

テスト

テストが大嫌いな君のために

ITRUMU 兼 じやんぷのBLOG 藤が三通信

👍 逃げない!

テストから逃げることは出来ず、どうせ逃げられないなら小さなイベントとして思い切り楽しむ方法を考えてよう。

✌️ 慌てない!

テストを楽しむためには、しっかりとした十分な計画が必要になる。ゲームに戦略が大切なようにテストのための戦略を考えてよう。

✌️ 比べない!

順位ばかり気にしてはテストは楽しめない。テストは君の学力の到達度を知らするためのものだから、君自身との闘いである。

✌️ 忘れない!

テストは努力の終わりでではなく、努力の始まりである。どこが良くどこが悪いのかを反省し、前向きに結果を考えればテストもまた楽しい。

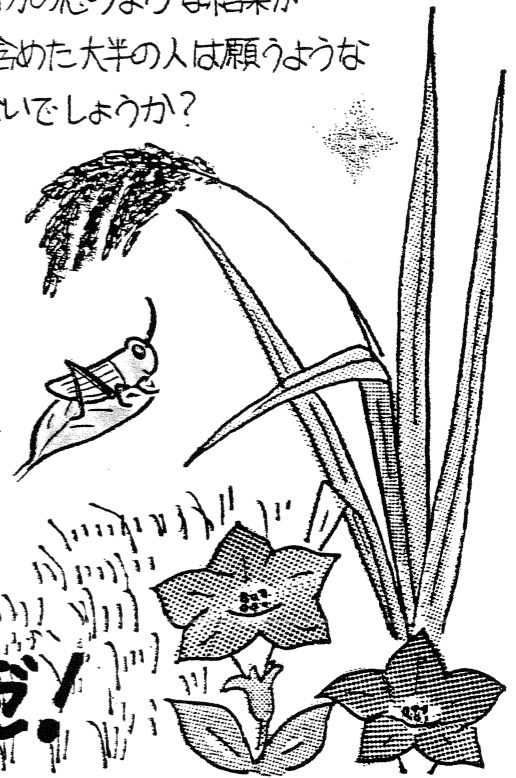
当教室はテスト嫌いの君に最善のアドバイスをいつでも提供できます。君のテスト嫌いの理由は何ですか？

塾長からのメッセージ!

人は失敗に学び 失敗に育つのだ

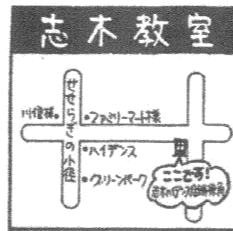
食欲の秋、スポーツの秋、芸術の秋、秋は何をするにしてもとても良い季節です。スポーツでも、受験でも、日々努力を重ねても自分の思うような結果が得られないことはあります。というより、私を含めた大半の人は願うような結果が得られない時があまりにも多いのではないのでしょうか？

願うような結果が得られないことを「失敗」というなら、人の一生は失敗の連続のようなものかもしれません。でも、間違いないと言えることはこの失敗がなければ、おそらく人は自分の夢を何一つ実現することができないということです。秋はすべてに対して意欲的に挑戦する季節です。失敗を恐れやらない言い訳を探すのではなく、チャレンジして失敗したら、その失敗に学び、大きな飛躍を成し遂げるための最高の時です。

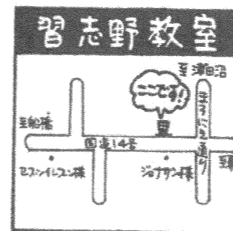


秋は君の挑戦の季節だ!

数検・英検・漢検 実施校!



志木市上宗岡4-6-27-131
048(472)7618 (朝暮受付 月水金休)



習志野市谷津2-3-7
047(452)6461 (朝暮受付 月水金休)

有限会社GANTS 教育研究所

八 藤進ゼミナール

教室不在時はこちらへお問い合わせ下さい!

☎️ 048(472)7819

豆腐のおまかせ

おいしい豆腐はいかが？



10月2日は豆腐の日 (毎月12日も豆腐の日)

日本豆腐協会が1993年(平成5年)に制定しました。

日付は「とう(10)ふ(2)」(豆腐)と読む語呂合わせから10月2日に。また、同様の語呂合わせで毎月12日も「豆腐の日」としています。日本を代表する伝統的な健康食品栄養豊富な豆腐をPRすることを目的に制定されました。

豆腐は大豆の^{しぼ}搾り汁(豆乳)を凝固剤(にがり、その他)によって固めた加工食品です。東アジアと東南アジアの広大な地域で古くから食べられている大豆加工食品で、とりわけ中国本土日本、朝鮮半島、台湾、ベトナム、カンボジア、タイ、ミャンマー、インドネシアなどでは日常的に食べられています。(※中国本土とは中国の領域中で、歴史的に漢民族が多数派の地域)日本の豆腐は柔らかくて淡泊な食感を特徴とする独特の物で「日本独特の食品」として発達しました。これに対して中国や韓国の豆腐は^{かため}揚げたりして調理されることが多か、そのため日本の豆腐に比べると水分が少なく堅いものとなっています。

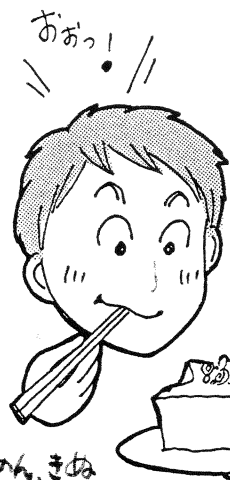
大豆のおいしさを
ギュッ

豆腐

もめん 木綿

木綿豆腐は豆乳に凝固剤を加え圧力をかけて、水分を絞り、再び固めて作ります。

木綿豆腐は水分を絞りながら作るため、栄養もその分ギュッと詰まった状態になります。絹ごし豆腐に比べて木綿豆腐の方がカルシウムやたんぱく質、脂質、食物繊維を多く含みます。



冷奴でも湯どうぶでも、
豆の香りが
及わり
残ります



冬は湯どうぶ!

きぬ 絹ごし

絹ごし豆腐は濃い豆乳に凝固剤を加えそのまま固めて作ったものです。木綿豆腐のように絞らないため栄養素を流出してしまうことがないので、木綿豆腐よりも多くのビタミンB群やカリウムを含みます。

もめん、きぬ
どちらもおいしく栄養満点!

油揚げ

あからあげ 豆腐を揚げて作る油揚げは室町時代ごろから作られ始め、庶民に定着したのは江戸時代ごろといわれています。

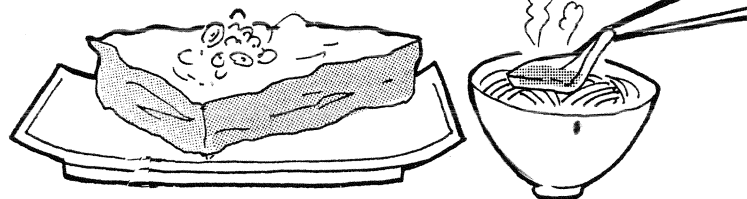
油揚げの値段は江戸時代の頃も安く、しかも豆腐よりも日持ちするため、便利な食材として庶民の間に広まって行きました。

厚揚げは、豆腐を厚めに切り油で揚げたもので、油揚げとは違い内部が豆腐の状態を保つように十分には揚げないので、生揚げとも呼ばれます。油揚げと厚揚げ(生揚げ)の違いはその厚さではなく調理方法の違いにあります。(厚い油揚げもあります)

手間はか
けませんが!!



油揚げ? 厚揚げ?



豆腐は、お汁

との相性がよく、
みそや塩味が
豆腐に入ると、
よりいそう
大豆の
おいしさが
ひきたります...

