

村上の食材を使った 今月のレシピ♪



MURAKAMI
FOOD PRIDE

やわ肌ネギの マカロニグラタン

【材料(2人分)】 ☆=村上の食材

マカロニ……………60g	こしょう……………少々
☆やわ肌ネギ……………1本	ピザ用チーズ……………大さじ2
生クリーム……………大さじ3	パン粉……………大さじ1
牛乳……………大さじ3	サラダ油……………大さじ1
塩……………少々	

※事前にオーブンを170℃に予熱する

- やわ肌ネギはマカロニの長さ程度の太めの白髪ねぎを作り、水にさらし、柔らかくなるまで茹でザルに上げておく。
- マカロニを表示時間どおりに茹でる。
- フライパンに生クリーム、牛乳を入れて弱火で温めながら、塩、こしょうで味を調え、マカロニ、やわ肌ネギを加え温めパットに移す。
- ③の上にピザ用チーズ、パン粉を乗せて170℃のオーブンで10～15分ほど焼く。



Check! ネギの切り方は、時期に応じて工夫してください。



村上市食材PRプロジェクト
こちらで村上の食材を紹介しています。



地元で働きたいという理由で入社した、産休・育休を経て職場復帰したなど、社会進出した女性従業員を紹介しています。

シリーズ③ 私が輝く職場

豪雨水害の影響で営業を休止して いましたが、今月から営業を再開。 がんばろう!!村上

ふるばやし さよ
古林紗代さん
(坂町/37歳)








地域包括支援センター通信

問い合わせ 介護高齢地域包括支援センター ☎53・2111 (内線3432) 記事ID 0065493

むらかみ互近所ささえる隊 〜こんな時だからこそ地域のつながりを〜



お茶の間に、住民同士が気軽に話したり、どんな困りごとがあるのか話し合う機会をつくりました。

むらかみ互近所ささえる隊は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、住民主体の助け合いのしくみづくりを推進する協議体です。まだまだコロナ禍で思うように集まる機会が少ないですが、各町内での取り組みをご紹介します。

岩船山町区では、地域高齢者の支え合いの必要性を考え、新しく「サポート部」ができました。サポート部では、みんなで集まる場をつくり、住民同士が気軽に話をしたり、どんな困りごとがあり、どんな支援が必要なのかを聞いていこうと、お茶の間ができる事、少しずつやっていこうというこ



夏休みを利用し、地区の小学生やその保護者に「互近所フラワー」や「地域での助け合い」について、普及活動しました。

また、山辺里地区では、まちづくり協議会と連携しながら、夏休みに小学生やその保護者に「互近所フラワー」や「地域での助け合い」について知ってもらい、一緒に考える機会をつくりました。その中で制作した作品は、地区の文化祭で展示する予定です。子どもたちの個性あふれる互近所フラワーと支え合いの輪で満開になると思います。

互近所ささえる隊では、ちょっとした助け合いの輪が広がるよう自治会などで座談会を開催させていただきたいと思っています。地域にあった助け合いを一緒に考えていきます。

いい仕事をして良かったことは

荒川の鮭釣りのお客さまなど、全国津々浦々からお越しいただいた方々と出会い、村上の良さを存分に感じてもらうことや、近隣のお客さまには地元の人でも気づかなかった地域の魅力に出会い、あらためて地域の良さに触れていただいた時に喜びを感じます。

私生活との調整はつらいですか

自営業なので、私生活と仕事が混同する時も多いですが、自営業ならではの時間の融通をきかせ調整を取りながら、家族と過ごす時間も大切にしています。

休日の過ごし方は

家で家族と過ごしたり、近所を散歩したりしています。村上の温泉施設は、日帰り入浴できるところが多く、大観荘や

起業のきっかけは

大学卒業後、夫の拓也さんと結婚し、東京で生活していましたが、都内での子育ての大変さを痛感したことで、地方で起業したいと思い始めました。その頃、村上市で山菜販売を行っていた伯母から起業のチャンス提案され、村上市に移住し、夫や叔母らとともに株式会社いるすむびを起業しました。

仕事の内容は

宿の予約受付や、清掃作業、来客前の宿の準備状況チェック、接客まで行っています。


今後の目標を

仕事面では、会社の管理部門を担当しており、さまざまな体験を通して、経営や人事などのマネジメントスキルを高めていきたいです。家庭では、子ども達にのびのびといろんなことを経験させて、一緒に成長していきたいです。

好きな食べ物

お米。特に、農事組合法人せせらぎが作る岩船産こしひかり「侍米」は、お米本来の旨味が強く、おかず無しでも美味しい。いろむすびの宿の食事でも使われています。食べることが好きで、いそべ食堂さん、なご道さん、天がら斎藤さんなどに家族でよく出かけます。

はぎのやなどを利用しています。



いろむすびの宿
(佐々木808-23)
☎62-7147

今月号は、宿泊業を営む「いろむすびの宿」を取材。平成31年4月開業し、従業員は7名。山、川、海、田、畑に囲まれた村上の有形・無形の地域の宝物(地域資源)をちりばめたお宿です。

地域のかかさ(お母ちゃん)の手仕事が光る天然山菜料理をふるまい、四季折々、心豊かな帰省体験と田舎の暮らしを提供しています。今回は、そこにお勤めの古林さんにお話を伺いました。