

幸せごはん

～わが家の台所から～



うまだれ揚げ鶏

しまむらあさみ
島村麻美さん(安永3町内)

わが家はみんな鶏肉料理が大好きです。唐揚げ、親子丼、塩焼き、チキン南蛮と、日を空けずに鶏肉料理が並ぶことも。だから冷凍室にはいつも鶏肉がびっしり。

中でもリクエストが多いのが「うまだれ揚げ鶏」です。食べ盛りの中3の長男と中1の長女は、このメニューが食卓に上るとたちまちご機嫌になります。



チャームングで優しい人柄の島村さん

レシピ

【材料】

鶏むね肉1枚、A(しょうゆ・酒各大1/4、ニンニクとショウガのすりおろし少々、塩こしょう)、カタクリ粉・ブラックペッパー適宜、B(しょうゆ・みりん各大2、酒・砂糖各大1)、ごま適宜

【作り方】

- ①鶏むね肉は厚みのある部分に包丁を入れて開き、ラップで包んだら麺棒で叩いて伸ばす。
- ②①の肉にAの調味料を加えて揉み込み、ブラックペッパーを振って、カタクリ粉を両面にまぶす。
- ③フライパンに深さ1cmほどの油を温め、強めの中火にかけて揚げ焼きをする。
- ④③を一旦取り出し、別の鍋にBの調味料を入れて2分ほど煮詰める。
- ⑤④のたれに揚げ焼きした鶏むね肉を絡め、食べやすい大きさに切り、ごまを振りかけて完成。

わがまち散歩



上：過日行われた子ども会によるジャガイモ掘りの様子(提供写真)



左：前列左から田崎奏祐君、坂田宗真君、藤瀬爽詩さん。後列左から田崎さん、坂田さん、藤瀬さん

で安心して預けられます」と坂田鮎美さん。「先日ジャガイモ掘りが企画され、地元の方々に協力いただきました」と田崎幸さん。6年前に熊本市内から移住した藤瀬佑依さんは「子育てには理想的な環境です」と話します。「子どもは地域の宝」と口をそろえる東無田の地区の温かさが伝わってきます。



散歩の終わりに

子ども会を卒業した後も毎年イベントに参加する、中高生や大学生が多くいるそうです。こうした地域の取り組みは、やがて彼らが大人になったとき、古里への思いやこの土地を愛する思いを深めることでしょう。「東無田にはコンビニはないけれど田崎商店があるもん」と誰かが胸を張りました。入り組んだ家々の間隔、ほどよい集落の距離感が温かいコミュニティを育んでいます。

心をつなぐ針仕事

可愛いエプロン柄とおそろいの帽子。ちよっとしたおしゃれ感が光る森永映子さんの普段着姿。「私たちの世代ってお出かけの装いより、普段着でいる時間がほとんど。だからこそ、普段着を楽しく着こなしたいなって」と話す森永さんは長年、洋裁の仕事を手掛けてきました。洋裁の小物や道具、布類が整然と配置された自宅アトリエ。その一番眺めのいい窓辺には、長年の相棒のミシンが鎮座しています。森永さんは「このミシンと一緒に、数え切れないほどのお客様の笑顔を見てきました」としみじみと振り返ります。熊本地震直後、心も居場所もバラバラになった地域の女性たちに森永さんは「一緒に何かやりましょう」と提案しました。まずは手を動かす



上：森永さんの宝物で相棒のミシン。下：ミシン糸も美しく整頓されています

巾着作りから呼びかけると、予想外の人数が集まったそうです。それを機に「絆の会」が発足。活動は活発に続いており、現在はブラウスと帽子を製作中とのこと。 「年齢を重ねると体型やイメージに合う洋服ってなかなか見つからないもの。だったら自分で作れたらどんなに楽しいかしら」と話す森永さんには、ちよっとした夢があります。「普段着のファッションショーをやりたいなって。みんなで自作の服を着てヘアメイクも整え、モデルさんのようにランウェイを歩くの。すてきでしょ」と少女のようにキラキラと瞳を輝かせました。



明るい森永さんに会うと、たくさん元気をもらいます

知人のお母さんの泥織で仕立てたトップス。とてもステキなデザインです

オタクの女王に出会う

「メダカをめっちゃ飼っている人がいるよ」と森永さんから紹介してもらった、潮崎由利子さんを訪ねました。



上：潮崎さんが育てているメダカ。水槽の個数は数知れず
中：雑貨が好きという潮崎さんのコレクションの一部
左：コレクションを見せてくれた潮崎さん

した」とこれぞまさしく、「こうなりましたオタクあるある」です。地震後、夫と熊本市東区から移住してきた潮崎さんは、念願叶ったこの暮らしをととても気に入っているようです。

子どもは東無田の宝

東無田で盛んなのが子ども会の活動。未就学児から小学6年生までが所属し、防災キャンプ、田植え、夏祭り、クリスマス、餅つきなど一年を通して楽しいイベントが企画されています。子どもたちのみならず、保護者同士のコミュニティも深く「お友だちの家に子どもたちが遊びに行っても、パパやママとも知り合いなの