

HEALTHFUL TOWN IWAMI

毎月19日は『しょくいく（食育）の日』です。



★ みんな違う そこがまたいい ★

久々のおいしいおすそ分けです。お菓子作りが上手な方に、簡単クッキーを教えてくださいました。材料は4つ。作り方も、「混ぜて・形作って・焼く」。いたってシンプルです。とは言うものの、同じレシピで作るのに、不思議に出来上がりは作るたびに違います。そこが手作りの持ち味なんでしょうね。

こんな風に手作りを楽しんでいる一方で、現在、食品産業が発達し、お店に行けば、全国どこでも一年中同じ味のものを買うことが出来るので、味の画一化（味覚の鈍化）が問題視されてもいます。例えば、昨日作った料理を、今日同じように作ったとしても、似てはいるこそ味の違いは必ずあるはず。『いつでも・どこでも・毎回同じ味が味わえる』こちらの方が私にとっては、とっても不思議なことに思えます。作る人・作る季節・材料の取れた場所など、何かが違えば出来上がりも違って当然！

みんな違う そこが手作りのいいところ

こんな風に、手作りの良さから、安心・安全、そして、違いのわかる味覚の重要性までも感じてもらえたらと思います。

■ にこにこクッキー ■

【作りやすい分量】

バター……………110g（室温に出しておく）
砂糖……………70g
卵黄……………1個分
薄力粉……………200g（ふるっておく）

教えていただいた方が、生地を棒状にし、切ったものに、顔を書いておられたので、同じように作ってみました。お箸とかスプーンとか色々試してみた結果、つまようじの頭で作った顔が私のお気に入りです。2011年 今年もステキな笑顔がたくさんになりますように

【作り方】

- ① オーブンを170度に温めておく。
- ② ボウルに【バター、砂糖】を入れ、泡だて器で砂糖のザラザラが無くなるまでよく混ぜる。（ハンドミキサーを使うと楽チンです）
- ③ 卵黄を加え、さらによく混ぜる。
- ④ 薄力粉を加え、ゴムベラで、粉っぽさがなくなるまで混ぜたら、手でひとかたまりにする。
- ⑤ 好きな形に形作り、オーブンで12～15分焼く。



人権学習 シリーズ 82

【喜んでもらう喜び】

12月の中旬、収穫したばかりの白菜を畑の傍らの川で洗っていた時のことです。農作業帰りの女性から「ええ白菜ですなあ・・上手に育てられましたなあ・・。」と、声を掛けていただきました。私のような農業の素人が育てた野菜が年季の入った玄人の目にとまったのかと思うと、なんだか照れくさく恥ずかしい気分になりました。思いがけなく褒めていただき嬉しかったので、帰宅後、出来事の様子をつれあいに話しました。

その際、『先程の奥さんが、“^{うちげ}内家の里芋（秋野菜）は、日照りのために枯れてしまい、収穫できなかった”。と言っておられた。』との情報をつれあいから入手しました。

我が家の里芋は幸い収穫することができたし、夏には西瓜をその女性からいただいており、是非とも食べていただきたいとの気持ちが高まり、早速、少しばかりの芋を届けました。

1時間後、奥さんが来られ、「あなたに届けていただいたことを夫婦で喜びました。この秋、大好きな里芋を初めて食べることができます。そして、私たちのことを気に掛けてくれてありがとうございます。」と、過分な感謝をいただきました。

窓の外は冬の冷たい雨が降っていましたが、私の心は温かくなっていました。“里芋を届けた”という真に些細なことの中で、喜んでいただく喜びを実感し、一日中、楽しく過ごしました。

地域コミュニケーションを有機的に機能させる上で、“自分がされて嫌なことは他人にしないこと”は重要です。同様に“自分がされて嬉しいことは進んですること”が大切と、受け止めています。

（人権教育推進員）