

読む人の幸せを心に願って作る

喜びの タネまき新聞

No.614

先日、モスバーガーの社長さんと
共同で「子育てママのファンの集い」
というイベントを開催し、子育て
真っ最中の女性に集まっていただ
きました。

子どもへの食育や食物アレルギー
への対応などの質問をいただいたり、
それぞれの取り組みを説明したの
ですが、司会者から「子育てママへの
応援メッセージ」を求められた際は、
どのように話せばよいか迷いました。
と言うのも、当時は共働きでした
ので、子育てを一緒にすべきだったの
ですが、仕事が忙しく平日はほとん
ど子育てをしていなかったことが、
脳裏に浮かんだのです。私は、正直
にその当時の子どもとの関わり方
をお伝えし、「子どもは生まれてか
ら6歳くらいまでが親孝行の期間
だと思っています。子育てで忙しい日々

へ人に頼られる人生は豊か

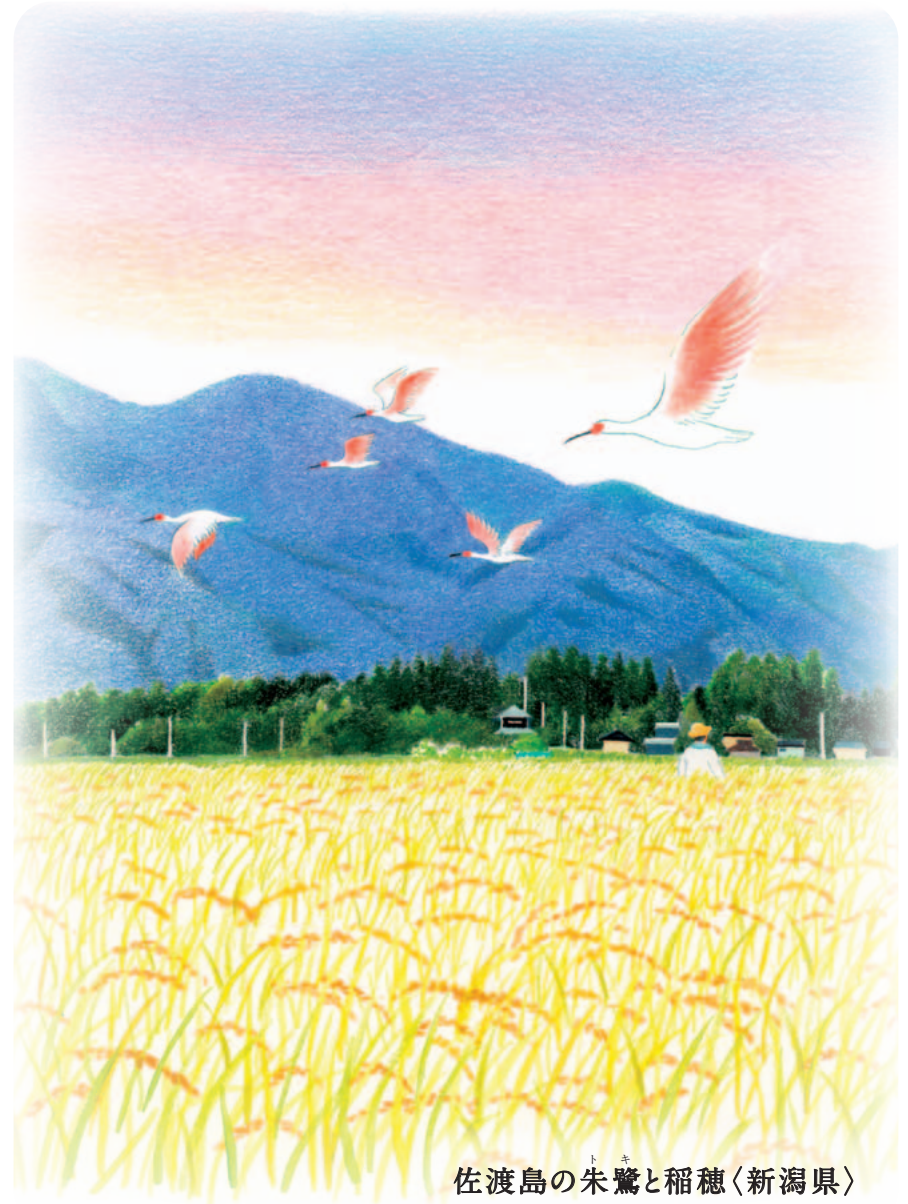
を送っておられるかと思いますが、
子どもにとっては親を頼らないと
成長できない最も大切な時期です。
子どもに頼られる時間はとても幸
せだと思います」と話しました。

人生を振り返ると、楽しかったこ
とよりも忙しい時間を過ごした時
の方が記憶に残り、思い出すことが
あります。日々の生活や仕事の中
で、忙しいことから逃れなくなるこ
ともありますが、その忙しさは家族
や職場の方々、お客様から頼られ
ているからではないでしょうか。

忙しくても、誰かのお役に立てて
いると思うと、喜びや生き甲斐にな
ります。「人に頼られる人生」は、と
ても豊かだと思っています。

株式会社ダスキン社長

山村輝治



佐渡島の朱鷺と稲穂〈新潟県〉

※イラストはイメージです

香り高い名脇役を広めるために

カボスも人も豊かに 育てたいけん。



そんな時代にいち早く栽培を始めたのが「竹田市カボス生産出荷組合」組合長の和田久光さん。前例が何もない中で、みかんの本を参考に、果樹を植える間隔や剪定の工夫など、試行錯誤を繰り返しました。そして失敗も重ねる中で、春だけ行っていた剪定を夏にも行い、果実に光を当ててみたところ、ついに現在の美しい緑色に育てることに成功。真のノウハウは「木が教えてくれた」と言い、少しずつ育て方を確立させていきました。

しかし、苦労したのは栽培だけではありませんでした。売り出した当初は食べ方も知られておらず、なかなか買ってもらえなかったのです。そこで農家の方々と協力し合い、市場へ売り込みに行き、スーパーなどの店先でおいしいアレンジ方法を伝えるなど地道な活動が続けました。そして、じわじわと人氣が

果樹と向き合い ゼロからのスタート

美しい緑色とまろやかな酸味を持つカボス。半分に切るとみずみずしい果肉とともに、爽やかな香りがたちまち広がります。豊かな自然と名水に恵まれた大分県竹田市では、太

陽の日差しを浴びたカボスがたわなに実り、九州全域に出荷されています。今でこそ、カボスは大分県を代表する名産品として知られていますが、本格的な栽培が始まったのは約50年前。それまでは家庭の庭木という存在だったと言います。

高まつてきた時も、決して互いに独占することなく、皆で手を取り合ってカボスの存在を広めてきたのだそうです。

農家の皆で育てて カボスの良さを伝える

和田さんが独学でつくり上げた栽培法は、今ではカボス栽培の基準となり、ハウス栽培や貯蔵法も考案され、年中安定して出荷されています。そして現在、「より多くのカボスを家庭に届



寒暖差はあるが冷え込まない竹田市は、カボスの栽培に適し、良質な実がなるのだそう

けたい」という思いから、和田さんは、栽培の仕方やコツを皆に教えて共有をしています。定期的に開かれる「カボス講習会」では、剪定の方法をはじめ、農業初心者には基礎も教えながら、自らの農園への見学を受け入れたり、他所の様子を見に行つてアドバイスしたりすることもあ

るそうです。「農業は、やっぱり大変なことも多い。でもカボスを育てる若い人たちには、めげずにカボス作りを続けていってほしい。その背中を押すのが自分の役目だと思う」。そう話します。

カボスは、主役ではありませんが、料理を引き立たせる名脇役。自然の中ですくすくと育った実は安心して食べられ、焼き魚や揚げ物に添えたり、汁物やお酒にしばったりいろいろな

食べ方で活用されています。

「以前、カボスを味わった子どもから『カボスが大好き』と手紙をもらって嬉しかったけん、そんな子が増えていってほしいね」。食卓の名脇役を育てる農家を応援しながら、さらにはそれを口にする未来の子どもたちにもカボスの良さを知ってもらいたい。和田さんの願いは、緑豊かに広がるカボス畑のように、生き生きとした次の世代へとつながっていくとしています。



大分名物のとり天とも相性抜群。種が少ないもの、香りが強いものなど、いろいろな品種がある

たわわにカボスが実る

竹田市豊後竹田駅周辺

はこんな街



農家さんの愛情を
いっぱいを受けたカボスは
味も香りも抜群



竹田のカボス



味噌汁や麦焼酎にしばったり、サイダーに果汁をたらしても爽やか

飛田和緒さんの
からだにいい
季節ごはん

実りの秋。旬のきのこは、秋らしさを楽しめて、
冷蔵庫にあると安心の作り置きにもぴったりです。

甘辛い佃煮や、
さっぱり味のおひたしなど、
いろいろな味付けで味わって



飛田 和緒(ひだ かずを)さん

料理家。1964年、東京都生まれ。現在は神奈川県でご主人と娘さんの3人で暮らす。身近にある四季折々の食材を使った家庭料理や保存食を基本に、独自のアイデアを盛り込んだ手軽に作れるレシピが人気。2014年に料理レシピ本大賞を受賞し、ベストセラーとなった『常備菜』(主婦と生活社)など著書多数。

秋の風味豊かな

きのこので常備菜作りを。

秋はきのこの季節と言いますが、一般的に食べられているしめじや椎茸、エリンギなどは管理された家屋の中で栽培されているため、一年中、旬なのです。

以前、きのこ栽培が盛んな信州の中野市に取材に伺ったことがあり、その時に農家の方から「秋だけでなく、一年中きのこを食べてください」と言われたのが忘れられません。ただ、野山で採れる野趣あふれるきのこは、やはり秋に収穫されるもの。夏の終わりからその年の松茸の値段がニュースになるほどですから、秋になるときのこの香りが恋しくなるのは自然なことかもしれませんね。



茹で汁にもきのこの出汁が出ているので、パスタを茹でたり、お吸い物にしたり活用して

食べています。これならすぐできるから作ろうと思うのですつて。

冷凍する時は切ったり、ほぐしてから保存用のビニール袋に入れて冷凍庫へ。調理する際には冷凍のまま、鍋やフライパンに放り込めるので重宝します。今号ではアレンジが利く、き

きのこは買ってきたら、すぐ

に調理します。味が落ちるのはもちろんのこと、傷みやすいので加熱するか、生のまま冷凍庫に入れて保存します。うちではさつと茹でたものに塩をま



のレシピを2つご紹介します。

佃煮は醤油をいっぺんに合わせずに三度に分けて加えることで、きのこにしわりじわりと味が染み込んでいきます。醤油を加える度に欠かさず味見をすれば、調味料の調整ができるので、味が濃くなりすぎることなく出来上がります。おかずはもちろん、炊き込みごはんや和風パスタ、チャーハンの具にしてもいいですよ。

おひたしは、出汁をたっぷりきのこに含ませるため30分は漬

けてください。彩りと味のバランスが良くなるので青菜も一緒におひたしにすることをおすすめします。ほうれん草や春菊ともよく合います。



きのこは、何種類かを混ぜて作ったほうが、コクが出る。ミックスして、旨味や食感を楽しんで

きのこの佃煮とおひたし

材料 (作りやすい分量) =====

椎茸 8枚
えのきだけ 1パック(約200g)
エリンギ 2本
小松菜 1束

〈佃煮の調味料〉

醤油 大さじ3
「砂糖 大さじ2
A」酒 大さじ3
しょうが(すりおろし) 1片

※醤油はお好みで調整を

〈おひたしの調味料〉

「出汁 2カップ
B」塩 小さじ1~1.5
「醤油 小さじ1

〈佃煮の作り方〉 =====

- きのこは全て石づきを除いて、食べやすいよう、軸ごと切ってほぐす。
- ①の2/3量を鍋に入れ、Aと醤油大さじ1を加えて、ふたをして弱めの中火にかける。時々混ぜて水分が出てきたら、ふたをとって、醤油大さじ1としょうがを加えて炒りつける。
- 水分がほぼなくなってきたら、醤油大さじ1を入れて味をととのえる。



〈おひたしの作り方〉 =====

- 切ってほぐしたきのこの1/3をさつと茹でる。同じ湯で小松菜も茹で、ざるに広げ冷ます。
- Bを合わせ、①を浸して30分おく。盛り付けの際に小松菜は食べやすく切る。



ほほえみのひろば



家族の呼び名

広島県福山市 塚本 光人さん

孫が誕生したら、何と呼ばれたいか。妻は、50代から「ばあば」と呼ばれることに抵抗があり、孫が生まれた際には、かなり悩んだようです。

娘たちにこの気持ちを告げると、娘たちは「かあか」と呼ぶよう早くから教え込みました。なので、孫たちは妻のことを「かあか」、私のことを「とうと」と呼びます。

さらに、妻の妹が我が家に来ると、「おばちゃん」ではなく「おねえちゃん」と呼びます。娘の嫁ぎ先に家族みんなが揃えば、「じいじ・ばあばとうと・かあか・おねえちゃん」というような呼び名が飛び交う、不思議な親族です。

たくさん呼び名で会話が弾む
ご家族の仲の良さが伝わります。



チームプレイに感謝

滋賀県近江八幡市 大山 寿満子さん

友人とピアノのコンサートに行った帰りのことです。

初めて歩く街だったので、駅までの道が分からなくなっていました。土手で遊んでいた女の子たちに尋ねると、スマホで説明してくれた上、近くにいた同級生の男の子たちに「送ってあげて!」と頼んでくれたので、駅まで送ってもらいました。

私は足が悪く、歩きにくそうにしていた様子を見て気遣ってくれたり、付近のことを説明してくれたりと、とても親切に案内してくれました。もうすぐ中学生という彼らに感謝です。

心優しくて頼もしい子たちですね。
素敵なエピソードに心が温まります。



1年生の帽子

青森県弘前市 三浦 のり子さん

2階の窓から外を眺めていると、道路を隔てたお隣の車庫の上に、黄色の帽子らしきものが見えました。お隣へ伺ってそのことを伝えると、ご自宅からは確認できず、脚立もないとのことだったので、はしごと長い棒を持って主人と取りに行きました。

予想通り、それは小学校1年生用の黄色い帽子。裏にはお隣さんの後ろの家のお子さんの名前が書いてありました。早速届けると、お母さんはビックリされ「外に干しておいた帽子が数日前からなくなり、先生に相談しようと思っていたところだった」とのことです。その日の夕方、お子さんとお礼に来てくれました。風のいたずらがもたらした、小さな出来事でした。

大切な1年生の帽子、喜ばれたことでしょうね。

燈々無尽

尊く生きよ

自己の生命を敬愛すべし、
使命を尊重すべし。
自分という人間は、
この世の中に、
たった一人、
かけがえのない生命だ。
尊く生きよう。
そうして、
生きている限り、
自分には、
与えられた使命があり、
それを果たさねばならない。

ダスキン創業者 鈴木清一

愛の輪通信 Vol.14

☒ Information ☐ Report

ダスキン障害者リーダー育成 海外研修派遣事業とは

ダスキン愛の輪基金では1981年の設立以来、38年間にわたって512人の海外研修派遣を実施してきました。研修は、ご自身の目的に応じて最長1年間まで学ぶことができる「個人研修」と、同じ目的を持つ仲間と一緒に1〜2週間ほど学ぶ「ミドルグループ研修」があります。

いずれも、帰国後は地域社会のリーダーとして、障がいのある人も共に生きる社会の実現のために活動していただける人材を育成することを目的としています。

ホームページやFacebookで事業内容や活動をご覧いただけますので、ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。



愛の輪は、日本とアジアの地域社会のリーダーを目指す障がいのある若者に、海外での研修活動を行っています。
このコーナーについてはダスキン愛の輪基金まで。☎06-6821-5270 🌐https://www.ainowa.jp/



親子でカラオケ

長野県中野市 竹前 美保さん

夫が「夕食はいらない。帰宅も遅くなる」と言うので、娘と夕食をすることにしました。

2人で焼肉を食べてから、カラオケに行くことに。私にとって、初めてのカラオケです。少々音痴で声も出ない私ですが、聞くのは娘だけなので思い切り歌いました。

あつという間に時が過ぎ、娘は「ハマるでしょ。ストレス解消にいいんだよ」と言います。全くその通り、楽しい時間で「また来ようね」と2人で言い合いました。これから親子のカラオケ通いが始まりそうです。

歌うと気分がスッキリしますよね。
これからも親子カラオケを楽しんでください!



ダディー&マミー

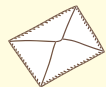
神奈川県藤沢市 久保田 則比古さん

毎朝6時に起床し、雨戸を開けると家中に太陽が差し込みます。まるで、体中にさらさらの血液が巡るような心地良さです。血洗いを済ませ、ラジオ体操で全身をほぐした後、ラジオの外国語講座を聞いて頭の体操。その後、愛妻を起こしに階段を上ります。

「マミー、8時だよ。起きな、起きな!」「ダディー、わかったー起きる!」。結婚して42年。単身赴任が長かった分、今が一番楽しいダディーとマミーの間柄です。

素敵なご夫婦!いつまでも2人でお幸せに。

ほほえみのひろばでは
「私のふるさと自慢!」を
テーマにお便りを募集しています



あなたのお便りや写真をお寄せください。

皆様からお送りいただいたお話をもとに新聞を作っています。どうぞ、あなたが体験したうれしかったこと、誰かに聞いてもらいたいことなど、身近な話題をお寄せください。

送り先

〒564-0051 大阪府吹田市豊津町1-33
株式会社ダスキン広報部
ダスキン「喜びのタネまき新聞」編集室
e-mail: koho4@mail.duskin.co.jp

投稿には、お名前、ご年齢、ご職業、ご住所、お電話番号、現在ご利用のダスキンの店名をお忘れなく。

- 紙面やホームページでご紹介させていただいた原稿や写真には、ささやかなお礼品をお送り致します。
- お送りいただいた作品は、必ずご紹介できるとは限りません。また、作品のご返却は致しかねますのであらかじめご了承ください。

色鮮やかな紅葉！



東京都豊島区
長島 三春さん

ほうきで魔女気分♪



京都府
向日市
藤岡
江里佳さん

おてもらわ！

読者の皆様からお送りいただいた素敵な1枚をご紹介します。

水彩の手作りカード♪



愛知県名古屋市中
矢野 礼子さん

アオサギと亀がご対面



岡山県久米郡
坪田 和子さん

初めての稲刈り



大分県中津市
今井 冷子さん

2人で仮装したよ



福島県
西白河郡
堀江 留美さん

No.419からのバックナンバーが下記のアドレスからご覧になれます。

<https://www.duskin.co.jp/tanemaki/>



ダスキンスタッフ募集中！

job.duskin.jp

ダスキン お仕事ナビ

検索



株式会社 **ダスキン**

発行・編集：広報部 〒564-0051 大阪府吹田市豊津町1-33

【お客様の個人情報のお取り扱いについて】

お客様の個人情報はご投稿の掲載や、今後の紙面制作に利用させていただきます。なお、お預かりした個人情報はダスキングループと加盟店の範囲内で利用させていただきます。配送業務等で個人情報を外部企業に委託する場合は、弊社の厳正な管理の下で実施します。個人情報に関するお問い合わせや、ご自身の個人情報の開示・訂正・利用停止については、下記の株式会社ダスキン コンタクトセンターまでご連絡ください。

0120-100100 www.duskin.co.jp

58-8C 2019.10 3631200