

はしかみかわら版 第5号(平成24年2月)

～会員の皆様へ～

早いもので東日本大震災発生から一年を迎えようとしています。

最近、被災地の復興への思いを込めた陸前高田出身の千昌夫の歌「いっぽんの松」に出会いました。

波がさらった七万本の…陸前高田の松原に…いっぽん残った松がある…もう一度故郷作ろうと…戻る人たちが迎えるために…残った祈りの松がある…と歌っています。

復興のシンボルの一本松が何とか生き延びて欲しいと声援を送ってきましたが、それもいつかは枯れてしまうとか。

大震災に遭遇し余りにも過酷な被災地へなんとかしてあげたい、何かが出来るはずと思いがちも、日々追われてしまう毎日であります。追い討ちをかけるような、数年以内起こると言われている首都直下型大地震の規模と被害情報に触れるたびに不安な毎日であります。

一月の定例会議では盛りだくさんのテーマの中で被災地へのボランティア活動、被災地訪問も議題には出たが、どこまでふるさと会として出来るか、議論も道半ばであったが、「ふるさととはしかみ会」の仲間には既に100人を超えている事を考えると、ボランティア活動が出来る日もそう遠くはないと思えます。

今年の私どもの会社では新入社員研修の一つに、ボランティア活動も含めて被災地訪問を計画しています。そこで机上では得られないものを感じ、体験することになるでしょう。

また斎藤会員の HP で被災地応援ファンド (<http://oen.secure.jp/>) の紹介が出ていましたが具体化に向けていきたいと思えます。

かわら版も第5回目と回を重ねてまいりました。これも皆様のふるさと会にける思いと事務局の努力の賜物でもあり感謝いたします。

ことしも賑やかに、ワイワイガヤガヤやっていきたいと思えますので宜しくお願いいたします。

第2回(二〇一一年一月)ふるさととはしかみ会・総会&会員交流会

昨年11月19日、東京都内のホテルグランドヒル市ヶ谷にて第2回「ふるさととはしかみ会」総会並びに会員交流会が約90名の参加者で盛大に開催されました。

まずは、東日本大震災による犠牲者の方々に對し黙禱を捧げ、ふるさととはしかみ会の内城会長挨拶から開始されました。引き続き濱谷事務局長による「ふるさととはしかみ会」平成22～23年にかけての映像による活動報告・会計報告、塩垣監事からの会計監



査報告等が行われました。

その後、浜谷町長の挨拶、明石参議院議員の挨拶と続き、第二部の基調講演では、テレビでお馴染みのオスマン・サンコンさんによる楽しい講演がありました。総会終了後、ホテル内の懇親会会場に移し、会員交流会では、木村階上町議会議長の乾杯で始まりました。

ゲストに八戸出身で演歌歌手の青戸健さん、お笑いコンビのコンパス、階上町出身で元幕内力士・十文字友和氏、フォークデュオ・びいだまさんなどが楽しいトークや演奏で会場を盛りあげてくれました。

今年には更に多くの御参加を頂いて会の発展を皆で祝いたいと思えます。最後は釜谷工務店社長、釜谷久様の三本で盛会のうちにすることが出来ました。



郷土料理の紹介コーナー



今回は春を告げる食材、ヤリイカと筍です。お隣八戸はイカの水揚げ日本一。階上の若布も日本一。ここお江戸深川も築地市場が直ぐ傍。新鮮な「ヤリイカと筍」が入りました。此度は炊合せ「ヤリイカのけんちん蒸しと湯葉若竹煮」を作ってみました。どちらもオーソドックスな調理法ですが合わせてみると意外といい感じになります。

①まずヤリイカのけんちん蒸しを作ります。ヤリイカは通常壺抜きにしますが今回は開いて使います。一枚に開き皮を剥ぎ、サツと薄目のたて塩にくぐらせます。足は細かく刻みます。

②けんちん地を作ります。木綿豆腐は水切りして置きます。細かい藪人參、隠元の小口切り、筍の姫皮も細かく切って①のイカの足と一緒に軽く茹でておきます。

③水切りした木綿豆腐をすり鉢に移し、掏りながら砂糖、塩、淡口醤油で味を調えます。これに②の具を加え、ゴムベラで混ぜ合わせれば、けんちん地の出来上がりです。

④開いたヤリイカの内側に刷毛で小麦粉の打ち粉をします。これにけんちん地を乗せて巻き、ラップで巻いて前後をしっかりと縛ります。更にアルミホイルで巻き、二十分ほど蒸して出来上がりです。

⑤筍は常のように包丁を入れ、米ぬか、鷹の爪を入れて茹で、形を調べて濃い目の吸地加減に煮切味酊で調整して炊きます。

⑥若布は戻して筋を取り、適詮に包丁指して手練り湯葉で人差し指ぐらいの太さに巻きます。

⑦包丁したけんちん蒸しは濃い目の銀箔にくぐらせ、湯葉巻き若布を枕にヤリイカ、筍と盛付け、甘めに炊いた梅麩をあしらいい筍の煮汁を差します。



(提供:町家&遊膳 川向会員)

塩垣さんのマラソン放浪記

ふるさととはしかみ会の皆様 こんにちは！
私がマラソンを始めてから、早くも十年以上が過ぎましたが、今は、あまり気張らず、大会も取り敢えずは、完走目標で走り、記録は後からついてくる...という感じです。お陰様で、日常のランニングと大会参加を楽しむことは、私のストレス解消と心身のリフレッシュとなつていきます。ここ数年は観光やゴルフ、「行くなら、その町を走ってみよう」と大会参加を取り入れる「旅ラン」を楽しんでいます。昨年後半に参加した大会について少し書いて見ました。



四万十川 100km マラソンの完走証明書(総合 42位！)

走り出す。牛舎前通過時にはその香りに、時々呼吸困難になります。地元の方々の牧草ロールメッセージ応援に元気づけられます。そして、完走者は鮭一匹をゲット！です。また、釧路「和商市場」では、好きな海鮮を選んで自分流「勝手井」が美味しいですよ。
一〇月一六日、一〇〇キロの抽選のある「四万十川ウルトラマラソン」に参加。現地で高知出身のラン友とボランティア仲間と遭遇。初めての四万十と高知を楽しんできました。
真つ暗な中の早朝スタートも次第に夜が明けると清々しい山を登り、清流四万十川を下り、美しい川を眺めながら、快走！しかし、昼からは気温も上がり、太陽を遮る木々の

ない川沿いと、八〇キロを過ぎてから、川下りで疲れてきた足と心は、沿道の応援者に元気に手を振ったものの、遂に疲れてトボトボ歩き、同じペースで走っていたラン友に追い越し、追い越されながらのゴール！「はあ、疲れた」。途中まで順調だったのに...と反省しつつ、地元の方々の応援とボランティアがあつてこそ完走出来たことに感謝！
そして、翌日は、十一月下旬、石川遼君等参加のカシオオープンゴルフが開催される黒潮カントリーへGO！
十二月十一日、「奈良マラソン」に「はしかみ町」の広告入りゼッケンで参加。給水箇所や沿道の方々に「はしかみ町、がんばれ！」「はしかみ、頑張れ」と声援され、ふるさととは有り難いと感じ、高校の修学旅行以来、三七年ぶりに訪れた奈良を、自分の足で走れたこと、コース上にある初めて訪れる天理の町並みに感激した大会でした。

会員の素顔

かわら版をご覧の皆様こんにちは。
榊出身の浜谷大樹です。年齢は29歳ですが、来月30歳なので、30歳と思っただけだと思います。

私は今「京成電鉄」という鉄道会社で運転士として勤務しています。勤務内容は言うまでもありませんが、電車を安全快適に運行するのが私の勤務内容です。勤務体系は毎日固定されているわけではなく、朝5時の早朝出勤や、最終列車まで担当する宿泊勤務も有りまして、決して楽というものではありません。しかし、今では私の幼少の頃からの夢である職業につけて幸せを感じています。

最後に、成田空港をご利用の際には、京成スカイライナーをどうぞご利用ください。



お知らせ イベントコーナー

月日	東京 イベント
2 / 13 (月)	役員会 (スタッフミーティング)
2 / 15 (水)	第5号はしかみかわら版発行
2 / 19 (日)	青梅マラソン 30 ㎞
2 / 26 (日)	東京マラソン 42.195 ㎞
3 / 12 (月)	役員会 (スタッフミーティング)
4 / 1 (日)	高水トレイルラン 30 ㎞
4 / 7 (土)	花見会 (隅田公園)
4 / 13 (金)	役員会 (スタッフミーティング)
4 / 15 (日)	長野マラソン 42.195 ㎞

【事務局より連絡】

- 1) 4月7日(土)隅田公園にて花見会を予定しておりますので多数のご参加お待ちしております。
- 2) 今回から会員の皆様方にかわら版と同時に広報はしかみも四半期に一度役場から発送して頂きますので、お楽しみ下さい。

編集後記

昨年は東日本大震災により、当会のイベントも、またわがふるさと階上のイベントも自粛したことで、何か物足りなさを感じる1年でした。今年で2年目に入る当会の活動も多くの仲間を支えられながら楽しく、また身の丈にあった内容で進めて参りたいと思えます。引き続き、皆様方の積極的なアイデアやご参加をお待ちしております。

次回冬季号は、5月15日発行予定