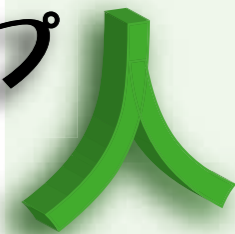


クローズアップ



今、「旬」の人をご紹介します。



西脇高等学校
生活情報科2年生
宮内 菜々子さん

金ゴマ料理コンテスト最優秀賞受賞



▲最優秀賞「金ゴマと旬野菜の和風コロッケ」

西脇市で栽培されている金ゴマは、農薬を使用しない栽培方法で「ひょうご安心ブランド」にも認定され、ブランド名「日本のへそゴマ」で特産品となっています。この「日本のへそゴマ」と市内産農産物を材料にした料理コンテストを市主催で初めて開催。応募総数54点の中から見事最優秀賞を受賞したのは、西脇高等学校2年生の宮内菜々子さん。表彰式後に「びっくりしたけど、作ってよかった」とにややかな笑顔で話されました。

多くの人が好物のコロッケで

5周年記念日本のへそゴマ研究会生産者大会の席上で行われた第2次審査では、書類選考の第1次審査を通過した8名がオリジナル料理を持参。審査前には一人ずつ自作の料理を自己PRし、審査員が試食しながら採点しました。宮内さんの作品は、「金ゴマと旬野菜の和風コロッケ」。嫌いな人が少なく、どの世代からも好まれると考えたコロッケの具材に、今が旬のほうれん草を入れ、色合いを考えて人参をプラス。コロッケの衣にパン粉ではなく金ゴマをたっぷり使用。味はゴマに合うように和風に仕上げ、めんつゆと隠し味にチューブのしょう

うがを入れました。味がついているのでソースをかけずにそのままでもおいしく食べられます。

金ゴマの食感と香ばしさがポイント



▲2次審査で審査員から質問

「ふんだんに金ゴマを使っているのだから、食べた時に香ばしい風味が口いっぱい広がるのがポイントです」と審査員から質問を受けました。審査員は「金ゴマの食感と香ばしさがポイント」と評価する声もありました。「皆さんにも食べてもらえたらいいな」という宮内さんの作

品は、今後北はりま旬菜館などで商品化を検討していきます。

審査員の西脇多可料飲組合・松田幸純理事長から「どの作品も大変美味しく、一生懸命に作られていた。全てレベルが高いと感じた」と講評があり、審査結果は僅差の力作ばかりでした。

○金ゴマ料理コンテスト結果

- ・最優秀賞
宮内菜々子さん(西脇高校2年)作
「金ゴマと旬野菜の和風コロッケ」
- ・優秀賞
広田杏花さん(西脇高校2年)作
「金ごまのドレッシング」
富田陽子さん(坂本)作
「金ごまコロッケ」

▼問合せ 農林振興課地産地消推進室
(市役所内線303)

風の活動・土の活動

市内に共感を広げる「風の活動」と各地区で地域に密着した「土の活動」を紹介します。

『日野の郷地蔵一本桜』の苗木植樹

「よいとちがうか日野の里推進委員会」では、桜の名所づくり第一弾として市内で最も早く咲く『日野の郷地蔵一本桜』の苗木を育てました。今回は、西脇北高等学校と日野小学校に植樹します。

- ◆とき 3月6日(水)
- ◆ところ 西脇北高等学校 午前9時～
日野小学校 午後1時～

日野の郷地蔵一本桜 桜まつり

西脇市で最も早く咲く「日野の郷地蔵一本桜」をみんなで観賞しましょう。

- ◆とき 3月20日(水・祝)
午前11時～(予定)
- ◆ところ 郷瀬町春日橋付近
- ◆問合せ サンパル日野(☎23-7393)



▲財日本花の会鶴田誠氏とともに保全活動を展開しています。

子育て奮闘記

子育て中の皆さんからの
おたよりをご紹介します

私は3人の子育てをしているママです。10歳の男の子、6歳の女の子、そして2歳の女の子です。

子育てが始まり10年…。今、末娘に手が届いている毎日です。周りからはベテランママと言われますが、ベテランってなんでしょう？ 3人育てていても一人ひとり子育ては違うなあと日々感じます。「お兄ちゃんの時は○○だったからこの子も…」なんてことはあり得ない。お兄ちゃん、お姉ちゃんの時は全く違うので、戸惑うことが多く、これでいいのかと不安になる時もあります。

家の中ではわずか2〜3分、目を離すだけで台所のシンク



に椅子を運んで水遊び。高い所にある物は台や椅子に上がり取る。危険な物や大切な物をしまいがたないほどあつちこつち、次から次へと見つけ出してしまいます。同じ2歳児を育てている家では珍しい話だと思いますが、私にとっては初めてのタイプなので本当に大変に感じます。お兄ちゃんのはさみや鉛筆、のりなどを出したままだと大変なことになり、イライラして怒鳴ってしまうこともあります。でも何の解決にもならず…同じことを繰り返すだけです。私がイライラしている時、息子に「2歳の赤ちゃんにそんなこと言っても分からへんで」と言われ、ふと冷静な自分に返ることがあります

あそびの広場(3月)

(どなたでも参加できます)

子どもたちに、手遊びや読み聞かせなどを行います。(午前10時～正午)

▼あいいいランド
2日(土)、13日(水)、16日(土)

(総合市民センター2階)
☎22-4150
▼へそこランド
22日(金)

(黒田庄福祉センター3階)
☎28-5702

◆問合せ
子育て学習センター
(☎28-5702)
(☎28-5703)

いきいきにしわきっ子



ひゅうが かいち ひなみ
東田 彪雅 魁地 珀那美
7歳6カ月 2歳6カ月 4歳6カ月
昌晃・優子(西田町)
3人きょうだい、いつまでも仲良くね。

いきいきにしわきっ子を募集しています。写真と紹介文、連絡先を市役所2F秘書広報課へ郵送またはご持参ください。