



## 幸せごはん ～わが家の台所から～

### ジャガイモのオムレツと ニンジンのシリシリ

よしかい さえ  
吉海早瑛さん(福富)

いつも冷蔵庫に常備している食材が、卵、ジャガイモ、タマネギ、ニンジン。買い物をするのがおっくうなときは、これらの食材を工夫して2品ほど作ります。

1品はオムレツ。ジャガイモを加えることで食感もよく、食べ応えがあります。2品目はニンジンのシリシリ。手抜きとは思えない出来映えに家族も納得です。



#### 【材料】

《オムレツ》 ジャガイモ1個、タマネギ1/2個、卵4個、牛乳大1、粉チーズとオリーブオイルは適宜、塩こしょう  
《シリシリ》 ニンジン1/2本、ツナ(もしくは明太子)適宜、めんつゆ大1、オリーブオイル

#### 【作り方】

- 《オムレツ》  
①ジャガイモは細切りにして水にさらす。タマネギは薄くスライスする。  
②フライパンにオリーブオイルをひいて①の材料を炒め塩こしょうをする。  
③ボウルに卵を割り入れ、②の材料と牛乳、粉チーズ、塩こしょうを加えて混ぜる。  
④フライパンにオリーブオイルをひいて③を入れてふたをし弱火で蒸し焼きにする。一面が焼けたらひっくり返して裏面も焼いて完成。
- 《シリシリ》  
①ニンジン薄くスライスして細切りにする。  
②フライパンにオリーブオイルをひいて①を炒めツナを入れる。仕上げにめんつゆを加えて炒め合わせる。



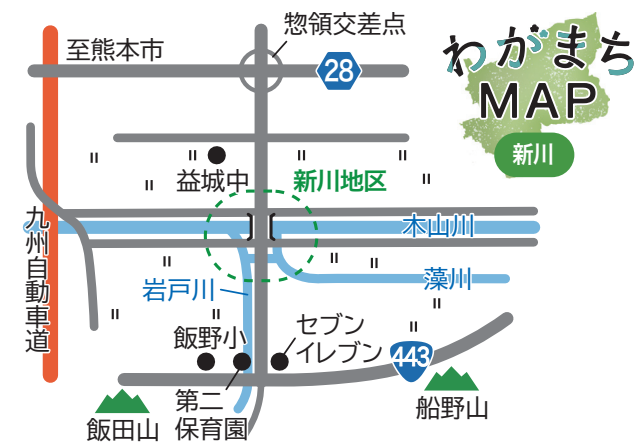
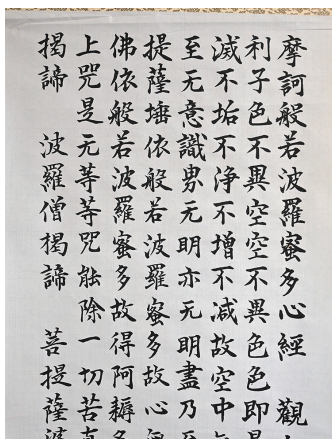
て、止まると死んでしまうマダロなんです」とおちやめに笑います。

「嫁はいつちよん家にはおらん。ばってん俺には「待ってる女」がいるもんね」と意味深な耕治さんのそのお相手とは…。集落で可愛がられている地域猫の「みーちゃん」です。「毎日、朝と夕方にやって来てごはんをねだるとたい。『今日は来んねえ…』と思う日は他の家で可愛がられとる。ちいーとばかり焼きもち焼きたいね」と笑います。

丸々と太ったみーちゃんの穏やかな表情と毛並みの良さに、新川の人たちの愛が伝わってくるようでした。



右 / 樹子さんが書いた経文。  
左 / 新川の地域猫の「みーちゃん」



心交流が薄くなったせしがら時代にあつて、新川集落には古くから育まれてきた、温かい絆が残っています。「みんな親戚のようなもん」と言い合える、そのつながりがうらやましく思えて。

今年1月11日に行われた「二十歳の集い」。その日新川の皆さんは、新成人の松永さんの愛孫娘の晴れ姿を、目を細めて送り出したそうです。この日の出会いに、感謝。



①地震前の建物が残った廣瀬庄一さん宅の小屋。②船で物資を運んでいたころの櫓が小屋の屋根裏に残されています。③「恥ずかしかった」と言いつて撮影に応じた二人。左から妻の愛子さんと庄一さん



## 水運を利用した 時代の証

江戸時代から先祖代々住み続けてきた家が地震で倒壊。しばらくは敷地内の倉庫を仮住まいにして暮らし、その後自宅を再建したという廣瀬庄一さん。当時の家の名残を映す納屋の屋根裏には、古い櫓が大切に残されていました。

「昔、この辺りから船で藻川から木山川へと下り、川尻まで米などを運んでいたそうです」と庄一さんが教えてくれました。当時のことを伝える古い櫓には、3つの川の合流地点であるこの場所がそうした水の恩



右 / 「地下水のおかげで、いろいろと助かってる」と言った松本さん。左 / 集落の真ん中を流れる、藻川からの用水路



恵を受けつつも、厄難を背負ってきたことも物語っていました。

藻川の水路が目の前に流れる家に暮らすのは松本吉雄さんです。松本さんの自宅にも地下水が湧き出ており、「地下水は冬は温かくて夏は冷たいとよ。野菜や道具を洗ったりと、暮らしには欠かせないもの」と教えてくれました。

## “待ってる女” の正体は…

自宅入り口に、芝生を張ったゴルフ練習場を持つ廣瀬耕治さん。「なーん、人様に見せるほどのもんじゃなかつて」と首を横に振りますが、バケツの中のゴルフボールの数にその熱心さが伝わります。定年後、妻の樹子さんと楽しんでるのが旅行だとか。それには理由がありました。

「愛犬と暮らしてきた12年間、どちらかが犬の世話をしていたので2人で旅行することもできず。亡くなった今はさみしかばってん、旅行には一緒に行けるようになったね」と耕治さん。昨年11月にハワイを旅したという2人。「コンドミニアムを借り地元のスーパーで買い物して。ハワイでの暮らしを楽しむように過ごしました。それが旅のいい思い出になりました」と樹子さん。



楽しい話を聞かせてくれた廣瀬さん夫婦。左から妻の樹子さんと耕治さん



自宅入り口にある耕治さんのゴルフ練習場