

推進員のことば

私のひとこと（食つづりによせて）

出来上がった料理を撮影するのに、どのように盛り付けるか、またどのような器に盛るかによって見ばえが大きく違い、日本料理は目で食べるということを実感しました。

日登地区 坂本 暢子

推進員の心のきずな

食改推進員が活動し出してから何年か過ぎました。これまでの積み重ねた努力を記録に残したいものと、木次町独自の食の冊子を作ろうということになり、或る日私もその実習に参加しました。交通安全を願って、「シグナル揚げ」と名付け、シグナルを型取った三色揚げ（チーズ、人参、いんげん）を作りました。出来上がったものは、とても可愛いく、子供好みのものに出来あがりました。が、私はそれを作るための心準備がよく出来ていなかったために、大変な失敗をし、大あわてをして、友人に世話になってしまいました。推進員同志の心のつながりに本当に感謝しました。

斐伊地区 藤原 京子

推進員のひとこと

水不足の畑に出来た野菜等を使ってのお料理作り。どうなる事かと思いつらもなんとか成功を祈りました。

春より始まった四季折々の食つづり作成にとりくみました。決まった材料での料理作りにとまどいつつも、推進員さんの御努力で色々のアイデアと、昔より伝わっていた料理、祖母さんや母に伝え聞いたものに今風の工夫等を凝らして出品してもらい、西日登食改さん33名全員の皆さんの料理をと思いました。

出品していただきましたものは、素朴な中にもバランスよく配慮なされたお料理の数々だったと思います。又料理もさる事ながら器に大変気をつかいました。器いかんで料理がどんなに変わるかと、大変勉強になりました。

私達食改はとても地域の皆さんより期待をかけられています。毎年の健康会議等には活動の様子をお話しし、地域の方々の期待に沿う様、推進員皆で頑張るつもりです。

西日登地区 景山 勝美

私のひとこと（食つづりによせて）

約一年間という短い間に、四季の素材選び・献立作成・実習をとまどいながらやってきました。特に献立作成は、会員が集会所に集まり夜おそくまで「ああだの…こうだの」と話しあいました。又言い伝えはおばあさんから聞いたことや、以前に見たことなど話していくうちに話に花が咲き、興味深く学ぶことができました。実習の際には、5地区の会員が協力して作ることができました。

今後はこの食つづりを多くの方に活用して頂けることと思います。又いよいよ平成7年10月に開催される「ねんりんピック」（食の祭典）では、木次の味が全国に知れ渡る献立になることを願っています。

温泉地区 荒砂 喜久江

私のひとこと（食つづりによせて）

私達の身近にある素材を使っての素朴な献立集です。

決しておしゃれな、豪華な献立ではありません。

でも自慢したい、食改員さんの努力の結集です。

木次地区 池田 幸子

木次町食生活改善推進員名簿

自治会		氏名			自治会		氏名			自治会		氏名		
八日市	7区	森脇淑江	下熊谷	下上1	藤原光子	西日登	中の段	井谷和子	33	大島	浅沼泰子	斐伊温泉	大島	目黒吉子
	8区	菅原百代		下上3	嘉本準子		大島	星野友子						
	8区	渡部政子		駅前	藤原清子		大島	瀬尾澄江						
	8区	福岡静香		小川上	西原倍子		大島	浅沼阿江子						
	1-2区	菅田静枝		中谷下	為石美恵子		大島	星野ヨシエ						
	1-2区	松岡章子		市井原	田本清美		大島	星野由美子						
	9区	池田幸子		本谷下	松島スミエ		朝日	小村洋美						
	8区	出川恵子		本谷下	藤原康子		里熊	岡田福代						
	9区	加藤保子		中谷上	坂本暢子		里熊	木村和子						
	9区	松田享子		中谷下	稲村恵子		北側	佐藤敬子						
	9区	森脇澄栄		中谷下	宇都宮トミエ		ウ原	古瀬清子						
	10区	三島一子		大川上	鐘撞美恵子		ウ原	佐藤英子						
	7区	浪花敏則		大川下	後藤敬子		共和	久村純枝						
	2-1区	深田サツ子		大川上	成相啓子		北側	藤原伸子						
	15日	4区		秦野幸子	登		万場	小田川ミエ子		伊温	北側		藤原博子	14
19区		須谷房子	万場	周藤光恵子		北側	藤原京子							
16区		講武クニ子	万場	川本時野		朝日ヶ丘	大谷礼子							
17区		森山展子	本谷下	松島泰子		浜谷	松本映子							
20区		金坂富子	中谷下	高橋幾子		漆仁	本谷秀子							
20区		落海ハル子	川上上	野津香代子		前側	石田美代子							
26区		難波公子	19	万場加藤茂子		野谷	村尾文子							
26区		槻谷豊子	西日登	芦原勝部郁子		前側	江角一津枝							
26区		谷岡美栄子		芦原小山美晴子		石	堀江澄子							
26区		日野公子		芦原小林宗子		山方	鳥谷和子							
20区		森山喜美枝		引野若槻幸子		山方	糸原真由美							
20区		高原恵美子		引野周藤幸栄		門	難波公子							
26区		新マス		久の元大島幸枝		門	鳥谷栄子							
26区		石田珪子		久の元力石智恵子		野谷	荒砂喜久江							
25区		菅原順子		水谷景山勝美		石壺	亀山ツル子							
26区	田本早苗	水谷石田満子		法印	安部山ミネ子									
29区	稲田静子	案内玉木博子		石壺	高野和子									
26区	小田川鈴子	案内細木裕子		石壺	高野盛江									
30区	勝田恵美子	案内鳥屋静		大原	川本孝子									
新市6	新市中	大島真司エ		日登	案内力石恵美子	石壺	亀山幸枝	泉	大原	亀山スミ子	23	下布施	伊藤八重子	
	新市上	郷原いま子			案内福島トシ子	山方	糸原真由美							
	新市中	野津美枝子			吉井上	景山敏枝	野谷		荒砂喜久江					
	新市上	周藤重子	吉井上		影山輝子	石壺	高野盛江							
	新市中	周藤甫枝	吉井上		柿木道子	大原	川本孝子							
	新市中	須谷忠弘	吉井上		藤原善子	石壺	亀山幸枝							
下熊谷9	下上1	長谷川幸子	登	吉井上	影山恭子	23	大原	亀山スミ子	23	上	西村春子			
	下上3	小田川君江		吉井下	周藤勝子		下布施	伊藤八重子						
	下上1	布村久子		吉井下	石田俊江		北原	富田香千子						
	下上3	菅田民子		中の段	渡部美都枝		北原	富田清美						
	下上2	高尾道江		中の段	梶田恵美子		上	小池白子						
	下上1	長谷川美恵子		中の段	渡部幸子		上	西村春子						
下上1	多賀幸子	中の段	渡部民子											

あ と が き

四季折々の旬の素材が「さくら咲く 健康の町 きすき」の人々の生活や行事の中で料理として母から娘へ、姑から嫁へと受け継がれてきました。

しかし、現代は季節感や料理のくふうの少ない、簡単に食べられる食品があまりにも多くなってきています。今回平成6年度の「島根県食文化づくり事業～出雲の四季～」にあわせて、木次町単独で“旬の素材と料理”“健康と食”の視点から広く町民の皆様に伝えていく願いで本冊子の製作に取り組みました。編集作業をすすめながらなつかしい行事や料理の話に花が咲くこともしばしばでした。

最後に冊子をまとめるにあたり、ご健闘いただきました食生活改善推進員の皆様、関係者の皆様に心から感謝申し上げますと共に、十分な活用をお願い致します。

編集委員

木次町食生活改善推進協議会 会員(138人)

木次健康福祉センター 栄養士 周藤 紀子

勝部多鶴子

坂本 暢子

木次町 保健指導係長 佐藤伊代子

保健婦 岡田 志保

土屋 悦子

小砂 祐子

発行日 平成7年2月

きすき食つづり

企画・発行

(財)簡易保険加入者協会

木次町内郵便局

木次町

木次健康福祉センター

木次町食生活改善推進協議会

字：周藤光恵

印刷 総合印刷株式会社



雲南保健所

