

# ほくほく鬼北 家族の絆

人から人につなぐ絆リレー

No.131

## 「今」を楽しく大切に

大野

啓輔さん

PHAM THI KIEU TRAN NG



大宿の大野さんご家族。海を越えた国際結婚で結ばれたご夫婦です。

吉田の自動車整備工場に勤める啓輔さんは、ツーリングが趣味。バイク仲間の急な誘いにも応じて、早朝からの長距離ツーリングに出かけたこともあります。

チャンさんは、ベトナム出身。外国人技能実習生として来日し、鬼北町内の会社で働いていたところ、実習先の会社の社長さんと、啓輔さんがバイク仲間だったことがきっかけで、2人は出会いました。

チャンさんの故郷、ベトナムのタイニン省は、人口も多く賑わい溢れる街ですが、大宿での田舎暮らしにも、あまり不便は感じていません。日本料理も口に合うし、チャンさんの振る舞う香辛料多めで辛口のベトナム料理も、啓輔さんの口に合うそうです。言葉の壁や、毎年のビザ更新手続きなど、国際結婚ならではの苦労も多いとのことですが、休日は、チャンさんは読書、啓輔さんはバイクと、お互いの趣味や時間を尊重し、言葉ではなく心を通わせることが、夫婦円満の秘訣。「将来のことなどを難しく考え過ぎず、今を大事に楽しく生きたい」と語る啓輔さんの器の大きさが、国境を越えたご縁を、しっかりと繋いでいるようです。

今回は、奥さんが啓輔さんと同級生の、水野陽次さんご家族です。

### 食生活改善推進協議会 健康づくり応援レシピ 一食生活改善推進協議会好藤支部一

#### 郷土料理を傳承し楽しもう『タンサンまんじゅう(みつまんじゅう)』

タンサンまんじゅうは、鬼北町民になじみ深い郷土料理です。青葉の出る頃、山に登り“餅芝”と呼ばれる葉を手に入れてタンサンまんじゅうを作り、田休みの時などおやつに楽しんでいました。出来立ては香りよくホカホカと、心も温まる味です。

家庭によって、材料や分量を微調整して自分好み（おふくろ・我が家）のタンサンまんじゅうに仕上がっており、奥深さを感じます。今回もこだわりのレシピです！ぜひ、ご家庭で味わってみてください。



#### 材料(40個分)

- 薄力粉…500g、こしあん(市販)…800g、クッキングペーパー…5cm正方形×40枚
- A(卵…2個、牛乳…100cc、砂糖…200g、はちみつ…45ml、塩…少々)
- B(炭酸(重曹)…15g、酢…大さじ1)

#### 1人当たりの栄養量

エネルギー：105kcal たんぱく質：3.4g 脂質：0.7g  
炭水化物：20.9g 食塩相当量：0.1g

生地の様子を見て、やわらかければ牛乳の分量を調整します。

#### 作り方

- ①あんは20g×40個に丸めておく。薄力粉をふるう。ボウルにAを合わせておく。別のボウルにBを合わせておく。
- ②薄力粉とA、Bを合わせてなめらかな生地を作り、様子を見て冷蔵庫で30分程度寝かせる。
- ③手に生地がくっつかないように、薄力粉(分量外)をつけながら、生地を40個に丸める。中央にあんを入れて丸め、クッキングペーパーにのせる。
- ④蒸気の上上がった蒸し器で20分程度蒸す。