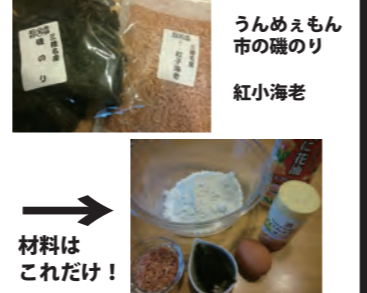


渋谷 昭子さんの うんめえもん市 つくれぽレシピ (うんめえもん市突撃インタビューより)

【あかもくうどんと 金華サバのひっぱりうどん】
(材料)
 ・あかもくうどん…1袋 (うんめえもん市販売)
 ・木の屋金華さばの水煮缶…1缶 (うんめえもん市販売)
 ・納豆…1パック
 ・ネギ、かつおの削り節…適量
 ・醤油またはめんつゆ…適量
 ・卵…1個



【紅小海老と磯のり の ポンデケージョ】
(材料)
 ・ボンデケージョミックス (白玉粉などをつくる方法もありますが、ミックス粉がお手軽!)
 ・卵 (ボンデケージョミックスのレシピ参照)
 ・サラダ油 (ボンデケージョミックスのレシピ参照)
 ・玉井海産物店の紅小海老 (適量) (うんめえもん市販売)
 ・玉井海産物店の磯のり (適量) (うんめえもん市販売)



- 作り方
 ① さば缶、納豆を器に入れ、ねぎ、醤油かめんつゆ、かつおの削り節を入れてかき混ぜます。
 ② うどんを袋の通りにゆで、水で洗います。
 ③ ①に滑き卵を好みの量を加えます。(なしでもよい)
 ④ うどんに②をからめながらいただきます。(醤油、めんつゆが濃い場合はゆで汁等で薄めてください)



調理時間は約10分!?

- 作り方
 ① オープンの予熱を入れておきます。(ボンデケージョミックスのレシピ参照)
 ② ポンデケージョミックスのレシピどおり生地を作ります。(粉っぽさがとれるまでゴムベラなどでしっかり混ぜましょう。)
 ③ 生地を2等分し、桜エビと磯のりをそれぞれに混ぜ込みます。



もちもち美味しそう!!

石巻現地の声 「震災から5年」 祝田2区前区長・元宮城水産高等学校教諭 及川喜一

忘れないこと・続けること・進化すること

東日本大震災から5年が過ぎますが、ハード面での整備はなかなか住民が願っているように進んでいない現状があります。早い復興を望みますが、環境整備、衛生面の問題、次の災害への対策等、地区住民にとっては大きな課題が山積みとなっています。

地区の将来の青写真についても、まだ行政からも出せていない現状ではありますが、**K2の若者達がここ梨木畑へ移り住み、地域の力となってくれていることはありがたいと思っています。**

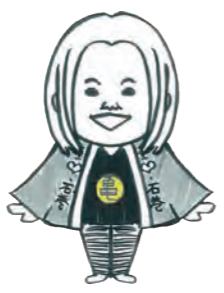
特に、畑作りを始めてから生まれた地域住民との密な交流により、今まではあまり関心のなかった方も関心を持つようになったと思っています。そこから「**K2友の会**」という地域での若者の生活をサポートする住民組織も発足しました。狭い畑1つではありますが、そこに大きな力が動いたと思います。多少の能力差はあっても、地域住民との交流を通し、一社会人として、ここ石巻でさらに育って行ってほしいと願っています。地区としても、多くの若者がいれば、地域が若返り、老若男女すべての世代がいることで安心して生活出来るようになります。**地域の方々、K2の若者と共にごんばっていきたくて思っていますので、今後も応援よろしくお願いします。**

プロフィール 及川喜一 (祝田2区前区長・元宮城水産高等学校教諭)
 K2が祝田に拠点を持った時からお世話になっています。最近では、特に畑指導に力を注いでくださり、地域住民の皆さんとK2の若者との懸け橋となってくださっています。80歳を超えておられるとは思えない程お元気で、頼れるお父さんです。



5月うんめえもん市の開催スケジュール

6日(金) 旭区役所	10:00~15:00
9日(月) 都筑区役所(消防署)(物産のみ)	10:00~16:00
11日(水) 南区役所	10:00~14:00
13日(金) 栄区役所(物産のみ)	10:00~14:00
16日(月) 横浜市役所	10:00~14:00
18日(水) 中区役所	10:00~14:00
21日(土) ほどがや花フェスタ	10:00~14:00
24日(火) 鶴見区役所	10:00~15:00
31日(火) 西区役所	10:00~14:00



※予定は変更される事があります。詳しくは事務局までお問い合わせ下さい。



石巻では、ファームのあとに、ご近所のお宅でお茶っこにお呼ばれ。こんなあったかい交流も、日常の一コマになってきています。

よこはま型 若者自立塾

若者自立就労支援 X 石巻進化躍進応援

やっぺす通信発行元
 K2インターナショナルグループ
 ・NPO法人ヒューマンフェローシップ
 ・うんめえもん市
 www.k2-inter.com/ishinomaki
 Tel: 045-762-1435 (覚知・田上)

忘れないこと・続けること・進化すること

やっぺす通信 特大号 Vol.53

2016.4.1 発行

石巻復興支援から石巻進化躍進応援へ

うんめえもん応援団突撃インタビュー 応援ファイル No.36 横浜市子ども青少年局 総務部 企画調整課長 渋谷 昭子



石巻の食材を使って、子どもと一緒に楽しく作れる簡単レシピを考えました!!!

高岡) やっぺす通信の突撃インタビュー3回目ということで子ども青少年局の渋谷さんのところに訪問しています。今日はよろしくをお願いします。では、最初にK2グループと渋谷さんとの関わりについて教えていただけますか?
 渋谷さん) 平成17年度に子ども青少年局の前身の「子育て支援事業本部」という部署があり、そこで青少年の自立支援に取り組むようにとの事で、現磯子副区長の川名さんと私が担当になり、K2さんに訪問に行ったのが出会いです。その後もいろんな部署に行きましたが、K2さんとはつながりを持ちながら応援しています。
 高岡) 渋谷さんがお料理が好きだとお聞きし、今回はうんめえもん市の食材を使った「つくれぽ」をお願いしました。すでにメニューと写真をいただいているのですが、少し説明をしていただいてもよろしいですか?
 渋谷さん) 簡単に作れる2品をご紹介しますと思います。前回のインタビュー出られた原さんが山形のご出身ということで、一つ目のメニューは山形のご当地料理「ひっぱりうどん」です。乾麺や納豆・サバ缶も保存食なので、買い置きをしておいた食材で簡単にできる防災メニューにもなりそうですね。「ひっぱり」の意味はお鍋から麺を引っ張り出して食べるということだそうです。今回は、夏に向けて、冷やしうどんにしてみました。
 もう一品は「紅小海老と磯のりのボンデケージョ」です。お手軽に作っていただきたいと思いボンデケージョミックスを使いました。お団子状にして焼くだけです。チーズや紅小海老、磯のりがたくさん入っているのでカルシウムやミネラルがたっぷり子どものおやつ、大人のおつまみとして家族で楽しめると思っています。また、子供と一緒に作るのも楽しいですよ。
 高岡) どちらもおいしそうですね。僕も絶対作ってみます! お忙しい中ありがとうございました!



→詳しいレシピは裏面へ

高岡) 先日石巻に行かれたということで、K2ハウスのほうにもお立ちよりいただいたのですが、今回はどういった経緯で行かれたのですか?
 渋谷さん) 3・11のあと、自治体の職員として横浜では防災に対してどう備えていけばよいかという問題意識で「Sonae-bu(備え部)」という自主勉強会のグループをつくっています。神戸や仙台の自治体職員とつながっている勉強をさせてもらっています。今回は仙台の方からお誘いをいただいて、Sonae-buのメンバーで行かせてもらいました。復興が進んでいるという女川に行く途中に短時間ですがK2の拠点にも寄らせて頂きました。



特に玉井さん(K2ハウスのお隣さんでうんめえもん市の仕入れをお願いしています。)からのお話を聞いて、被災地のまちづくりはまだ途上だけど、ハードだけではダメでK2さんのような取り組みがなければ本当の意味での復興はできないと思います。地元で働いている若者からも話を聞きましたが、大都市で住みづらい若者への選択肢として、石巻がある事もすごくいいですね。今回石巻に行って、さらにうんめえもん市を応援したいと強く思いました。
 高岡) では、最後に読者の皆さんへのメッセージをお願いしますか?
 渋谷さん) 今回、仙台で学んだ事は風化させないこと、口で人から人へ伝えていくことが大事だと改めて感じました。
 横浜に「うんめえもん市」がある事はとても貴重な事だと思います。毎月お弁当を食べる毎に3.11を思い出し、風化させないことができるのは横浜の強みと言えそうです。震災は横浜も他人事ではないですからね。ぜひ続けてもらいたいですし、私も協力していきます!

***好きなお弁当**
 サバ系が私も好きですが、夏に出てくる梅しその入ったさんまの押し寿司が好きです。うんめえもん市もおいしいし・・・。ミックスフライ弁当もいろいろ入ってよかったです。

***好きな物産**
 和風わかめスープ (忙しい時に重宝しますね)
 サバ缶 (みそ煮、水煮) ひじきふりかけ、レズンきなこもおいしいですね。

3月11日(金)

栄区役所うんめえもん市

朝から雨模様でしたが、東日本大震災より5年ということで、朝からたくさんのお客様が来場し、震災の話をされる方も多く、お弁当も13時にはほとんど完売しました。

当日、神奈川新聞の取材を受けて、12日(土)神奈川新聞に掲載されました。またJ:COMチャンネル南横浜でも10日(木)18:00~尾中区長さんと販売責任者の高岡慶考とのインタビューの様子が放映されました。区役所での開催は14区役所になりました。



尾中区長と高岡君とのインタビュー風景

3月11日(金)

第4回 うんめえもん市交流飲み会 @ お好み焼ころんぶす石川町店

いつも「うんめえもん市」を応援してくださっている横浜市や区役所の職員の方やNPOの関連団体の方、石巻(渡波地区)在住の皆さん、そして、元々横浜で生きづらさを抱えて現在石巻で就職した若者など総勢50名ほどで、お好み焼ころんぶす石川町店にて、うんめえもん市交流飲み会となりました。

子ども青少年局田中博章局長からのご挨拶を頂き、「石巻の現地へ実際に行き地元の方々や当事者の若者とも交流し、一層現地の状況がわかり、引き続きうんめえもん市を応援していきます。」とおっしゃって頂きました。



楽しいひと時でした!

交流会での料理「石巻の牡蠣&うんめえアレンジA級グルメコース」

交流会でのメニューは豪華・新鮮な石巻の牡蠣やホタテが並びました。おいしい石巻の料理とお酒を飲みながら、話にも花が咲きました。



- * 本田水産特選! 金華鯖の生ハム (平成27年度 復興庁「世界にも通用する究極のお土産」選定商品)
- * 塩釜のうんめえ生わかめをしゃぶしゃぶで... (茎わかめ、豆腐・水菜入り)
- * 殻つき牡蠣の炙焼と季節野菜の鉄板焼
- * サクッ、ぷりっ、ジュー石巻牡蠣フライ (シユフの気分によってはから揚げも!)
- * フコダインたっぷりアカモク&ギョギョとお好み焼き
- * B級グルメとは言わせない! ころんぶすの石巻焼きそば
- * ためしてガッテン「牡蠣のすりながし」 金森風じゃこ焼おにぎりを添えて...
- * まきこゆり子お勤め石巻お持ち帰りスイーツ

新鮮でたくさんの牡蠣とホタテ!!

3月12日(土)

K2ビルうんめえもん市

2011年11月12日(土)にうんめえもん市は、ここK2ビルからスタートしました。牡蠣づくし、穴子づくし、穴子丼、焼き牡蠣、焼きホタテなど、石巻のメニューを提供しました。また、目玉商品として、石巻のたらこ、明太子、アルパジョンのアップルポテトパイやバームクーヘンなど、限定商品を販売しました。たくさんの地域の方がご来場されました。



1日限定の石巻メニュー「穴子づくし定食」



石巻で働く若者達も来場!

3月12日(土)

K2 石巻活動報告

14:00~、K2ビル4Fにて、石巻活動報告会を行い、石巻や横浜のメンバーやその親御さん、地域の方々など総勢100名の方が集まりました。特に今年は石巻の地元の方々やK2の若者による新しい地域活性の動きについて報告しました。K2の若者たちが地元で力になっていると感じています。



横浜から石巻へ移住して現地の水産加工会社などで働いている若者たち

K2 石巻のスタッフで被災者でもあるゆりちゃんからのメッセージ (一部)

「毎日をコツコツ積み上げていくことに何の意味があるのだろう、そういう思いを抱いた瞬間もありました。しかし、隣に誰かがいるからこそ、生活していけるのだと思います。この5年間はそうやってK2の皆やご近所の皆さま、身近にいる家族や友達や、本当に多くの方々を支えられながら歩んでこられた日々でした。心から感謝します。」

東日本大震災から5年...

よこはま型若者自立塾 JobCamp の活動として震災発生1ヶ月後から現地入りし、これまで計約500名の若者が石巻で活動してきました。石巻からの物産を販売する「うんめえもん市」の開催も3月29日の中区役所で563回を迎えました。3月は特別なイベントを加えて「うんめえもん市」を開催しました。



4月11日先発メンバーで初めて石巻入り



大街道小学校での炊き出しからスタートしました

3月14日(月)

横浜市役所 1F 広場うんめえもん市

横浜市役所「うんめえもん市」は2011年11月に8F会議室で第1回目を開催してから通算53回となりました。

1Fでの販売の他に各局各部へのお弁当デリバリーをさせていただいているのが大きな特徴です。「うんめえもん市」を通じて横浜市役所の職員の皆様に被災地支援だけでなく、若者支援についての周知ができるようになったことはこの5年間の成果です。今後も若者たちが皆さんの職場にお弁当をお届けしますので、ご注文をお待ちしています!



市役所うんめえもん市開催場所で石巻の玉井さん夫妻・子ども青少年局 田中局長・うんめえもん市の販売スタッフで

うんめえもん市が始まるきっかけとなった、玉井海産物店の玉井さんご夫妻も一緒に販売に参加し、震災から今の石巻の現状をお客様にお話ししてくれました。

3月6日(日)

ほどがや絆バザール

震災以降毎年参加させていただいているイベントです。雨の中をたくさんの方が来場されました。保土ヶ谷区長さんもお越しくださいました。



3月7日(月)

本牧地区センタースマイリングフェア

天候にも恵まれ、特に、一番人気の「和風わかめスープ」や「胡麻かりんとう」を購入されるお客様が多かったです。



★今月のイチオシ ラインナップ!

宮城のいご餅 520円

いもご寒天 580円

あかもちうどん 310円

あなご焼 250円

焼のなまり餅 980円

金華さばの水産缶 500円

よこはま型若者自立塾 JobCamp

石巻進化躍進応援バザール

うんめえもん市

3/12 250円

石巻焼ホタテ 250円

石巻焼カキ 500円

石巻市狐崎浜のミルク牡蠣!

4,000円

プレゼントにどうぞ!

★大人賞!

クマの手 ショーラスク 500円

プレミアムチョコ 600円

プレミアムチョコ 600円

東北とらの明太子とたらこ(宮城県)

4,600円

NPOヒューマンフォーラム

045-370-7758