

あなたの考え・意見・提案が心と心を結ぶ

お便り

コーナー

あなたのお便りを

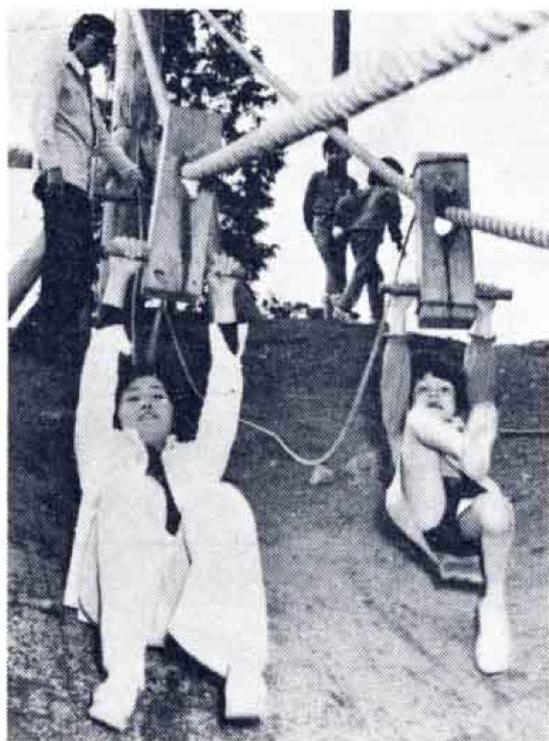
お寄せください

このコーナーは、皆さんの意見交換の場とさせていただきます。テーマに基づいた、あなたの意見や提言などを、どしどしお寄せください。

お便りをお待ちしています。

◇応募される人は 原稿用紙へ300字程度にお書きください。趣旨を変えないで原稿を直すことがあります。住所・氏名・年齢・連絡先を忘れずにお書きください。

◇送り先は——市役所広報広聴課
〒417 永田61-1
原稿締切日は、毎月15日です。



アスレチックを楽しむ親子



鈴木さん



萩原さん

食欲の秋——わたしたちの食生活は、食料不足の時代から満ち足りた時代へと変化してきました。

特に最近、インスタント食品、冷凍食品が多く普及し、家庭料理の持ち味を忘れがちです。そこで今月は我が家の味・自慢料理についてお便りをいただきました。

我が家の味・自慢料理

今月のテーマ

味は手づくりから

鈴木とし子さん
錦町1丁目(52歳)

主婦業と料理は切っても切れない関係にあります。毎日の料理をいやいや作るのと楽しみながら作るのでは、おのずから味も違ってきます。とにかく料理好きな私に大きな影響を与えてくれたのは、やはり食べる事の好きだった今は亡き姑に感化されたことだったと思います。

私は我が家の味というものは、何か特別な料理を作るのではなく、ごく普通の料理を一から自分の手で作るにより自然とでてくるものだと思います。

どの家庭でもよく作るハンバーグ。最近、冷凍食品が普及され、温め

テーマ

■ 12月は「親と子のふれあい」

子どもを健やかに育てる。これは子を持つ親の願いです。

複雑、多様化した現代社会では、価値観が昔とだいぶ変わり、子ども達は幼い時から塾や習いごとに、親達も自分の子どもだけとは夢中になり、本当の親子のふれあいが薄らいできているような気がします。

12月は、親と子のふれあいについてのお便りをお待ちしています。

テーマ

■ 2月は「女性の生き方」

夫は仕事、妻は家事・育児というかつてのパターンは女性の職場進出により大きな変化をみせています。

また、子どもを育てあげたあとの主婦の生き方、さらには老後の生活と女性をとりまく問題もさまざまです。2月は女性の生き方についてのお便りをお待ちしています。

※ 1月は新年号のため、お便りコーナーは休ませていただきます。



〔おじいちゃんの手づくり料理で…〕

るだけで食べられる料理の一つです。
これなど作り方も簡単で、最もポピュラーな料理ですが、オールスパイスや胡椒等を多めに入れることで味も一味違ってきます。

料理学校で技術的な手ほどきを受けることも必要ですが、これにちょっとした工夫をこらすことにより、自分の味がでてくると思います。

我が家の味は煮物から

萩原ふみ子さん

中里3丁目(53歳)

我が家の食事の基本は、まず一日の目安量をきめ、種類を多くし(一日20種類以上)適量をとることから始まります。

私も主人も歳のせいか最近では日本的な料理、いわゆる煮物を主体とした料理を好みます。

その中で、よく作るのが築前煮です。これは、さといも、にんじん、ごぼうなどを下ゆでし鳥肉をごま油で炒め、味つけをして煮つめるものです。昔の味野菜を主体とした煮物の中におふくろの味、我が家の味がでてくるのではと思います。

それからホワイトソースの素もよ

く作ります。これは、小麦粉、バター等で作りますが容器に入れて冷蔵庫へ入れておけば保存もききます。このホワイトソースの素を小出しにして、牛乳でのばすと、のばし方によってコンスープやグラタンなどに利用でき、いろいろと応用もききます。

食べる事が好きから出発して自分で料理し、さらにおいしいものを作ろうとする意欲から独自の味がでてくるのではと思っています。

レバー炒めで一家団らん

市川高男さん

今泉(63歳)

我が家では、嫁いだ娘夫婦が食べ盛りの二人の孫をつれてやって来る。そんなとき、栄養価豊富で味自慢のスタミナ料理を作る。

こう書くと手前味噌のきらいもあるが、材料はレバー、にら、もやしを使った油炒め料理で、炒めるコツは、フライパンの油が煙を出す程度

まで熱してから、強火でレバーをさっと炒めて、にら、もやしを入れてかきまぜながら、最後にしょう油を落とし、酒、化学調味料少々を加えて味つけをしてでき上り。

できたてを熱いうちに食べる味はまた格別なものです。子ども達も舌づつみを打って食べてくれます。

材料のレバーを変えて、別の肉を使っても結構いけます。

バランスのとれた食生活こそ、一家団らんの基であり一石二鳥というものです。

子どもらしさはどこでも同じ

あの街



わが街



加藤梨英さん
富士中島町(23歳)

プロフィール

4年前に山梨県身延町から富士市へ。市内の民間保育所へ勤務する保母さん。

富士へ一人できた時の初心を忘れず、子ども達にすかれる保母さんになりたいというファイト満々のお嬢さん。

富士市の印象はどうですか
加藤 煙突の多いのと雪がふらないことにびっくりしました。身延町は山あり川ありの普通の田舎町ですが海がありません。富士には海があるので期待していましたが、私の思っていた海ではなくちよびりがっかりしました。でも、東へ行くにも西へ行くにも交通の便もよいし、気候も暖かくとても住みよいと思います。
保田さんと言うことですが、子どもの違いは感じますか
加藤 子どもらしさはどこでも同じだと思いますが、身延では保育園は一つしかなく、どこの家の子どもかすべてわかり保育園というより同じ家族という感じがします。富士は規模も大きいし市内の全域から通園してくるのでいかにも保育園だという気がします。
市に対して望むことは
加藤 県外からきた人は、富士市のことを知る機会が少ないんじゃないかしら。広報紙でいろいろ行事の案内もあるんですけど、場所がわからないので地図をいれるとかすればわかりやすいのでは。