

私のふるさと



あやか
鈴木絢香さん (山寺町) ※写真右



広島県
東広島市

「乾杯は日本酒で」が条例にある「酒都」広島県東広島市。これが私のふるさとです。

酒蔵の聖地として知られている西条酒蔵通りには、歴史ある蔵元が立ち並び、試飲や見学で日本酒の奥深さに触れることができます。10月には、全国から日本酒愛好家が集まる「酒まつり」が開催され、その日の電車やバスは、お酒の匂いで酔っ払えるのではないかと感じるほどのにぎわいです。子どもの頃には、お酒が大好きな祖父母と酒蔵ラリーに参加し、オバマ元アメリカ大統領が来日したときに飲んだ「大吟醸特製ゴールド賀茂鶴」で有名な賀茂鶴酒造や、日本酒が苦手な人でも楽しめる、日本酒を使用したジェラートや豆菓子販売する亀齢酒造を巡りました。大人になってからは、友人と日本酒を使った地元料理「美酒鍋」を食べながら、わいわいしていました。もちろん日本酒だけではなく、瀬戸内海や山の自然豊かさも味わえます。「いいとこじゃけえ、ぜひみんないってみんなさい！」

須賀川生活4年目。どの公園もきれいに整備されていて、子どもたちと毎日安心して過ごさせています。街のイベントや四季折々の行事が豊富な須賀川。どの街にも、住んでみて初めて分かる良さがあると思います。これからも、地域に触れることを楽しみながら、たくさん思い出を作りたいです。



ナイスボッチャ！

— 第1回須賀川市ボッチャ大会 —

11月23日、市スポーツ推進委員連絡協議会の主催で「第1回須賀川市ボッチャ大会」が円谷幸吉メモリアルアリーナで行われ、31チーム125人が出場しました。

ユニバーサルスポーツとして、老若男女・障がいの有無に関わらず楽しめるボッチャは、幅広い層に親しまれ、熱気あふれる大会となりました。優勝した「ぼっぼや」チームは、12月21日に本市で開催された県大会にも出場しました。

食改さんのおすすめ レシピ File.60

食べましょう 1日3食 バランスよく

主食

冬の寒い日にぴったり！とろみを付けて、うま味を閉じ込めた1品です。

1人分 野菜約200g

白菜のロール巻き



1人分の栄養素量 エネルギー 224kcal たんぱく質8.1g
脂質17.0g 炭水化物12.2g カルシウム132mg 食塩相当量1.4g

主な材料(2人分)

白菜…………… 外葉4枚	水…………… 160cc
ベーコン…………… 2枚	④酒…………… 大さじ1
豚バラ薄切り肉…………… 2枚	⑤ブイヨン…………… 1/2個
塩…………… 1g	⑥かたくり粉…………… 小さじ1
こしょう…………… 少々	⑦水…………… 小さじ2

- 白菜は葉を剥がして洗い、熱湯でゆでてざるに広げて冷まし、縦半分に切る。軸と葉を合わせるように重ね、厚みを均等にし、上にベーコンを乗せ、手前からくるくると巻いてようじで止める。同じように豚バラ肉でも作る。
- 鍋に①を並べ、④を入れ、20分程度煮込む。
- 最後に塩とこしょうを入れ、ようじを外して盛り付ける。残った煮汁を熱し、⑦の水溶きかたくり粉でとろみを付けて上から掛ける。

栄養のポイント！

白菜はビタミンCが多く、風邪の予防に効果的です。
野菜は加熱するとかさが減るので、たくさん食べることができます。



小林きよ子さん



大東の夜を彩る輝き

— おおひがし光のイルミネーション —

12月6日、大東コミュニティセンターで「おおひがし光のイルミネーション」を開催し、イルミネーションの点灯式や、地域団体などによるステージ発表を行いました。

大東中の生徒が作った竹灯籠の点灯も行われ、冬の澄み切った空気の中、灯籠が作り出す幻想的な輝きが、来場者を魅了しました。



生徒たちが市内企業の現場を体験

— すかがわTECツアーズ —

11月20日と12月4日、市内の高校などを対象に、バスツアー型の企業見学「すかがわTECツアーズ」を行い、約450人の生徒が参加しました。参加した生徒は、市内企業の製造現場などを間近で見学し、実際に働く社員の声を聞くことで、市内企業でのキャリア選択について考える貴重な時間となりました。