



ボーイスカウト八尾7団カブ隊

2015年11月プログラム

妖怪おやつ

テーマ：プリー！ 机ッ！ トダチ！ ふくはっ！

生活目標：たがいに助け合います。

今月の歌：世界一周 (P.86)

団歌3番・5番



いつもの持ち物です
カブブック・チャレンジ章・カブ歌集・軍手
筆記用具・メモ帳・ボード(字を書く時用)
新聞紙(2~3枚)・ロープ・ボンチョ(カッパ)
ビニール袋(名前を書いて3枚くらい)
プラスチックのコップ・しきもの
活動の前日に必ずチェックするグッズ!!

11月の当番組は『2組』です!!

日	活動時間 集合場所	活動場所	活動内容	持ち物 服装
11/3 (火)	集合 アクトランド 8:20 ↓ 解散 15:30	錦織公園 9:00~15:00	(地区行事) カブフェス	いつもの持ち物 水筒・カブ弁 タオル アピールカード ----- 制服(長ズボン)
11/8 (日)	集合 南高コミセン 10:00 ↓ 解散 12:00	南高コミセン 10:00~12:00	(組集) クリスマスのスタンツ練習 クリスマス会の時にマジックショーを 行いたいと思います。 1組=ロープのマジック 2組=ロープ以外のマジック くまはくつづつ、他の子はくつづつ 考えててください 既製品はX!自分で用意すること!	いつもの持ち物 水筒 ----- 活動着 チーフ・カブキャップ
11/29 (日)	集合 アクトランド 9:00 ↓ 解散 14:30	アクトランド 9:30~10:30 11:00~14:00	(団行事) カントリー作戦 焼いも大会 	いつもの持ち物 水筒 軍手 ----- 活動着 チーフ・カブキャップ

★11月29日 焼いも大会終了後 保護者会

集金 → ¥9,900- 《10~12月分 ¥9,900-》

☆11月 8日 14:00~17:00 リーダー会議(南高コミセン)

☆11月15日 スキー下見



秋と言えば・・・みんなは何を思いつくかな?

食欲・行楽・紅葉・スポーツ・睡眠・読書・芸術の秋なんて言葉もありますが・・・

私は、やっぱり食欲かな～

秋の旬のものと言えば・・・新米をはじめ

野菜では、マツタケ・なす・里芋・かぼちゃ・さつまいも など

魚では、さんま・イワシ・カツオ など

果物は、りんご・なし・栗・かき・イチジク など でしょうか?

みんなはどのようなものを思いつきますか?色々調べて、旬のものをぜひ食べてみてください。

焼いも大会でも食します、さつまいも!!

さつまいもも秋の旬の食材です。
ビタミンCや食物繊維を多く含んでいます。

《選び方》

皮の色が均一で鮮やか、そしてツヤのあるもの、
表皮にデコボコや傷、はんてんのないものを選びましょう。

種類によっての違いもあるけれど、見た目のふっくらしたものがいいようです。

また、ひげがたいものや、表皮の一部が黒く変色しているものは、

古いものが多く、味も苦いことがあるようです。

糖度の高いものは切口にアメ色のみつが出てくるので、

黒いみつのあとがあるものはよいようです。



今月の妖怪は・・・

山童(やまわろ)

川の妖怪である河童が、秋になると山に入って山童になり、春になると川に戻って河童になる。この変化の様子を見せると、病気になるという。

また、河童と同じで、相撲好き!!お札を渡せば、水こり仕事も手伝ってくれるギリがたい面も持っている。



石橋副長の田舎、宮崎のおかしを一つ紹介しましょう!!

その名も・・・"ねりくり"

他にも、ねったば とか、ねったくり・からいも餅なんて呼ばれかたもあるようです。

＜材料＞

さつまいも 1本

切り餅 2~3個

砂糖 大さじ1程度

塩 好みで少々

きな粉

さつまいもの大きさや好みで、
餅の量は変えてもらったらいいかと・・・
砂糖は味を見ながら・・・入れなくてもO
塩もなくてもO

＜作り方＞

1. さつまいもの皮をむき、水につけてあくを抜く。
2. なべにさつまいもを入れ、ひたひたの水でゆでる。
沸騰させないように、グラグラする程度の火加減でじっくり。
3. さつまいもがやわらかくなったら餅を入れ、弱火のままゆでる。
餅がやわらかくなったら、お湯を捨てる。
4. 砂糖を加え、熱いうちにすりこ木や木べらで、さつまいもをつぶしながら混ぜる。
味を見て好みで塩をととのえる。
5. 皿にうつし、きな粉をかける。
(皿にもきな粉を入れておくと、皿にくっつきにくいのでいいかも)

中にあんこを入れてだんごにしてもおいしいよ。

お母さんと一緒にぜひ作って食べてみてね。

