



コーちゃん・オーちゃんの 「見つけた！豊岡元気人」



料理教室の様子



料理教室の様子



田中香代子さん(69歳)寿町

人との出会い、つながりを大事にしながら、若い世代にごはん食の良さを伝えていきたい

自身の経験をもとに、ごはん食の良さを伝える元気な女性を紹介します。

毎月五つの料理教室で講師を務める田中さん。

田中さんは、豊岡病院で約40年間、栄養士として勤めていました。退職後、神戸大学名誉教授の保田 茂さんの「食と農」をテーマにした講演を聞き、ごはん食の大切さに改めて気付きました。

そして、3〜4年前に自宅を改装し、食工房「耕但キッチン」を開設しました。工房では、お店に出す惣菜などを作っています。

地域にとって良い循環が生まれている

田中さんは、馴染みの農家と契約し、餅米や小豆などの栽培を依頼し、料理教室の食材として使用しています。実際の時期になると、教室の生徒たちと一緒に収穫します。今年初めて若いお母さんたちにも声を掛け、収穫に参加してもらいました。後日、参加できなかったお母さんたちから「私たちも収穫したかった」という声を聞き、来年の開催にも意欲を見えています。

『農家に栽培を依頼し、若いお母さんたちが収穫体験をし、収穫したものの調理を習

い、食べる』ことは、地域にとって、良い循環が生まれているのではと田中さんは誇らしげ。

東日本大震災が発生したときには、自分に協力できることはないかと考え、餅を販売して売上金の全額を被災地に寄付しました。以来、毎年地震の起きた3月になると、餅を販売し、寄付を続けています。田中さんは「10年は続けたい」と意気込みます。

忙しい日々を送っている田中さんですが、空いた日には、趣味のエアロビクスで体を動かしています。あとは、所属するウォーキングクラブで、月に数回あるウォーキングに積極的に参加しています。

食の大切さ

栄養士として働いていたときは、メニューの栄養値や地産地消ということばかりに注目を払っていました。教室で料理と向き合うようになり、改めて料理を楽しむようになりました。「そのおかげか、最近、息子から『前よりおいしくなったね』と言われます」と笑って話す田中さん。

今では料理教室が口コミで

広がり、知り合いの方から食材をいただくことも増え、その食材をどう生かすかを考える毎日。

田中さんは「3〜4年前から小学生の孫とも一緒に暮らすようになり、孫にご飯の炊き方やみそ汁の作り方を教えると、今では毎朝のみそ汁作りは孫の仕事になっています。自分の孫を含め、子どもたちはいづれ家から離れて自立します。いつか孫と同じような年代の子どもたちにも料理を教えることができればいいな」と話します。

今後の抱負

「今は忙しくさせていたでいてるので、新たに料理教室の申込者があってもお断りしているところです。興味を持って申し込んでもらった方を断るのは辛いです」と申し訳なさそうに話す田中さん。今後の抱負を聞くと、「おかげさまで、多くの方と出会い、楽しい毎日を送ることができています。これからも自分なりに住んでいる地域に貢献できることを考えて、80歳、90歳を元気に過ごしたいです」と話していました。

ま ち の 話 題



▲12種の品と色紙、市長メッセージを70箱に詰めた

山陰海岸ジオパーク110kmウォーク
来日岳の成り立ちに思いをはせて

11月23日、来日岳（城崎町来日）から城崎温泉街にかけて、「山陰海岸ジオパーク110kmウォーク」が開催され、約20人が参加しました。

ジオパーク普及啓発専門員の三木武行さんは「来日岳には、中新世（約2千万年前）の植物の化石があちこちに転がっています。当時、中国大陸の一部だったと考えられます」と、地質などを説明しました。

登頂後、休憩していた川渕茂行さん（日高町太田）は「円山川などの景色がとてもきれいです。道中では、紅葉や雲海も楽しめました」と満足そうに話していました。



▲植物化石から当時の環境を想像する参加者

東日本大震災被災者への贈り物
今年も「応援する心」を届けます

12月10日、新潟県三条市で暮らす東日本大震災被災者へ、贈り物を届けました。これは、「豊岡市土地改良協議会」「二方蒲鉾（株）「Teans」」「ポランティアグループ支縁の和」から提供いただいた野菜・餅・練り製品・折り紙に、市からの玄さんクッキーやメッセージなどを添えたものです。

同協議会やボランティアグループは、当日、箱詰め作業も行い、ヤマト運輸（株）の協力を得て発送しました。

同協議会の小西勝市さんは、「農業後継者グループが作っている野菜です。頑張っしてほしい」と話していました。

笑顔の輪

受け継がれる伝統と絆

出石町大名行列保存会

「出石お城まつり」の華として知られる「大名行列」。その歴史は古く、江戸時代に始まり、現在は、出石地域在住の有志からなる「出石町大名行列保存会」によって受け継がれています。

大名行列の一番の見せ場は、何といても「槍振り」。独特の掛け声に合わせて、



▲暗い中、練習に励むメンバー

指導するのは大変ですが、槍振りを通して伝統文化に触れることで、子どもたちに郷土愛を育んでもらいたいとの強い思いが支えています。

まつりの主役である大名行列ですが、その華やかさは、地道な努力と熱意で成り立っています。

保存会は、さまざまな職業の方たちで構成されているため、練習は、みんなが集まることのできる午後8時から行きます。わずかな明かりの中、大手前駐車場で、黙々と全体

練習に励みます。

また、「子供大名行列」の指導も重要な活動です。毎年、中学一年生を、夏と秋に一週間ずつ指導して、槍振りができる状態にまで仕上げます。

指導は、夏は午前7時から、秋は午後4時から開始します。仕事の前後や、仕事を休んで

会長の西川秀雄さんと事務局長の加藤 勉さんに尋ねると「仲間との出会い」とのこと。

この会がなければ、まず知り合えなかった方たちが、大名行列を通じて無二の仲間になる！今年で150年目を迎える伝統行事は、伝統だけでなく、現代の人の絆づくりにも大いに役立っています。