぎりに海苔が巻かれはじめたのは、四角い板海苔が「浅草海苔」などの名前で一般に普及した江戸時代中期の元禄時代のころです。海苔は、栄養が豊富で、手にご飯がつかないという便利さもあって、おにぎりに海苔を巻く習慣が根づきました。江戸時代は携行食として重宝されたそうです。

四ツ谷おにぎり仲間のおにぎりは、〈先巻き〉の〈しっとり派〉ですが、1980年代にコンビニで発売された、食べる直前に海苔を巻く〈後巻き〉の〈パリッと派〉も根づきました。

〈おにぎり〉と〈おむすび〉の呼び名のちがいには諸説あります。国語辞書の『大辞泉』で調べると、〈おにぎり（御握り）〉も〈おむすび（御結び）〉も、ともに「握り飯を丁寧（ていねい）にいう語」となっています。一説によると、神の力を授かるために米を山型（神の形）にかたどったものが〈おむすび〉。〈おにぎり〉は三角形でないといけなわけではなくて、どんな形でもよいという説が有力だそうです。ちなみに、「おむすびの日」は1月17日、「おにぎりの日」は6月18日です。



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せずに、ゴミ箱に入れるなどして片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりはかならずその日のうちにお召し上がり下さい。一人でも多くの方に召し上がっていただくため、おにぎりは一人一個でお願いいたします。

四ツ谷おにぎり仲間 連絡先：080-7795-8535