

# カフェレター



2020年8月6日発行

発行：たかみや人権福祉センター

☎ 57-1330

大雨による災害や、再び感染者数が増加している新型コロナウイルス、何かと不安を感じる毎日ですが、皆様、お元気にお過ごしですか？

マスク、暑いですね。「熱中症」、あるいは「かぶれ」、何か対策しておられますか？

夏休みにどこか旅行にでも行きたいなあ、なんて思っていたのですが、このご時世、余計なことを考えず、草だらけの庭の手入りに専念し、景品でもらった入浴剤の温泉で汗を流し、ハワイを思い浮かべながら冷たいビールを飲む、こういうのでいいかな、と思っています。(ハワイ行ったことないのでよく知らないんですけど。)

あと、高い苗を買ってきたのに、どうしてナスが1個もなかったのか、反省会もしなくてはならないし。

## 平和を願い・・・



まちかどカフェでは、毎年8月に、「みんなで一緒に平和を思いましよう」の、小さな取り組みを行っています。高宮町では、平和学習や毎年行われる平和の集いなどを通して、原爆の悲惨さ、平和の尊さを決して忘れないことをつなげる活動が継続されています。原爆が投下されて75年、時の流れとともに人々の関心が薄れ、8月6日が何の日か知らない人が普通にたくさんいる中、広島からの発信が続けられていることはとても尊いことだと思っています。

今年は、カフェに集まる事が出来なかったため、皆さんにお家でつるを折って頂くことをお願いしました。なんと、びっくりするほどたくさんのつるが集まり、皆さん、本当にありがとうございました。小さなつるにこめられた、皆さんの平和を思うお気持ちを繋ぎ、センターに飾らせていただいております

お近くに来られた際には、ぜひ、見に寄ってくださいね。

私たちができることは、ほんとにこんな小さなことですが、

始まりはいつも、ひとりの小さな思いからだと思っています。



町内のみなさま、  
八千代町、千代田町からも、  
ふなさ児童クラブの子ども  
さん達も、ありがとうございました。  
みんなの思い、  
みんなの願い  
風に乗って、  
広がりますように…



## 募集

季節の美しい風景など教えてください。行ける場所なら、スタッフが写真を撮りに行って、この紙面でご紹介したいです。あと、**興味深い話題や、面白い話、無理のないエコの話**とか、ありましたら、是非教えてください。

こんなの作ったよ---**作品介绍や、アイデア紹介、便利グッズ**なども教えてください。

お礼は、**感謝の気持ちだけ**になりますが、ごめんなさい。

たかみや人権福祉センター ☎:57-1330



## まちかどカフェ スタッフの紹介

まちかどカフェは、たくさんの心優しい  
スタッフに支えられています。  
そんなスタッフを紹介します。

マリさんは、まちかどカフェと一緒に始めた仲間で、国籍はブラジル人です。  
安芸高田市の人権多文化共生推進課の職員で、外国人の相談に乗ったり、通訳をし  
て、安芸高田市に住んでいる外国人の生活のサポートをしています。  
カフェでやってる小物づくりは、マリさんの多文化なアイデアがいっぱいです。

### ボア・タルデ！（こんにちは） 上岡 真理です。

ブラジルといえば「カーニバル」ですが、冬の風物詩といえば「フェスタ・ジュニーナ」。  
直訳すると「6月祭」です。

南半球のブラジルでは、6月は冬なんです。その時期に1カ月間、ブラジル全土でこのお祭り  
を行っています。

フェスタ・ジュニーナが行われる時期は冬のため、ビーニョ・ケンチ（温めた赤ワインにリンゴの  
皮やハッカなどを入れたもの）や、ケントン（サトウキビの焼酎に、生姜やハッカを入れて温めた  
もの）などを飲みます。

また、一般的なのはトウモロコシ。ただ茹でただけのものや、トウモロコシで出来た生地をトウ  
モロコシの皮で包み茹でた「パモーニャ」、トウモロコシのプリンとも呼ばれる「クラウ」といった  
スイーツを食べるのが伝統的。

その他にも、サツマイモやカボチャ、ピーナッツやココナッツで作ったお菓子などもあります

今日は皆さんに「クラウ」の作り方を紹介したいと思います



コンデンスミルク  
(練乳)を使うから、  
砂糖は使わないん  
ですね！

材料（2～4人分 出来上がりが500ml）  
生のとうもろこし 2本  
水 100cc 牛乳 300g  
バター 小さじ1  
コンデンスミルク 200g  
シナモンパウダー お好みで



① トウモロコシの皮をむき、包丁で実をそぎ落とす。



② そぎ落としたトウモロコシをミキサーに入れて、水を加える。



③ ミキサーを30秒以上、クリーミーになるまで回す。今回は、2本のトウモロコシで250mlとれた。



④ 鍋に、トウモロコシ汁を漉す。写真のようにザルでもいいが、手ぬぐいなどの布に入れて搾る方が早くてオススメ。



⑤ 牛乳とバターを鍋に加え、弱火にかけ、絶えずかき回す。重みのトロミがつくまで続ける。



⑥ トロミがついたら、コンデンスミルクを投入し、更に5分くらい煮る。底が焦げ付かないようにかき回し続ける。そして火を止める。



⑦ 好みの器に分け、冷めてから好みにシナモンを振って召し上がれ。  
冷蔵庫で冷やすともっと固まり、プリンのようになる。

### コツ・ポイント

⑤でトロミをつけるために煮詰める作業が少ないと、出来上がりがカスタードの固さ止まりになりますが、それはそれでおいしいです。  
出来上がりの温かいままでもおいしく食べれます。