

男の初心者料理教室だより



今後の予定

10月 1日(木) 深沢区民センター
11月 12日(木) 同上
12月 10日(木) 同上



9月のお料理は、左下より時計回りで

- キーマカレー
- コールスロー
- 冷やっこ
- トマトとたまごのふわ玉スープ



■「野菜直売所めぐり」

近場の食の駅あざみ野ガーデンズ内「あざみ野マルシェ」に良く出掛けます。朝採れ野菜が多く新鮮です。魚力という鮮魚店もあり、午前10時開店、早めの入店で朝採れ野菜が安く購入出来ます。

ガーデンズにはスシロー、マクドナルド、とんかつ和幸、BBQ PIT、サーティワン アイスクリーム、ユニデイなどがありショッピングモールになっています。

500台の駐車場完備です。



■「海鮮丼めぐり」

4ヵ月に1度位海鮮丼めぐりで各地に出掛けます。

千葉県が多いのですが、今回はテレビで報道された静岡市清水区の河岸の市「まぐろ館」に出掛けました。狙いの店は1階にあり、情報通り凄い人、ひと、ヒト〜。「一期」というお店の行列2番手に記名終了。すぐに呼ばれて一番人気の市場まぐろ丼を注文。美味しかった。ただネタ数が少なかったのが残念でした。



■「インフルエンザの現状」

例年より2ヵ月早い流行となったインフルエンザの現状を調査しました。マスクと手指の消毒をしましょう。

2026年 第36週
8/31~9/6

① 沖縄県	10.34
② 新潟県	6.13
③ 神奈川県	5.87
④ 茨城県	5.68
⑤ 千葉県	5.49
⑥ 東京都	5.46
⑦ 宮城県	5.35
⑧ 山口県	5.11
⑨ 埼玉県	4.57
⑩ 鹿児島県	4.35

感染拡大警報の発令基準：1.00
警報発令中。全国10位まで掲載。

出典：【厚 労 省 Press Release】
(令和8年9月11日)