

読む人の幸せを心に願って作る

# 喜びのタネまき新聞

No.  
656

〈頑張らなくてもいい時間〉

先日、女子プロゴルフトーナメントの前日に開催される、女子プロゴルファーとアマチュアが一緒にプレーをするプロアマゴルフ大会に参加しました。

その大会で私たちアマチュアがミスをして、女子プロ選手は「ドンマイです」とか「次、頑張りましょう」と、にこやかに声を掛けてくださいました。本戦であるトーナメントを翌日に控えているにもかかわらず、終始和やかな雰囲気だったことが印象に残っています。

最終日の本戦を1時間ほど観戦しましたが、どの選手も真剣そのもの。選手同士が会話をする様子もなく、離れた場所からでも緊張感が伝わってきました。

もちろんプロなので真剣に臨んでいるのですが、プロアマゴルフ大会で和やかに話していた方とは別人ではないかと思うほどでした。

その様子を見ながら、「オンの時間」と「オフの時間」は必要だなと感じました。仕事も日常生活も、一生懸命取り組むことは大切ですが、時には息を抜く時間も必要です。緊張し続け、追い求めるだけが人生ではないと思います。

プロアマゴルフ大会での和やかなひと時も、本戦の緊迫した瞬間も、どちらも大切な時間。改めて「頑張る時間」と「頑張らなくてもいい時間」を作ることが必要だと学びました。

※イラストはイメージです



## 福島県

### 五色沼湖沼群

色の異なる数十もの湖沼が、点在している五色沼。冬限定で、スノーシューを使った散策が楽しめます。

株式会社ダスキン会長

山村輝治



赤べこ伝説発祥の地と伝わる圓藏寺の撫牛。開運を呼ぶと人気



乾燥したらなかの型を取り出す。おなかを裂くのは縁起が悪いので必ず背中から



明治時代から続く伝統の技を受け継ぐ荒井啓安さん



昭和36年に年賀切手に採用され、全国的な人気者に。近年はカプセルトイで扱われて人気が再燃中



# 赤あかべこ

ゆらゆら揺れて  
幸せを運ぶ赤い牛



会津地方の方言で牛を「べこ」と呼び、赤色は厄よけや無病息災を意味する

## 伝説から生まれた 会津張り子の代表格

会津藩の城下町として栄え、白虎隊の悲劇をはじめ数々の歴史の舞台として知られる会津若松市。下級武士たちが内職で張り子を作っていた経緯から、起き上がり小法師や会津だるまなど、さまざまな郷土玩具が生まれた地としても有名です。なかでも古い歴史を持つのが、「赤べこ」。発祥には諸説ありますが、一説には約1200年前の圓藏寺創建の際にどこからか赤毛の牛たちが現れ、資材を運んでくれたのだそう。この牛

が多いなか、荒井さんの工房では明治時代からずっと手作業で赤べこを作り続けています。

赤べこの素材は和紙で、のりで塗り重ねた和紙を型に張って成形し、十分に乾かした後に型を抜き取ります。その際、おなかを裂くのは縁起が悪いので背中から取り出すそう。「ちょうど背中の中を切るの、張り合わせる位置は真ん中より少しずらしています。その分、首を傾げているように見えて可愛らしいんですよ」と荒井さん。そして丁寧な背張りをして、下地を塗り重ね、全体を赤く塗ってから黒・白・金色で絵付けをします。最後に、重りを付けた頭部と胴体を糸で結んで完成。これら全てを手作業で行っているため手間ひまが掛かりますが、「そこは張り子屋の矜持だから」と荒井さんは語ってくれました。

## 愛嬌あふれる姿で 無病息災を見守る

現在、赤べこは会津若松のシンボルとしても大活躍。駅前では大きな赤べこが人々を迎え、市内の「赤べこ公園」では子どもたちが赤べこの形をした遊具で遊ぶ、ほほえましい光景が見られます。伝説発祥の地である圓藏寺には、赤べこのモデルとなった牛が「撫牛」として境内に鎮座し、福を招くという言い伝えから、足を運ぶ人々が絶えません。また、赤べこに絵付けが出来る体験も人気です。荒井さんの

たちは、江戸時代に起きた会津地震の後にも再び現れ、再建を手伝ってくれたのだとか。また、赤べこの赤色は厄よけ、体の黒い斑点は瘡癩を表しており、天然痘が流行した際に牛が子どもたちの身代わりになってくれたとも伝えられています。以来、赤べこは無病息災のお守りや、子どもの誕生日やお見舞品として贈られるようになりました。

「背中の模様は、作る職人によつて多種多様。うちでは昔から、生活に欠かせない水を表す井桁を描いています」と話すのは、荒井工芸所の荒井美枝子さん。現在は機械で作られる張り子



首と胴体を糸で結ぶことで、絶妙な揺れ加減になる

工房にも、幼児から修学旅行生、外国人観光客まで、さまざまな人が訪れています。なかには家族旅行のたびに訪れて、成長の記録のように赤べこを作って帰る家族もいるのだとか。「子どもたちが自由な発想で作る様子は、私たちも見ているとワクワクします」と荒井さんはうれしそうに話してくれました。

古くから、福を届けてくれる赤べこ。ちょん、と頭に触れるとゆらゆらと首を揺らし、愛嬌のある表情を振りまきながら、今日も人々の暮らしを見守り続けてくれています。

赤べこのふるさと  
**福島県会津若松市**

磐梯山や猪苗代湖など、豊かな自然に囲まれた会津若松市。古くから東北地方の要所として栄え、戊辰戦争の舞台としても有名です。「ならぬことはならぬものです」という、会津藩の気質は今も受け継がれています。

# 台所の相談室

みずみずしく新鮮な冬野菜を、旨みや甘みが凝縮した干し野菜に。簡単に作る事が出来るので、ぜひ試してみてください。

FILE 39

## 旬の野菜を、切って干すだけ。常備菜にして、余さず召し上がれ。

真冬になり空気が乾燥してくると、我が家では干し野菜をよく作ります。今が旬の大根や白菜を丸ごと買って余ったら、新鮮なうちに干し野菜にしましょう。

作り方は、晴れた日に切った野菜を広げて干すだけ。野菜は、多少重なっていても大丈夫。半日もあれば、驚くほど縮みます。1キログラム程度の大根であれば、完全に干し上がる60グラムほどに。かさも減るので、無駄なく食べ切ることが出来ますよ。乾燥剤と一緒に瓶やポリ袋に入れて冷暗所に置いておけば、保存も可能。表面が乾く程度や切り口が波打つ程度に半干しした野菜は2〜3日ほどですが、チリチリツとなるまでしっかりと干した野菜は2週間ほど保存可能です。干し具合で味わいも変わるので、いろいろお試しください。

冬大根以外で作ると、たまに辛くなる場合があります。そんな

時は、干し直して辛みを抜くか、辛みを生かした炒め物に。

市販の切り干しは、開封するとすぐに味が落ちてしまうため、一度に1袋全量を調理して。味を変えて2〜3種類のおかずを作れば、食べ飽きることもありません。自家製も市販も、切り干しはおいしいうちに味付けしましょう。



ひだかずを  
飛田和緒さん

料理家。1964年、東京都生まれ。独自のアイデアレシピが人気。新刊の『仕込んで、使って、一年中楽しめるみその本』(KADOKAWA)をはじめ、著書多数。

### 今回のお悩み

たくさん採れた大根が余ってしまい、干し大根に。おいしく食べ切れるレシピを教えてください。  
(青森県・女性)

まとめて作り置きすればいろいろな料理に使い回せるような便利な常備菜が知りたいです。  
(兵庫県・女性)



## 切り干し大根の常備菜



Answer Recipe

### 炒め煮

[材料(3~4人分)]

|         |        |    |         |
|---------|--------|----|---------|
| 切り干し大根  | 60g    | 出汁 | 2カップくらい |
| 水       | 適量     | 醤油 | 大さじ1    |
| 人参      | 30gくらい | 酒  | 大さじ1    |
| 油揚げ     | 1/2枚   | 砂糖 | 小さじ2    |
| お好みの食用油 | 大さじ1   | 塩  | 適量      |

[作り方]

- 1 切り干し大根はたっぷりの水と合わせ、10分ほど置いてやわらかくなるまで戻したら、食べやすい長さに切る。
- 2 人参と油揚げを細切りにする。
- 3 鍋にお好みの食用油、軽く絞った切り干し大根、②を入れて中火にかけ、炒め合わせる。
- 4 油が全体になじんだら、出汁、醤油、酒、砂糖、塩を入れて弱めの中火で煮ながら味を含ませる。煮汁が少なくなり、切り干し大根がやわらかくなったら火を止めて、冷ましながらさらに味を含ませる。
- 5 もう一度火にかけ、味見をして塩で味を調える。

### サラダ

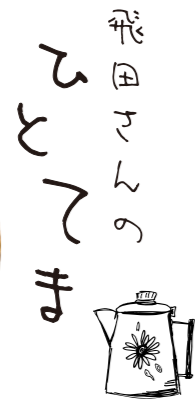
[材料(2~3人分)]

|            |        |
|------------|--------|
| 人参         | 40gくらい |
| 切り干し大根     | 60g    |
| ナンプラーまたは魚醤 | 小さじ1   |
| ごま油        | 小さじ2   |
| 塩          | 適量     |
| 香葉         | あれば適量  |

[作り方]

- 1 人参は千切りにし、重さを量って1%の塩をなじませ、水気が出るまで置く。
- 2 切り干し大根を水を張ったボウルのなかでもみ洗いして軽く絞り、食べやすい長さに切る。
- 3 水分がしたたらない程度に①を絞り、②と合わせてナンプラーとごま油で和える。味見をして塩で味を調え、あれば香葉を刻んで添える。  
※切り干し大根は、水で戻さずにもみ洗いすることで、歯ごたえのあるサラダになります

※やわらかく戻した切り干し大根は、水気を絞り切ってしまうとカサカサした舌触りになり、味をうまく含まなくなります。そこから戻そうとしてもやわらかさは戻らないので、水分がしたたらない程度に軽く絞るのがポイントです



切り干し大根の形は千切り、細切り、半月切り、いちよう切り、輪切りなどお好みで。ただ厚く大きく切ると、その分干すのに時間がかかります。また、皮付きだと少し乾きにくいので、皮だけ別に干すのも一つの手。



葉も、生のままでと傷みやすいので、すぐに調理が出来ない時は、干して刻んで椀物に入れたり、菜飯にしたりしましょう。

### 台所のお悩み事をお寄せください。

お料理について気になることや、ちょっとしたお悩みを、飛田さんに相談してみませんか？  
お便りをお待ちしています。  
宛先は裏表紙をご覧ください。



# ほほえみのひろば



## 我が家のまたぎそば

福岡県中間市 吉村幸子さん

我が家では、大晦日に年越しそばならぬ「またぎそば」を食べるのが恒例です。年をまたぎながら食べるそばで、私がつどものころから時計の針が12時を指すのを見ながら食べています。

ここ数年は家族で集まれず静かな大晦日でしたが、昨年は長男一家と次男夫婦が集まり、久しぶりにまたぎそばが復活。すると長男が「やっぱり、皆でにぎやかに食べるまたぎそばは良いねえ」と、ひと言。来年には、孫も成長して、さらに大晦日が盛り上がりそうです。



新年をにぎやかに迎えられている様子が目に浮かびます。

## リメイクに挑戦

東京都板橋区 廣瀬千恵子さん

数年前から、着なくなった着物と帯のリメイクを始めました。着物は、ワンピース、コート、ブラウスに。帯は、バッグや小物入れにするなど、作っているうちに新しいアイデアが浮かんで、楽しんでいきます。

友人や知人からも「買い取りに出すより、何かに作り直してほしい」と依頼されるが増え、大忙しの日々です。60年ほど前の着物や帯でも、驚くほどおしゃれな品に生まれ変わります。

タンスで眠っていた着物たちが、再び目の見ることが出来てうれしいです。



素晴らしいアイデア！  
ご友人はもちろんです。  
着物も喜んでくれるはず。

## 孫とゾウさん

秋田県湯沢市 松村良子さん

1歳半の孫は、ゾウが大好き。まだ「ゾウさん」と言えず「パオーン」と呼んでおり、初めて動物園に行った時には、「パオーン！」を連呼して、大興奮でした。

最近、添い寝をする時に童謡の「ぞうさん」を一緒に歌っています。笑顔でリズムを取り、歌い終わると「パオーン」と叫んで大喜び。「もう1回」と、何度も歌いたがる姿も可愛く、いつもほっこりしています。

もう少し大きくなったなら、ちゃんと歌詞を教えるからね。孫と一緒に歌うこのひと時が、私の1番の楽しみです。



一緒に歌うことで、音楽好きなお子さんに育ちそうですね！

## 優しいお医者さん

広島県福山市 森田暢子さん

ある日、腰が痛くなって病院へ行くくと、帯状疱疹と診断されました。予期せぬ結果に不安を抱きつつも、静養することに。

薬を飲み、10日ほど経って少し落ち着いたころ、1本の電話が。「その後、調子はいかがですか？」と病院の先生が連絡くださったのです。お忙しいはずなのに、優しく気遣っていただき、とても感動しました。

現在、医学部に通う孫がいるので、この先生のように患者の気持ちに寄り添えるお医者さんになってほしいと思います。先生、本当にありがとうございました。



心の不安も和らげてくれる、素敵な先生ですね。

## 至福のお味噌汁

大阪府枚方市 中谷昌子さん

先日、娘の友人のお母さんから、出汁じゃこをいただきました。その数日後には、京都に住む伯母から大根、人参、水菜が届き、さらに仲の良い友人から伊勢のおおさをお土産にもらいました。

これはグッドタイミングだと思い、早速お味噌汁を作ることに。出汁じゃこで大根を煮て、味噌を溶きひと煮立ち。そこへ、細かく刻んだ水菜と伊勢のおおさを加えて出来上がり。朝から至福の1杯を味わうことが出来ました。食材をくださった方々に、感謝の気持ちでいっぱいです。



いただき物で作るお味噌汁は、心まで温まりそう！

## 毎朝の幸せ

長野県諏訪市 伊藤祐三さん

毎朝7時から1時間、登校する児童を見守ることが私の日課です。

子どもたちから「おはようございます」と大きな声で挨拶されると、「こちらまで元気が湧いてきます。そしてちょうど同じ時間帯に空を見上げると、トンビが諏訪湖に向かって群れを成して飛び立つ姿が。

毎朝、子どもたちから元気をもらい、さらに自然の美しさも感じる事が出来て幸せです。

子どもたちよ、いつもありがとう。今日も元気に行ってください！



子どもたちも、毎朝会えるのを楽しみにしていると思います！

## 【燈々無尽】

### 愛を捧げる喜び

わからなくてもいい  
きらわれてもいい  
ゆるしてください  
私はあなたが好きだ  
そして、あなたのために  
どれだけのことができるのか  
私にやらせて下さい  
それだけでいい  
惜しみなく愛を捧げてみたい！

ダスキン創業者 鈴木清一

## 愛の輪通信

### 1月27日はドーナツを食べて社会貢献してみませんか？

1970年1月27日に、ダスキンの創業者・鈴木清一はミスタードーナツ・オプ・アメリカ社との事業提携を決定しました。その日を記念し、毎年1月27日は全国のミスタードーナツの店舗で近隣の清掃を実施しています。また、その日の売り上げの一部をダスキン愛の輪基金へ寄付していただき、障がい者リーダー育成のために大切に使用させていただきます。

障がいのある人も、ない人も、全ての人が心豊かに暮らせる社会になるように。お近くのミスタードーナツへ足を運んでみませんか。



愛の輪は、日本とアジア太平洋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





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。



**お揃いが似合う双子姉妹**  
栃木県那須郡 落合 ヨシエさん



**芦ノ湖で雪遊び♪**  
京都府京都市 佐藤 洋子さん



**立派な大根が採れたよ!**  
秋田県秋田市 吉田 亜紀子さん



**上目遣いがキュート♪**  
鹿児島県伊佐市 堀内 尚美さん

**ダスキン** といっしょに始めよう!  
エス ディー ジーズ  
**SDGs かるた**

**の**  
残さずに  
ちよつとの工夫で  
おいしく変身!

**の**  
食材は、最後までおいしくいただきたいもの。  
余った時はリメイク料理に挑戦してみてください。  
干し野菜を作ってみるのもおすすめです♪

**解説**

**あなたのお便りや写真をお寄せください**

うれしかったことや、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。心よりお待ちしております。

◎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  
「喜びのタネまき新聞」編集室  
e-mail: koho4@mail.duskin.co.jp

◎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。  
●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。  
●作品は、必ずご紹介できるとは限りません。また、ご返却は致しかねますのでご了承ください。  
.....  
●本号は、2022年11月に制作したものです。状況によって記載内容が変更となる場合がございます。

**バックナンバーはこちらから!**

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/>



**引越しのおそうじにはダスキンモップが便利!**

引越しのお手続きは  
〈ダスキンコンタクトセンター〉  
**担当店・Webページ・0120-100100**まで



**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](http://www.duskin.co.jp)