

「ノスタルジック加古川町散策」取材しました!

～レポート：岩井末枝委員～

12月1日に、ノスタルジック加古川町散策が開催されました。約210人の参加者が加古川駅前広場に集合し、一組約20人に分かれ、地元ボランティアガイドの案内で各組がスタートしていききました。

寺家町商店街では、蚤の市が開催され、とても賑やかでした。「ホッターズ」というお店では、昭和時代の加古川駅の写真や昔懐かしいおもちゃなどを見ることができました。ニッケの住宅跡の洋館前を通り、映画「少年H」などのロケ地を巡りました。また、秀吉の命で黒田官兵衛が軍議を開いたとされる加古川城跡に建てられた称名寺を巡り、大銀杏の黄葉を観賞しました。

ゴール地点の加古川市総合福祉会館でお弁当とぜんざいを食べた後、ボランティアメッセ2013にも多くの方が足を運んでいただきました。参加者の方が「加古川に住んでいるのに知らない所がこんなにあった。今日は楽しかった。」と話していたのが印象的でした。



料理にチャレンジ!

鱈のグラタン



コラム

冬野菜の定番、白菜の本県の生産量は約2万トン/年と近畿圏では断トツで、東播磨地域でもたくさん生産されています。

霜に当たると甘みが出て、食物繊維やミネラル、抗がん作用のあるイソチオシアネートが豊富なので、おすすめの食材です。

【材料(4人分)】

- ・鱈(生)の切り身4切、白菜400g、人参 80g、じゃがいも 120g、しめじ1パック(約100g)、えのき茸 1袋(約100g)、溶けるチーズ 120g(グラタン・ピザ用ミックス)
- ・塩 小さじ2/3、コショウ 適量、水 500ml、小麦粉(薄力粉)大さじ2、牛乳 300ml、塩 小さじ1、青のり粉 小さじ1

【作り方】

- ①鱈に塩・コショウをし、ざるにのせ15分ほどおく。
- ②白菜は、芯を切り取って一口大に切り、葉も一口大に切り揃える。
- ③人参は、皮をむき、一口大の乱切りにし、じゃがいもは皮をむき、5mm程の半月切りにする。
- ④しめじは、根元を切り取り、適当な大きさに分け、えのき茸は、根元を切り取り、半分に切る。
- ⑤鍋に水と、さっと水洗いした①を入れて火にかけ、煮立ち始めたらアクを取り、沸騰したら鱈を取り出す。

- ⑥⑤の鍋に、野菜、きのこ類を入れ、軟らかくなったら、牛乳、小麦粉を加えかき混ぜながら、弱火でトロミが出るまで煮たら、塩で味を調える。

※小麦粉がダメにならないように注意!

(ボウルに小麦粉を入れ、牛乳を少しずつ混ぜながら加えておくことよ)

- ⑦耐熱皿に⑥の野菜類を入れてから、⑤の鱈を置き、煮汁をかけ、溶けるチーズを全体に散らし、230℃のオーブンで表面に焦げ色がつくまで焼く。
- ⑧⑦に青のり粉を振りかけ、受け皿にのせて、できあがり。

編集後記

第6期東播磨地域ビジョン委員会では、東播磨地域ビジョンの理念「水辺・ものづくりのまちで生きる」のもと「東播磨をこんな地域にしたい」と夢と願いを描き、ビジョンの実現に向けて、住民主体による多様な活動が展開されてきました。

きらっとVisionの発刊にあたり多くの方々のご理解とご協力により、情報発信をしてまいりました。広報委員一同、心より感謝申し上げます。

なお、きらっとVision第4号では、第7期東播磨地域ビジョン委員の募集をしています。「誰もが生き生きと暮らし、育ち、学び、働ける」ことを目指し、一人でも多くの方に参加していただきたいです。

(島 久子)

第6期広報委員会

- 代表 島 久子
岩井末枝
黒崎 壽
富木 攻
長友 皓
丸谷聡子
矢方久美
吉田依子