

イトヨ便り

大槌地域 支援員新聞

No. 12
2013.

7月号

【発行】大槌町地域支援員配置事業
〒028-1115 岩手県上閉伊郡大槌町上町1-6
TEL: 0193-41-2780
E-Mail: otsch.info@gmail.com

大槌第10 仮設団地

「減塩」テーマに 味の素お料理教室

減塩してる!?!思った以上の味に大満足

◀(上)「手まですらないでね!」(左下)「うめえな〜」と箸がすすみます!
(右下) ご飯・豚しゃぶサラダ・ほうれん草のオイごま和え・具沢山みそ汁

6月12日、大槌第10(前段)の仮設団地で「味の素お料理教室」が行われました。このイベントは、大槌町役場保険福祉課の活動の一環で、味の素グループさんのご協力により無料で開催されています。イベントには、女性7名、男性3名もの参加がありました。さつそく、2つのグループに分かれて「減塩」をテーマにした料理教室が始まりました。男性の住民さんも大根をおろす作業や、ごまと野菜を和える作業などを積極的にして

いました。「指まですってしまわそうだあ(笑)」と言いながらも短時間でおろし終わりました。女性の皆さんは、手馴れた手つきで料理をしていました。皆で協力し、アハハと笑い声の絶えない和気あいあいの雰囲気でした。「減塩」のコツは、食材の香りと酸味を生かし塩分を控えることだそうです。今回のお料理教室では、「ドレッシングに酢、ごま和えにオイスターソース、みそ汁に多めの煮干しと昆布のだし汁」を入

完成し、皆さんそろっていただきます!「減塩料理なのに思った以上にしつかり味がついていておいしい」という声がたくさん聞こえ、笑顔もいっぱい見られました。お腹いっぱいになったところで住民さんに、今回のイベントに参加した感想を聞いてみると「おがり盛りの男わらすがいっから、いろんなご馳走をと思つて。見るつもりで来たけど、実際料理をやつてみてすごい良かった」と皆さん大満足でした。

食後は、栄養士さんによる栄養講話がありました。最近、「減塩」や「適塩」という言葉をよく耳にしますが、岩手県は脳血管疾患になる確率が全国でワースト1という調査結果がでています。なかでも大槌町は、塩分の摂取量が多いと言われているそうです。健康で、なおかつおいしく頂けるなんていいですよね。ぜひ、ご家庭で減塩料理に挑戦し、健康な体を目指しましょう。



談話室の アイドル♪



大槌西地区 みうら りょうちゃん(1)

産まれて半年が過ぎた頃から談話室に遊びに来てくれた、りょうちゃん!最初の頃は、お母さんの姿がちょっと見えなくなるだけで泣いていたようですが、今ではお母さんが側を離れても支援員と一緒に遊んでくれます♪ここにこスマイルでかわいいりょうちゃん!支援員のおじ様方は、もうメロメロです!(*´▽`*)



あの日、233人の 「避難行動の記録」

あの人に
インタビュー

赤浜公民館長
古館一義(ふるだて かずよし)さん



5月20日、「大槌町赤浜地区住民3・11大地震直後の軌跡」という本が赤浜地区に全戸配布されました。赤浜地区に住んでいる方の3月11日の避難行動を記録した冊子です。この本は、赤浜公民館の文化体育部の活動により、赤浜地区240世帯に聞き取りを行い、233人の証言を元に、制作されました。今回、活動の中心となり、本の制作に携わった赤浜公民館長、古館一義さんにお話を伺いました。

Q いつごろから制作を考えたのですか?
A 去年10月ころから。时期的に地元の人が津波のことを話せる時がきたのではないかと。まだ1年2年では話すのもやっとなあと。よそから、入ってきている人はさまざま言うけど、やっぱり地元の人達は、「津波の話をするればこみ上げて来る」とか、おれ自身もあるし。自分達も含めて年上が多いわけだ。そういう人達も記憶がいつまでも残っているわけじゃないよと。忘れてしまつてからは、大変なわけだ。検証の意味も含め、制作にとりかかった。

Q たくさんの映像や写真等が残っている今、この本を制作しようと思ったのは?
A 津波の体験を後世に残さなきゃいけないという思いと、大津波がきたことはまぎれもない事実なので、それに向かい合つていかなきゃならない。映像とかテレビとかで見ていると

ないという思いと、大津波がきたことはまぎれもない事実なので、それに向かい合つていかなきゃならない。映像とかテレビとかで見ていると、やむを得ずこの土地を出て行った人が、安心して帰ってこれるような町になってほしい。