



佐々木 伸 年 さん (船越・20)

先輩に追いつくことが目標

「一番大きい船の操縦はまだ慣れていないので、少しずつ覚えたいですね」と話すのは佐々木伸年さん。船越の漁業生産組合で定置網の船に乗り2年目となります。

4月から1月まで出漁し、春にはマス、夏はイワシやスルメ、秋から冬にかけてはサケを毎日のように水揚げします。乗船するのは全員で15人。上は76歳から18歳と幅広い年齢

層の中で奮闘する日々ですが、学生時代に柔道や空手でならした自慢の体力で力仕事を難なくこなします。「初めての魚のとき、仕事は体で覚えると厳しく教わりました。でも、皆さん親切で楽しく作業しています」と優しく話すその表情から仲の良い職場の雰囲気が伝わります。

休日にはお気に入りの車でドライブに出かけるのが楽しみなんだとか。「前から欲しかった車を初めて自分の給料で買いました。あとは助手席に乗ってくれる人がいればいいのですが」と照れくさそうに話す佐々木さん。

ん。仙台まで足を伸ばすこともあり、一緒に出掛ける女性を募集中です。

将来の夢については「現場を仕切る先輩のようにになりたいですね。あとは家を建てて幸せな家庭を築きたいです」と大きな目標に向け仕事に励んでいます。

キッチンスタジオ No.36

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ご紹介します。今回は、ひな祭りに向けた彩りきれいなひし餅型のおすしです。

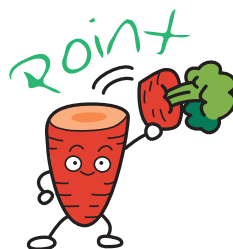
【材料（4人分）】

米…3カップ 昆布…5㌔角1枚 酒…大さじ3
ショウガ…40㌔ 青シソ…10枚 塩サケ…2切れ
白ゴマ…大さじ4 卵…3個 キュウリ…1/2本
もみのり・イクラ…各少々
※合わせ酢…米酢（大さじ3）に砂糖（大さじ3）と塩（大さじ1）を混ぜておく。

【作り方】

- ① 米は洗い、昆布、酒を加えてやや堅め炊く。
- ② ショウガ、青シソはそれぞれみじん切りにして水にさらし、水気をよく切る。
- ③ 炊き上がったご飯に、②と白ゴマ、合わせ酢をまんべんなく回しかけ、ご飯を切るように混ぜる。
- ④ 塩サケは両面を焼き、皮と骨を取り除きほぐす。
- ⑤ 卵は溶いて塩少々と砂糖大さじ1と1/2を加え、フライパンで細かい卵そぼろにする。
- ⑥ ③を二つに分け、一方に④、残りに⑤を2/3混ぜて、サケそぼろすしと卵そぼろすしを作る。
- ⑦ 4㌔の筒状に切った牛乳パックをひし形に置き、サケそぼろすしをラップで押し詰め、その上にもみのりを敷き、卵そぼろすしを同様に押し詰める。牛乳パックを外し、上に残りの卵そぼろ、キュウリ、イクラを彩りよく飾ればできあがり。

おひなずし



ワンポイントアドバイス

ひし形の型に入れて作るひな祭り用の「押しずし」です。桜でんぶや鶏そぼろなど、子供たちが大好きな材料を使っても作れますよ。桃の節句にどうぞ召し上がれ。