

# そうさのいたたきマップ

いつも通るあの道。そこで見かけるあの達物。あの看板。  
いったい、どんな人がどんなものを作っているのでしょうか。  
西差というおなじまちに住む私たち。  
マップの片手にふらりとそうさめぐり。  
たくさんのおいしいもの、たくさんのワクワクする素敵なもの作り下さい  
お会えますように。  
そうさの食を楽しむ旅に Let's go !



## しんこもちのおはなし

今から約200年前、  
大原畠学(1797-1858)農業、  
農村の改良指導や米を基本とした  
食生活を普及させたのが、農民に  
作り方を伝えました。うちも米を使った、  
あさりながらかわいいおもちです。

作り方を小林沐又さんに伺いました。

<作り方>

- ① 米を重いと、ひと晩水に浸す。
- ② 芥がなくなるまで蒸す。
- ③ ザルにひき、手早く水で洗う。(おひりとる)
- ④ 再び蒸す。(20分くらい)
- ⑤ 鶴く。つつやつやぶるぶるのあもち!!  
出来上がり!!

## 赤ピーチンのおはなし

赤ピーチンは「ヒヨコ」です。緑ピーチの牧權  
をもうちょっと待て、そのままじっくり育てると、  
真、赤な赤ピーチンになります!!

熟すことにより甘みが生まれ、フルーティ  
&ピーチが"フルーティ!"ホントです。さらにビタミンA,C,Eや  
老化を防ぐ"カロチノイド"が豊富です。

まだ食べたことない!なんともない!おいしい賞味ください。  
みんなハーフなど取り扱っています。



## ハスとセリのおはなし

かつて八日市場駅周辺には、たくさんのハス田があり、  
主要な特産物でした。(昭和3年当時の様子は「手打ちそば」

吉妻庵本店(八日市場 1-25 872-0107)に飾られている鳥瞰図  
で見ることができます。)

後に、同じ田んぼでも栽培が可能であることから、併せてセリの  
生産を行われるようになりました。

最盛期には、ハス農家・セリ農家は50軒近くありましたか、現在ハス農家は5軒。

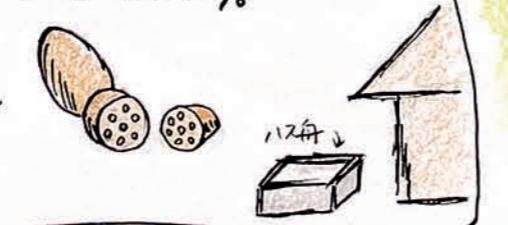
セリ農家は2軒にまで減ってしまいました。市場に出回る時期も量もほんのわずかです。

八日市場地区下出羽の一角には、ハスを洗ったり、保存したりするのに使われていた  
ハス舟が、今でも軒先に残っており、当時の産業を物語る風景が残っています。

この地域のハスとセリは、歴史を残すシャキシャキで、格別のおいしさです。

\*インタビューを行いました。

- ・平成25年3月5日 ハス農家 中川幹男さん・和子さん
- ・平成25年2月7日 セリ農家 石毛朝子さん



## 食育関連施設のご案内

私たちの暮らしをより充実させるため、  
有効に、お気軽に活用してみましょう。

<公民館①・生涯学習センター②>

- ①・家庭料理教室…地元特産物を使用したメニュー
- ②・オトコの料理道場…男性限定!料理はじめませんか!
- ③・おいしいお菓子教室…ふくわり温かいあるお菓子づくり
- ④・そば打ち教室…職人気分でそば打ちチャレンジ
- ⑤・太巻き寿司教室…作り方を基礎から学べます。

## 保健センター

「成人健診相談」を実施しています。血圧・体脂肪測定など健診相談もできます。

・お子様向けのお料理教室として「わんぱくスキンシング」、「離乳食教室」も開催しています。

<つどいの広場「たんぽぽ」「つくり」>

・保健師や栄養士からのワンポイントアドバイス講座も開催しています。その他、子育てについて、  
健康のこと、食事のこと、情報交換の場としてお集まりください。

<ふれあいパーク八日市場>

・たけのこ掘り、ベーコンづくり、しいたけの植菌をはじめ、季節の農業体験イベントを  
開催しています。

\*これらの詳細は毎月1日発行の「広報とうさ」でお知らせしています。

知ってウキウキ、行ってワクワク、地域の楽しい情報が載っています。

どんなイベントがあるかは、その時の「たのしき」。すみからすみまでチェックにね!

