

元気な じいちゃん

Vol.21



お 齊藤辰夫さん (船越・80)

趣味の物作り続けていきたい

「月に2回はカラオケに行くかな。大きな声で歌ったり笑ったりするのは楽しいね」と話す齊藤辰夫さん。学校を卒業してから30歳まで機関士として漁船に乗った齊藤さんは、その後漁船の手伝いをしながらアワビ漁やワカメ漁などを行い、65歳まで仕事を続けられました。

「漁船に乗っていたころ、小谷島で横風にあおられてかじが壊れたことがあったなあ。エンジンだけでは思うように進めないから、動けなくなったらようなものだ。当時は無線もなく、機材はコンパスだけ。たまたま通りかかった漁船に助けられたが、あの時は本当に大変だった」と当時を振り返ります。

物作りが趣味という齊藤さんは特に漁船の模型作りが得意。部品もすべて手作りの力作で、高齢者大学の作品展で金賞を受賞した腕前です。「父の大工仕事を手伝っていたのもあり、物を作るのが好きだね。こういう風に作るかを考えて、工夫する

のが楽しいんだと目を輝かせます。その腕前を見込まれて漁具や流しの制作を依頼されることもあるとのこと。「手が動く限りは物作りを続けていきたいね。また漁船に挑戦しようかな」とますます創作意欲に燃える齊藤さんです。

キッチンスタジオ No.13

ハーモニー

このコーナーでは、町管理栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽にできるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などを毎月ご紹介します。13回目はカキとホタテを使った「カキとホタテの香り焼き」です。

【材料】

- ・カキ香り焼き カキ…6粒 溶けるチーズ…2枚 小麦粉…大さじ2 カレー粉…小さじ1と1/2 ドライパセリ…少々 塩…少々
- ・ホタテ香り焼き ホタテ貝柱…2個 青シソ…4枚 溶けるチーズ…1枚 塩・コショウ…各少々

【作り方】

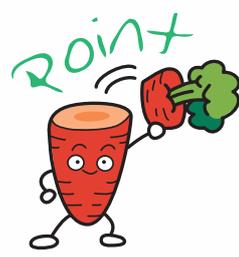
カキ香り焼き

- ①カキは塩水で振り洗いしたあと、キッチンペーパーで水分をきれいにふき取る。
- ②小麦粉にカレー粉を混ぜ、①のカキに軽くまぶす。
- ③フライパンに油をひき、②を両面しっかり焼く。
- ④③にチーズをのせ、ふたをして軽く火をとおりチーズを溶かす。ドライパセリを好みでふりかける。

ホタテ香り焼き

- ①貝柱は輪切りにし、軽く塩・コショウをする。青シソはせん切りにする。
- ②フライパンに油をひいて、軽く焼き目が付くくらい貝柱に火を通す。
- ③②にチーズ・青シソ・貝柱・チーズの順に重ね、ふたをして軽く火をとおりチーズを溶かす。
- ④2等分にし、器に盛り付け青シソを散らして完成。

カキとホタテの香り焼き



ワンポイントアドバイス

風味と舌触りを楽しむためには火加減が大切。チーズをのせた後はとろけるくらいまで火をとおり、素早く仕上げるのがコツです。手軽に作るができますので、ぜひお試しください。