

ほくほく鬼北 家族の絆

人から人につなぐ絆リレー

No.44

全ては「縁」で繋がっている

すざき 清治さん 美樹さん
そら 大空くん 羽海ちゃん



北川の壽崎さんご家族。広い心と美樹さんの明るい笑顔が印象的な家族です。松山市で社会人野球チームの一員として活躍していた清治さん。その引退を機に、3年前、「田舎でのんびり子育てをしよう」と美樹さんの故郷である鬼北町へと戻ってきました。そして、清治さんの野球への夢は、長男の大空くんへと繋がっていきます。

大空くんの夢はもちろん、「メジャーリーガー」。野球にスライミング、さらに英会話も習い、夢に向かって準備は万端。「夢は大きく」と話す美樹さんに支えられ、家族みんなの大きな夢が広がります。妹思いの「大空」くんと、笑顔がチャームポイントの「羽海」ちゃん。そんな2人の名前には「そら」とうみは繋がっているもの。遠く離れてもずっと繋がっているように」と、いつまでも子どもを想う両親の温かい優しさが込められていました。

「鬼北町にきたこと、妻と出会えたこと、子ども達が生まれてきたこと、そして野球を通して、またこの町でさまざまな人と出会えたこと、全てが縁」と話す清治さん。「これからもその縁を大切にしていきたい」その思いが、これまでの「縁」を深め、そしてこれからの新たな「縁」を引き寄せます。

今回は清治さんのナイターソフトのチームメイトである武田修平さんご家族です。

好藤地区 山下一子さんのレシピによる

伊達巻

材料(卵焼き器21cm角型分)

卵…中10個、はんぺん…1枚、山芋(すりおろし)…大さじ1、
サラダ油…大さじ3、だし汁…100cc
調味料A=砂糖…80g、塩…小さじ1、薄口しょうゆ…大さじ1

作り方

- ①はんぺんはみじん切り。山芋は皮をむき、すり鉢ですりおろす。
- ②①をよくすり、卵白を1個分加えてすり、次に卵黄を入れさらによくする。次に全卵を1個ずつ加えその都度なめらかになるまで混ぜる。全部入れたら調味料A、だし汁を入れてよく混ぜる。
- ③卵焼き器を熱し、油大さじ1を入れて全体に回す。②の卵液を静かに流し入れて弱火にし、クッキングペーパー、木ふたを乗せて、時々位置を動かしながら、表面が乾くまでゆっくり焼く。卵焼き器の内側を竹串を一周させてはずし、裏返して取り出す。
- ④卵焼き器に油大さじ2を加え③を入れて軽く焼き色をつけてすぐ火を止めて取り出す。
- ⑤伊達巻用まきすの凸凹の側に④をのせて手前3～4cmを巻き入れ、くるくる巻いて輪ゴムで止めて冷ます。お好みの厚さに切る。

一人2切当たりの栄養量

エネルギー：144kcal たんぱく質：7.2g 塩分相当量：1.2g



食生活改善推進協議会好藤支部



(右) 西田 千代さん
(左) 黒田 暁美さん

おせち料理には欠かせない一品。伊達正宗の好物だったことから伊達巻と呼ばれるようになったとか？自身のすり身の代わりにはんぺんを使用しました。

【食生活改善推進協議会 おすすめレシピ】
今年度は、「おふくろの味」として家庭で作られてきた料理やおやつを、地域の皆さまに習って、ご紹介します。