



まちかど

# んは

## 健康づくり我が家の食卓コンクールで 優秀賞を受賞

栗田ムラさん (主婦・下茨)

八月二十三日、新潟市の新潟中央高校で開かれた「健康づくり我が家の食卓コンクール県大会」で、栗田ムラさんが一日献立の部で優秀賞を受賞しました。

「手軽にできて、栄養のバランスがとれていたことが良かったのでしようか」と栗田さん。

養分不足と牛乳・乳製品が不足していたんです。それでテーマを決めて作っているんです。ただ、牛乳やチーズをそのまま出しても、なかなか食べてくれないことから、粉チーズを副食に混ぜたりして使っているそうです。

栗田さんは食生活改善推進員として、地域住民の健康づくりのためにも活躍しています。茨城根地区で実施した栄養調査で、牛乳・乳製品の取り方が不足していたことから、食生活面での乳製品など

の大切さを知ってもらうため、農協や婦人会の協力を得て「牛乳を飲みましょう運動」や映画会、乳製品を使った料理講習会の開催などの活動を行っています。

食生活を通して健康づくりを進めようと、県が実施している「健康にいがたクローバー運動」。「この運動の一つのテーマである「牛乳を飲もう」の輪が広がり、地域の人たちの健康づくりにお手伝いできるような心がけたい」と張り切る栗田さんです。



### 自慢料理を紹介

#### ポテトサラダの包み揚げ

コンクールに応募した料理の中から、「ポテトサラダの包み揚げ」の作り方を紹介します。

■材料(四人分) ポテト三〇〇g、パセリ大さじ二、粉チーズ大さじ四、マヨネーズ大さじ四、ハム八枚、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、卵、揚げ油各適量

■作り方 じゃがいもは皮をむいて四つ切りにし、ゆでてつぶす(Ⓐ)。Ⓐに刻みパセリ、粉チーズ、マヨネーズ、塩、こしょうをよく混ぜる(Ⓑ)。ハムを半月に切り、Ⓑをのせて二つに合わせる。切り口は開いておく(Ⓒ)。(Ⓒ)に小麦粉、とろろ、パン粉をつけて油で揚げる。お弁当にも向いています。



## 不幸が相次いだため社を建造

### 語る人

本間 清さん(七〇)

(東笠巻新田)



### 私の思い出 昔のわが街

稲荷神社は、八十年ほど前に暴風雨で社が倒壊したため、稲荷様を本村の東笠巻の諏訪神社に合祀しました。当時は、部落で社を建てる費用が用意できなかったことから、合祀したと聞いています。

部落内に神社がなく、祭りごとができないからと昭和二十年ころに

社を建て、稲荷様をお迎えしました。また、部落内に不幸が相次ぎ、これは神社がないためだといううわさが広がったことも、お迎えした一つの理由だったようです。

現在の神社がある場所は、以前は川んぼ。反くらの大きさの水戸場の池があり、魚がたくさん捕れていたんです。また水泳場所にもなっていたんですよ。

池は昭和十六年ころに埋め立てられました。埋め立てられる前は、この池を釣り堀にしようと話したこともありません。

### 自根 人物伝

#### ★色平清吉

菱潟の人で、慶応元年(一八六五年)二十六歳の時、自根の吉川吉五郎に雇われた。吉川家は染色および醤油醸造を業とした。三十三歳、主家のために尽くし、醤油の改良に苦心した。明治四十三年七月、県の従業者表彰規程により一等標章を受けた。同四十四年十一月十四日、六十九歳でなくなった。吉五郎は千円をおくって多年の労に報いた。

#### ★川崎 寿

鯉潟の人である。一門の師弟が多かった。父の弥門次と関り明治五年三月に新発田藩士塚野源輔を招いて、自宅を教授させた。翌六年に弥門次が病死したが、大字七軒の板谷某の宅を借用して教場において、同年、有志の資金で九間の校舎を新築した。これは、軒行舎と弥し、七十余名の児童を収容した。新学制になり、鯉潟校と改称した。

(以上、中蒲原郡誌から)



稲荷神社と水戸場の池



「私の思い出 昔のわが街」欄へあなたの思い出の場所を。連絡は企画財政課広報広聴係へ。