

生活にちょっと役立つ

# うんちく話

6月1日は「写真の日」

## ● 日本で初めて写真を撮影された人、した人は？

6月1日は「写真の日」です。これは1861年6月1日、日本で初めて写真撮影が行われたことを記念して、1951年（昭和26年）に社団法人日本写真協会によって制定されました。

日本で初めて写真を撮影された人物は、薩摩藩第11代藩主の島津斉彬で、撮影したのは長崎の御用商人・上野俊之丞でした。その写真撮影の光景がのちに俊之丞の息子・上野彦馬による記事「日本写真の起源」として新聞に掲載され、6月1日が日本で初めて写真撮影された日に認定されました。この「写真の日」が制定されるきっかけとなった上野彦馬ですが、彼は坂本龍馬の写真を撮影したことでも知られています。

現在、この写真の日には「東京写真月間」など、写真に関連したイベントが多数行われています。

### ●「写真に写ると魂がぬかれる！」と言われた時代もありました

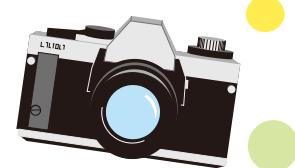
明治時代の人は「写真に写ると魂がぬかれる」と言っていたそうです。

その根拠は、撮影時間が長いための“疲労”だと言われています。

今では誰でも気軽に写真を撮ることができます。当時は1枚を撮るのに1時間近くかかることもあり、その間は動いてはいけませんでした。ですので、写真を撮る人も撮られる人もかなり“魂”を込めていたのかもしれませんね。その疲労ゆえにこのような風評が広まったのではないかと言われています。確かに当時の写真に写っている人の表情はどこか強張ったように見えますね。

そんな写真も現代ではデジカメの普及も進み、ほぼすべての携帯電話にカメラが搭載されています。

昔の人が見たら間違いなく驚くであろうカメラを持って、瞬間を撮る楽しみを感じてみてはいかがでしょうか？



## 歯とカラダが喜ぶカルシウムたっぷりの健康お料理教室

1日に600mg 必要といわれているカルシウム。食生活が豊かになつた現在でも不足している栄養素の一つがカルシウムといわれています。このカルシウムは、私たちの体を支える骨を作る素になっていますが、カルシウムが不足すると、歯や骨がもろくなるだけでなく、イライラの原因になつたり、出血したときに血液が凝固しにくくなるなど、いろい

ろな不都合が起ります。このコーナーでは、牛乳、小魚、大豆製品、チーズなど、カルシウムを多く含む食品を使つたお料理を紹介します。きちんと摂取するにはどういう食事をしたら良いのか。ぜひ、ご家庭の献立の参考になされてください。



### 今回ご紹介のお料理

## 厚揚げ入りガドガド



### \* 材料 (2人分)

A	厚揚げ (油抜きする) ..... 1/2枚	にんじん (短冊切り) ..... 30g	キャベツ (ゆでる) ..... 3枚	ピーマン ..... 1/2個	ピーナッツバター ..... 20g	しょうゆ ..... 大さじ2/3
						酢・酒 ..... 各大さじ1/2
						砂糖・ナンプラー ..... 各小さじ1
						豆板醤 ..... 少量
1人分	カルシウム 141mg	ビタミンC 43 mg				
	塩 分 1.5 g	エネルギー 164 kcal				

### \* 作り方

- ① 厚揚げは拍子木切りにし、にんじんはラップに包んで電子レンジ(600W)で20~30秒加熱します。
- ② キャベツは7~8mm幅に切り、ピーマンは種を除いて横に5mm幅に切ります。
- ③ ①と②を合わせて器に盛り、よくませたAを添えて完成です。