

福島市小鳥の森で 冬鳥の観察会



キツツキの仲間があけた穴があるよ



給餌台に次々やってくる鳥たちを観察



焼き芋いただきます！



リスが食べた松ぼっくり発見

NPO法人
伊達西地区

自治協だより

第31号

発行・編集
NPO法人
伊達西地区自治協議会
発行責任者
理事長 小野孝雄

あつ アカゲラ！

1月30日(土)、福島市小鳥の森で、冬鳥の観察会を開きました。雪のちらつく寒い日でしたが、小鳥たちは元気に飛び回っていました。ネイチャーセンターの新ストーブで温まりながら、レンジャーの方から冬の小鳥の様子などお話を聞きました。ネイチャーセンターから見える給餌台(えぎの箱)にいっぱい小鳥が集まっています。楽しそうにも見えました。

双眼鏡を貸していただき、ネイチャーセンターから、自然豊かな森へ。アカゲラ、小鳥のあしあと、キツツキの開けた穴、まつぼっくりの「エビフライ」(松の実を食べた後の形)、など、おもしろい物を教えていただきました。ネイチャーセンターに戻り、レンジャーの方が焼き芋をつくってくれていたの、体が暖まるし、とてもおいしくいただきました。後日、伊達中央交流館の緑地にもえさ台をつくりました。シジュウカラが来ています。

【活動内容】

- ・ゴミ出し 1回
- ・雪かき (15分)
- ・片付け (15分)
- ・庭手入れ (15分)
- ・灯油入 1回
- ・電球交換 1回

「地域支え合い活動」 始まりました

「地域住民のちょっとした日常生活上の困りごと」の支え合いをし、住みやすい地域づくりを目指す活動です。

会員の募集後、3月10日から活動を始めました。早速、ゴミ出し、片付けなどのご利用がありました。

現在、利用会員が147名、協力会員が119名の登録があります。これからも随時、会員の募集をしていますので、伊達中央交流館へお問合せください。

シリーズ おらが町内会パート2 駅一・駅南・根田・駅東 町内会

◆伊達駅前四町内会連絡協議会

伊達駅前四町内会連絡協議会は、JR伊達駅周辺にある「駅一」「駅南」「根田」「駅東」の四町内会で構成し、伊達駅前地域全体を安全安心に暮らせることを目的に各町内会世帯数に応じた負担金をもって運営している協議会です。

事務局・防災部・環境整備部の3部会で構成し現在は、約480世帯となっています。

駅前地区全体は、新築アパートや持ち家が增加しつつあるが、一方で高齢者世帯や一人暮らし世帯が増加し、地域守り事業が重要となっております。特に本年度は、コロナ禍の中、家にこもりがちな一人暮らし世帯や高齢者世帯等を駅前住民福祉委員と民生委員の方と連携し、見回り・声かけ運動を実施し多くの方より感謝やお礼の言葉をいただいたところです。今後も継続したいと思っています。

令和元年10月27日
駅前防災訓練のようす↓



↑新しい床、椅子、テーブル利用の集会所のようす

駅前集会所は、四町内会で一カ所となっており旧伊達小学校建設時の古材を使用し建築したため、老朽化が進み、令和元年度に、床板張替工事を施工し、併せて、長脚テーブルと椅子を購入し足腰の弱い高齢者が快適に利用できるよう環境整備を図ってきました。

自主防災会議は、大規模災害等の発

殿町町内会が会報 100号記念誌を発刊

◆14年間の歩みの記録

殿町町内会では、町内会報として「かわら版『とのまち』」の発行を平成18年9月から続けてきましたが、令和2年11月で100号を迎えました。それを記念してこの度、100号分の会報を合本した記念誌とそのCD版を作成し、全世帯に配布しました。14年間の町内会の足跡を辿ることができ、会員のみなさんに



記念誌

否確認のみで、災害対策本部立上げには、至りませんでした。日頃の訓練がいかに大切かを痛感いたしました。

連絡協議会の運営を担う各町内会の役員が毎年交代するなど、役員後継者養成・育成が今後の課題であり、急務であります。会員の皆様と協力して解決していきたいと考えています。

(伊達駅前四町内会連絡協議会
会長 佐藤 隆)

としては、色々な思い出がよみがえってくるでしょうし、また今後の活動の参考にもなることでしょう。

◆記憶を記録に

町内会の出版物は、平成4年の北一町内会報100号達成記念誌と、平成24年の川原町町内会の諏訪神社改築記念誌「川原町のあゆみ」に続くもので、作成に関わった方々の労苦に心から敬意を表し、ここに紹介いたしました。

編集後記

コロナ禍での今年度の活動も、「冬鳥の観察会」「味噌作り教室」で全てを終了しました。今号には、年配の方にはなつかしい食べ物も紹介しています。次年度もたくさんの方で誌面を飾ればと思います。(菊田)

心にのこるなつかしのあの味! ご紹介



●うるち米からつくる「あやめだんご」 (八島 俊雄様)

・どんなもの?

仕上りの見た目は市販の団子だが、こしが強く手作りが味わえる。

※柏餅にも転用できるが水気を使うので長持ちはしない。蒸かすと若干長持ちするかも。

・どんなときに食べた?

木賃宿の嫁だったばあちゃんが手間暇かけて作ってくれた。白でつく仕事を手伝った記憶が鮮明。あやめと名がついていたので、旧暦の端午の節句あたりに作ってくれたような気がします。

・材料

うるち米(一升)、小豆餡・みたらし醤油餡など

・道具

大きな深鍋(昔は羽釜だった)、白一式(餅つき機可)

・作り方

- ①洗米・浸水したうるち米を、沸騰したお湯にパラパラと入れて、ゆっくりとかき混ぜる
- ②お湯が再沸騰したら、ざるにあける
- ③すり鉢にあけて、すりこぎ棒で押しつぶす
- ④粘り気が出てまとまったら手の平サイズにまとめる
- ⑤蒸し器の蒸し布に並べ、30分以上蒸し上げる
- ⑥餅をすり鉢に移してこね、餅つき機に移してつく
- ⑦握りこぶし大に丸め、冷水に入れ10~20分冷ます
- ⑧水気を拭いて、餅つき機でもう一度つく
- ⑨餅を直径3cmほどの棒状にのばして、木綿糸で食べやすい大きさに切る
- ⑩お好みの餡にからめてお召し上がりください!

●みそまめ (70代女性)

・どんなもの?

味噌味の大豆(おかず)

・どんなときに食べた?

温かいご飯にのせて
・材料 大豆・味噌・砂糖
・道具 フライパン
・作り方 大豆をフライパンで煎る。豆が浸る程度の水を入れふたをして、柔らかくなったら味噌・砂糖をからめる。

●じゃがいももち (鈴木信子様、ほか70代女性)

・どんなもの?

甘くておいしい

・どんなときに食べた?

母親がおやつに作ってくれた

・材料

ジャガイモ、砂糖

・道具

鍋

・作り方

ゆでたジャガイモをつぶし砂糖を入れて丸めたもの

●ジャガイモのきんぴら (八島 俊雄様)

・どんなもの?

珍しいものではない。

ジャガイモを薄切りし、油炒め

・どんなときに食べた?

お惣菜作りに迷ってしまったとき

・材料

土間に転がっている芋一つ、ネギ、にんじん、ソーセージなど、酢

・作り方

想像してみてください!

●大豆の砂糖まぶし (70代女性)

・どんなもの?

煎った大豆に砂糖をまぶした菓子

・どんなときに食べた?

梅雨時や冬期、外で遊べないときにポリポリ、カリカリと硬く時間稼ぎになります。

・材料

大豆、砂糖

・道具

フライパン

・作り方

大豆をフライパンで煎る(油はひかず)。大豆の皮が割れたら砂糖を加えからめる。

●懐かしいおやついろいろ

(芳賀よし子様、鈴木信子様、ほか70代女性のお話から)

・もちろしだんご

・豆味噌

・イナゴ

・モチゴのジュース

熟した実をところてんのような容器でつぶして押し出す。

・干し芋 種類はべにはるかがよい。

・田舎の天ぷら 野菜(ナス、インゲン)などを味噌味にして。

●きぬかつぎ (吉田 譲様)

・どんなもの?

里芋(子芋)のゆず味噌

・どんなときに食べた?

酒を飲むとき(自分分)

・材料

里芋、味噌、ゆず

・作り方

里芋をゆでるか蒸して

●タケノコの皮と梅干し (吉田 譲様)

・どんなもの?

おやつとして

・どんなときに食べた?

タケノコがとれる頃、新しいタケノコの皮を使って、梅干しのシソの味をかみながら味わった。

・材料

タケノコの皮、梅干しのシソ

・作り方

タケノコの皮を三角に折って梅干しのシソを包む。



味噌作り教室



先生のお手本にならって材料をやさしく混ぜていきます

3月26日(金)、キッチン醤油株式会社様を講師に迎え、味噌の仕込みを教わりました。コロナ対策のため、例年より少ない定員で、午前と午後の2回に分けての開催となりました。一人ひとり用意された大豆、麹、塩を、麹をつぶさないようにやさしく混ぜて樽に詰めました。参加者の皆さんは、上手に発酵させるためのコツを教わりながら、自分の味噌を丁寧に仕込んでいました。おいしい味噌を味わうのが待ち遠しいですね。



心にのこるなつかしのあの味! ご紹介



新型コロナウイルス感染症対策のため、自宅で過ごすことが増えたこの頃。

家庭で食べていた、心に残っている味を教えてください!と昨年7月に募集をしたところ、様々な思い出話とともに「なつかしのあの味」をお寄せいただきました。ありがとうございました。「新しい生活様式」が必要となり、日々の暮らしを大きく変えざるを得ない今ですが、よき思い出は受け継ぎながら過ごしていきたいですね。詳しいレシピを教えてくださいました方もいらっしゃいますので、ぜひ実際に食べてみてください。

●野菜 えごま(10ねんの葉) 10年長生き (遠藤 稔様)

・どんなもの?

βカロチン、ビタミンC・E

抗酸化・免疫力・糖を抑える・老化防止(たけしの番組で)

・どんなときに食べた?

夏バテ防止に味噌おにぎりに巻いて食べた(昔、幼い頃、貧しい頃)

・材料

えごまの葉・醤油またはめんつゆ、和からし(お好みで)

葉は一日4g、茹でオクラを巻く

・道具

包丁、まな板他、えごま味噌にはすり鉢(小)

・作り方

・葉を刻みめんつゆに漬ける(納豆・冷や奴・素麺の薬味として)

・葉のまま漬けておにぎりに巻く

・ニンニク醤油に漬ける など



●カラメル (カルメラ?) (服部 京子様)

・どんなもの?

甘くてパリパリしたもの

・どんなときに食べた?

戦後、おやつ代わりに親が時々作ってくれたもの(詳しく記憶にないので迎って)

・材料

赤ザラメ、ふくらし粉(ベーキングパウダー)

・道具

赤金の鍋(銅鍋)、かき回す木の棒(すりこぎ棒のミニチュアくらい)

・作り方

火鉢の熱でザラメ・ふくらし粉を少々、焦がさないようにかき混ぜ、ふくらしたらやめる。

●お茶の子団子 (吉田 譲様)

・どんなときに食べた?

お盆前にお墓の草刈りや掃除をした後にみんなで食べた

・材料

うどん粉、醤油、砂糖、片栗粉(とろみをつける)

・作り方

うどん粉に水を入れて練る。少し寝かせる。お湯の中に入れてゆでる。ざるにとり、餡(砂糖醤油)をつけて食べる。

