

イチゴも育児も

伸びしろしかない！

赤松

拓也^{たくや}さん 未紗^{みさ}さん

咲空^{さくら}ちゃん

ほくほく鬼北 家族の絆



近永の赤松拓也さんご家族。イチゴ狩りで人気の「あかまつ農園」を営む、仲良し家族です。

令和3年4月の入籍後、結婚式・出産・育児・新居の計画など、人生の一大イベントが怒涛のように押し寄せた毎日。忙しい中でも、今年7月に完成予定の新居での生活を楽しみにしながら、仕事に子育てに奮闘しています。「これも晩婚が招いたしわ寄せ」と笑います。

香川県高松市で生まれ育った未紗さん。鬼北での田舎暮らしは買い物に不便もなく、夫の実家が近くでありがたいと笑顔で話します。妊娠中も農園のお手伝いに励むなど、すっかり農家のお嫁さん。週に一度、拓也さんのお母さんと一緒に料理をすることが楽しみです。料理の腕も上がり、家族の会話が增え、コミュニケーションがしつかり取れていることが、夫婦円満の秘訣だそうです。

そんな2人の間に昨年誕生した咲空ちゃんは、2月で満1歳に。子育て支援センター「ゆめほつけ」に通って、地域の子どもたちとの交流も始めており、みんなに愛想を振りまく人気者です。

あかまつ農園では、コロナ禍でイチゴ狩りのお客さんが減ってしまったりと、思ったよりイチゴの収量が少なかったりと、苦労もありますが今が底だと思えば「伸びしろしかない！」というのが家族の合言葉。

子育ても、初めてのことがばかりで悪戦苦闘しています。ただ、咲空ちゃんのできるが増え「親子共にまだまだ成長する伸びしろがたくさんある」と前向きです。

今後は、農園にカフェを併設したり、スムージーなどの加工品開発にも取り組みながら、農業を通じて健康に、明るく楽しく暮らしていきたいと笑顔で話していました。

次回は、松浦正佳さんご家族です。

食生活改善推進協議会 健康づくり応援レシピ

鬼北に伝わる郷土料理『草もち』

昔ながらの手作りのおやつ。さつま芋が入っているので固くなりにくいです。

材料(26個分)

さつま芋…300g もち粉…2・1/2カップ 砂糖…1カップ 塩少々
湯…1カップ よもぎ…50g あんこ…700g きなこ適量

作り方

- ①あんこは26個に丸める。
- ②さつま芋は皮を厚めにむいて輪切りにし、水にさらしてアクを抜く。茹でて熱いうちにボウルでつぶす。
- ③もち粉、砂糖、塩を混ぜて、②のつぶしたさつま芋に加えてこねる。次に湯を入れてこね合わせ、ぬれ布巾を敷いた蒸し器にちぎって入れ、約20分蒸す。
- ④よもぎを茹で、すり鉢に入れてすりつぶす。
- ⑤蒸しあがった③とよもぎを混ぜ、よくこね合わせる。
- ⑥バットにきなこを敷いて、その上に⑤を26個にちぎって入れ、あんこを入れて包み、丸める。

食生活改善推進協議会 近永支部

1個当たりの栄養量

エネルギー：116kcal たんぱく質：2.0g
脂質：0.2g 炭水化物：26.6g 食塩相当量：0.1g



鬼北町食生活改善推進協議会 会員募集中！
園 保健介護課 保健係 内線3116