

校長ダイアリー・シーズン4（令和8年8月）

日付	写 真		一言コメント
8月 1日 (土)			①【校長ラーメン放浪記】 大宮区の『蔭山楼コクーンシティ店』は、東京・自由が丘に本店があるフレンチスタイルの創作中華の名店が手掛けるラーメン屋です。
			〈左〉鶏白湯塩そば レタス・フライドオニオン・鶏チャーシューがトッピングされています。
			〈右〉担々麺 ゴマに加え、ヘーゼルナッツの香ばしい風味が効いています。
			中央区の『一風堂』は、博多豚骨ラーメンのチェーン店で、なめらかで臭みのない豚骨スープが特徴です。シンプルな「白丸」と辛味噌が加わった「赤丸」があります。
*** 8月 2日 (日)			②少し前のドラえもんの映画とタイアップしたお菓子が今も発売されています。いつものメンバーがパッケージに登場しています。
			←どらやき風のあんこクリームです。
*** 8月 2日 (日)			←シンプルなバニラクリームです。
*** 8月 2日 (日)			①「フルグラ」の石油原料節約パッケージを発見しました。銀色の面積が大きいですね。



②【校長 炎の料理人】
「バナナチョコフラペチーノ」
です。
ココナッツは脂肪を燃焼してくれるので、積極的に取り入れると効果的です。



*** **

8月
3日
(月)



*** **
①三橋中にて、「中学校美術部
展覧会」の審査会がありました。
市内のすべての美術部顧問
が集結して、作品を見合いまし
た。

↓南中の作品たち



②大宮水泳競技場にて、夏季大
会がありました。2年生男子は
個人メドレーで4位、200m
バタフライで3位でした。
女子は50mバタフライと、
100m自由形に出場しました。



↑プールは魅惑的なエメラル
ド・グリーン・・・



③人気 You Tuber が食品会社と共同開発したカップ麺を初めて食べてみました。白味噌ベースにニンニクとすりゴマを効かせた、濃厚な味噌スープです。

8月
4日
(火)



①東松山にて、「埼玉県造形教育研究大会」という先生方を対象にした研修会がありました。今回、さいたま市は大宮盆栽美術館とコラボし、アルミホイールを使って盆栽をつくるという実技研修を行いました。



←参加者の記念撮影用として、大宮盆栽美術館はこんなものまで準備してくれました。



②【校長ラーメン放浪記 in 埼玉】東松山の『渡辺商店』は、煮干しにこだわった濃厚スープに、存在感のある太縮れ麺がよく合います。写真は「特製煮干しらーめん」です。



③ハイチュウと映画スパイダーマンのコラボ商品が販売されています。この「サワースウィング MIX」は、「ヒーローレッド・チェリー味」や、「NY (ニューヨーク) レモネード味」など、おしゃれなネーミングです。

8月
5日
(水)

しあわせの言葉
怒ることは、
何の解決にもなりません
グレース・ケリー「女傑 モナコ大公妃」



①夏休み中ですが、職員玄関付近の掲示板を更新しました。
「怒ることは、何の解決にもなりません」実にいい言葉です。

夢はでかくないや つまらないだろう	この世界中の元氣 抱きしめながら	昨日 飛べなかった 空があるなら	ときじゃないだろう そうさ100%勇氣
胸をたいて冒険しよう	そうさ100%勇氣	今あるチャンス掴んでみよう	もう振り向いちゃいけない
そうさ100%勇氣	もうやめなしかないさ	そうさ100%勇氣	ほくたちはほくたちらしく
もうがんばるしかないさ	ほくたちが持てる偉さ 永遠に忘れないでね	さあ飛び込むしかないさ まだ涙だけで終わる	どこまでも駆けつけてゆくのさ (勇氣100%; 光GENJI(1994))



②そして、校門前の掲示板も、きちんと更新しました。様々なアーティストが歌い継いでいる『勇氣 100%』にしました。



③アイスの「PINO (ピノ)」が発売から50周年を迎えました。
(南中は80周年だけどね…)
6粒入りで昔からよく食べています。

8月
6日
(木)



①茨城県水戸市にて、サッカー部の関東大会がありました。試合前は霧雨も混じっていました。1回戦は接戦の末、見事に勝利です！





②【校長ラーメン放浪記 in 水戸】
水戸の『ぶんぷく』は地元で愛されるレトロな感じのお店です。「タンメン」は野菜の旨味がスープに溶け込んだ人気メニューです。



③笠間市にある「茨城県陶芸美術館」に立ち寄りしました。日本の近現代陶芸界の作品を数多く展示しています。



美術館の周りには広大な「笠間芸術の森公園」があります。

←水辺にいたのは「アオサギ」かな？



①山梨県甲府市にて、陸上部の関東大会があり、3年男子が100mで出場しました。昨日の予選をトップ通過して、本日の決勝でも堂々の走りで、第1位になりました！全国大会出場も決定しています！

8月
7日
(金)



②【校長ラーメン放浪記 in 甲府】甲府の『ラーメン ガキ大将』は濃厚な味噌ダレに、豚骨ベースの重厚なスープを合わせています。ニンニクもよく効いています。



③昨日に引き続き、茨城県水戸市にて、サッカー部の関東大会がありました。本日は2回戦でしたが、試合は快勝。ベスト4に入り、全国大会出場が決定しました！
(本校の先生方が応援に行き、写真を送ってくれました)



8月
8日
(土)



①昨日、山梨で購入してきたお土産を紹介します。

フルーツ王国なので、「梨」と「桃」です。



〈左〉山梨県大月市に桃太郎伝説にちなんで作られた「山梨きびだんご」。
 〈右〉「UFO ブッキーニ」や「パティパン・スクワッシュ」と呼ばれている野菜です。

②土曜日、茨城県水戸市にて、サッカー部の関東大会 準決勝がありました。(私は別件で行けず・・・)
 試合は僅差で惜敗でしたが、関東で第3位です！
 (写真は顧問の先生から提供)
 ベスト4に入り、全国大会出場が決定しました！



③【校長 炎の料理人】

自宅に「ちりめん山椒」があまっていたので、キャベツと合わせて「ペペロンチーノ」を作りました。



フライパンでオリーブオイルとニンニクを炒めます。
 (鷹の爪がなかった…)



パスタが茹で上がる少し前にキャベツを入れて、一緒に茹でます。



フライパンに白だし、料理酒、パスタのゆで汁を加えて、混ぜ合わせます。

鷹の爪がなかったで、唐辛子の粉末をパラパラかけて完成です。

*** **

8月
9日
(日)

①日曜日、東京武道館にて、柔道部の関東大会がありました。(私は別件で行けず・・・)
3年男子が階級別の個人戦に出場しましたが、1回戦惜敗でした。(本校の先生が応援に行き、写真を送ってくれました)



②「名探偵コナンガム」を発見しました。「ミステリーグレープ味」と「ひらめきレモン味」という、こちらしゃれたネーミングで、ガムの包み紙も登場キャラクター満載です。



③【校長ラーメン放浪記 in 東京】
新宿区の『味噌屋八郎商店』は
8種類の味噌をブレンドした
濃厚な豚骨ベースのスープに、
黒マー油（焦がしニンニク油）
が合わせてあります。



〈右上〉味噌らーめん

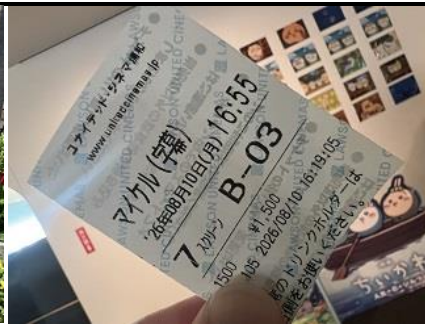
〈左下〉辛味噌らーめん

〈右下〉カレー味噌らーめん

8月
10日
(月)



①ハイチュウと映画スパイダーマンのコラボ商品をまた発見しました。
この「ダブルウェブ」というキャンディは、青いブルーベリー味の周りに赤いリンゴ味がコーティングしてあり、色合いがまさにスパイダーマンですね。



②〈左〉久々に学校に行きました。花がきれいに咲いています。



③マイケル・ジャクソンの伝記映画『Michael』を観ました。主演は実の甥のジャファー・ジャクソンで、演技や歌声が素晴らしいかったです。ヒット曲も満載でとても楽しめました。

←特典のカード

8月
11日
(火)



①「おふろ Cafe」に行ってみました。読みたかった本をいろいろと読むことができました。

←今はクレヨンしんちゃんとコラボ・・・



←昼食は館内で「大宮ナポリタン」



②【校長 ラーメン放浪記】北区の『親鶏中華そば 綾川』は青竹で打つ極太モチモチの手打ち麺と、親鶏ならではの奥深い鶏出汁スープが特徴です。

〈右上〉中華そば（醤油）

〈左下〉中華そば（塩）
（卵トッピング）

〈右下〉親鶏飯
（炊き込みご飯）



8月
12日
(水)



〈参考の写真〉

①【校長 炎の料理人】
バナナがダブついていたので、
『バナナケーキ』をつくりまし
た。

砂糖大さじ2とバター10g を溶
かして、全体に広げておきま
す。

バナナ2〜3本を縦に半分に切
って、ぴったりフィットする感
じに並べます。

ホットケーキミックス 150g・
卵1個・牛乳 90〜100cc を
よく混ぜて、バナナの上から流
し込み、フタをして弱火で焼き
ます。

焼きあがって、皿に移したとこ
ろ、バナナがフライパンにくっ
ついてグズグズに崩れてしま
いました・・・

しかし、味はバッチリでした
よ。

←本当はこんな感じに流線形
が浮かびあがる予定だった・・・

②先週、「岩槻人形美術館」にて
先生方の研修会がありました。
(私は別用で行けず・・・)

今、企画展「マジカル人形ワ
ールド」が行われていて、様々
な「藁人形」が展示されていま
す。

呪いのイメージがある藁人形
ですが、本来は災厄の身代わり
として人々を守る願いが込め
られたものとのことです。



お土産のシールを貰いました↑

8月
13日
(木)

必殺技は
「ストリウムフラスター」



必殺技は
「オーラムストリウム」



必殺技は
「ランバルト光弾」



必殺技は「グリッター
ゼペリオン光線」



①【校長 ウルトラマン伝説】
〈左〉ウルトラマンタイガ
ウルトラマンタロウの息子。スピー
ドとパワーのバランスがよい。
〈右〉ウルトラマンタイガ
フォトンアース
神秘の力を手にした姿

〈左〉ウルトラマントリガー
スカイタイプ
スピード特化型の形態
〈右〉グリッタートリガー
エタニティ
トリガーの最強形態

②家の中を整理していたら、美術関係の冊子が出てきたので、名画が載っていたカラーページを切り取って、「蝶」を切ってみました。なかなかいい感じです。

8月
14日
(金)



①「ガンプラパッケージアート
グミ」というお菓子が発売され
たので、とりあえず2つ購入し
てみました。

←中に入っているグミは「ジオ
ングの手」や「シャア専用ザク
の武器」など、マニアがニヤッ
とする内容です。

←食玩のカードは、実際のプラ
モデルのパッケージになって
います。全33種類とのこと。
(私の収集癖が・・・)

〈左〉陸戦型ガンダム
〈右〉ガンダムエアマスター



↑ 水を入れてすぐの状態

↑ かき混ぜると…

8月
15日
(土)



①お墓掃除とお墓参りをしました。
先祖の方々に、家族全員頑張っていることを伝えてきました。



②【校長 炎の料理人】
甲府で購入した「UFO ブッキーニ」を使って、「グラタン」を作りました。
レンジで加熱して、少し柔らかした後、横半分にして中をくり抜きます。



具材は、豚肉・たまねぎ・粗みじん切りのブッキーニ・牛乳・小麦粉で、よく炒めます。味付けは、コンソメ・塩・胡椒です。

中をくり抜いたブッキーニに、具材を詰め、溶けるチーズをたっぷりかけます。



オーブンでしっかり焼き、表面にパセリをかけたらできあがりです。
これは、見た目もアートだし、味も実においしいですよ。