

祇園丸

元網 祇園丸

第14号 平成17年6月14日発行

〒797-0113

愛媛県西予市明浜町行浜 2-12

(TEL) 0894-65-0918

(FAX) 0894-65-0920

昔の浜狩



昭和40年ごろのちりめん漁の風景

昭和35年ごろまでは ほうたれ漁が主で、夜は沖(ほうたれ漁)に出て 昼は山(まつまいも・なし)で生計を立てていました。が、このころを界に 海は昼間のちりめん漁に 山は 柑橘類に変わってきました。当時の生活は とても裕福とはいえませんが 地域のみんなで 同じ行事を行い、どこの家の子供も自分の家の子供のように育てられました。義理・人情たっぷりでも とても心豊かな地域です。今も その気持ちだけは 受け継がれています。

狩浜の里から 今年も、みかんの花がたくさん咲き、六月に入って 海も水温が一気に上がり、真珠の核入れ作業やちりめん漁も少しづつ忙しくなってきました。今年も、梅雨入りも十三日程遅れ、雨も少なく、暑い夏になるのでは・・・？と少し不安です。どうか、今年こそは、台風被害がありませんように！



今月のおすすめ料理

— カボチャとポテのちりめんソテー —
(材料) ちりめん・大葉・パセリ 各適量

じゃがいも大1ヶ、カボチャ300g
塩・しょう油、サラダ油

(作り方) ①. カボチャとじゃがいもはくし形に切り、塩ゆでする。

松山市の
大河様より

②. ちりめんをサラダで炒め、
①を加え、塩・しょう油、
大葉とパセリのみじん切りを
入れる。

大切にしたい今

現在、私の家族は主人・長男・長女・次男・父母・そして私の7人家族です。長男は今家業を見習い中で毎日頑張って漁に出ています。次男は小6でとにかく自然が大好きなわんぱく坊主で、今町内の水泳大会に向けて練習に励んでいます。長女は高3でバレ-部に所属し、明けても暮れてもバレ-、バレ-でしたが、つい先日県総体を終え、引退しました。長女は毎朝新聞配達をし、部活を終えて帰ってくるのが午後8:30頃、が、「辛い」の弱音をほかたない頑張り屋さんです。昨年の秋のことでしたが、夜、次男がゼンゴ(ホアジ)の群れを見つけ、家族全員で網をしき、次男がエサをまきゼンゴをおびま寄せ、その群れを長女がライトで追い込み、そのタイミングをみよから、長男の合図で皆が一斉に網を引き上げ、ゼンゴをひきました。家族全員で力を合わせ一つの仕事を成し遂げるといことのはばらしさを改めて実感したものです。

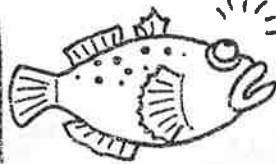
来春、長女は就職を希望しているため、この家を出ていく予定です。7人家族で生活できるのはあと9ヶ月。この間に長女に魚の調理方法や家族の大切さを教えながら、残された時間を大切に過ごしていきたいなあと思っている私です。(美加)

癡掘！ あるある大事典 II

6月5日の
放送より

● 脳にうれしいちりめんのWパワー

(カルシウム) 脳の中のあらゆる情報を受け渡ししているシナプスを働かせる。不足すると、シナプス間の情報の受け渡しが滞りやすくなる。集中力がたくなり、イライラしやすい。



(チロミン) シナプスが送り出す情報伝達物質の材料になる。

● ご飯といっしょに食べる。

脳のエネルギー源(ブドウ糖)といっしょに食べる。ちりめんのWパワーに加えて脳も喜ぶ賢い食べ方。

<ちりめん納豆> ちりめんと混ぜたら少し置く

<カリカリちりめんの炊き込みご飯>

ちりめん、にんじんを入れ、しょう油・酒・塩で味付け。

● ちりめん+大根+白米は一石三鳥の組み合わせ。

・大根にはデンプン分解を促す消化酵素ジアスターゼが含まれている。白米といっしょに食べれば、脳のブドウ糖吸収も促進されるといわれる。

