

## HEALTHFUL TOWN IWAMI

毎月19日は『しょくいく（食育）の日』です。

### 年輪は ひと手間かけた 証



食生活編

先日、あるクッキング教室で、「バウムクーヘン」を作りました。バウムクーヘンといえば、何層にも重なる年輪模様がポイント。でも、どうやって作ったらいいのか、難しそうですね。ところが、発想の転換で誰にでも簡単に作れるんです。コツは、玉子焼きを焼く要領で、欲張らずにうすく生地を焼いて、巻いていく。ただこれをひたすら繰り返すのみ。単純な作業だけに、大きなバウムクーヘンを作ろうと思うと、根気が必要です。本物の木の年輪は、1年1年の時の流れが刻まれています。バウムクーヘンには、作った人のひと手間ひと手間が刻まれています。自分で焼いたバウムクーヘンには、どんな年輪が刻まれているのでしょうか？ひと手間ひと手間の証。切った時が楽しみです。

こんな風に、時には手作りを楽しんでみられませんか？買ったものとはまた違うおいしさがありますよ。

### 手作りバウムクーヘン

【1本分】直径8cm×長さ12cm

卵.....	2個
砂糖.....	70g
牛乳.....	100ml
ホットケーキミックス.....	150g
無塩バター（溶かしたもの）.....	40g
油.....	適量

【芯を作る】

割り箸4本をひとつにまとめ、アルミ箔を巻きつけ、棒状にする。  
全体に油を薄く塗しておく。

【作り方】

ボウルに【 】の材料を全部入れ、泡だて器でよくかき混ぜる。ホットプレートを温め、【油】をペーパーで薄くひく。生地を薄く、割り箸の幅より少しせまい長方形になるように流し入れる。焼き色がきつね色になり、生地の表面が乾いたら割り箸の芯に、端からきっちり巻きつけていく。（ここでしっかり焼き目をつけておくと、年輪の模様がはっきり出ます）

作り方 をくり返し、生地がなくなるまで巻き続ける。

生地の横幅をそろえるようにすると、出来あがりがかいれいです。途中、穴があいたり、生地が足りなかった場合は、その部分にスプーンで生地を塗り、焼くと補正できます。

少し冷めてから全体をラップで包み、完全に冷めるまでおいておく。

芯を回しながら抜き取り、食べやすい大きさに切り分ける。



## 人権学習 シリーズ 78

### 【良い意味での関心を】

8月5日・6日の両日、第35回人権尊重社会を実現する鳥取県研究集会在米子市で開催されました。本町は、岩美中学校と町立恩志隣保館がこれまでの取組等の実践を発表するとともに、延べ百十余名が参加しました。初日、特別報告「ポルフィリン症と診断されて」の中で、全国ポルフィリン代謝障害友の会の池谷鉄兵（境港市出身）さんは、「難病や遺伝病の患者が生きにくい社会は、（患者でない）一人一人が生きやすい社会なのだろうか」と、訴えました。

さて、今夏、不可解で、悲しい残念な出来事がありました。

高齢者に関しては、東京都で百歳を越す男性の遺体

が発見されたことや高齢者の所在不明による所在確認が全国で行われたことです。

また、子どもに関しては、虐待に関する事件の急増や母親の育児放棄に因る2児遺体遺棄事件のことで

上述内容は、“親子や家族の絆から考え、変だな～”と、多くの方が受け止められたものと思います。絆とは、人と人の断つことのできない結びつきです。中には、社会のたがが緩みつつあるのではないかとのご心配や地域の支援や日々の生活の在り方等に疑問を抱かれた方もおられたかもしれません。

今、自らの個性を生かして願いや志に向けて励む、生き方が求められています。その意味でも、日頃の挨拶や声かけを通し、隣り近所での人間関係が孤立しない・させない等、良い意味での関心を持ち合う日常生活や社会づくりが大切だと痛感しました。

（人権教育推進員）