

キラリ☆夢中人

Vol.34

○工房を始めたきっかけ

母は和裁、姉は洋裁、パッチワークを作ってデパートに納めており、その影響が小さい頃から物を作ることが好きでした。小学校4年生の頃には雑誌をカットしては糊でくっつけて厚くし、鼻緒を通し



～好きな気持ちを原動力に～

下川町「嵯峨野」 矢野梅子さん

下川町出身。2020 年に 30 年以上経営した食事処を閉め、ギャラリー兼工房をオープン。自身で作る手作りの下駄が人気で、テレビや雑誌など様々なメディアに取り上げられている。

○下駄の制作過程

一足だけを作るのは稀で、
だいたい5足ほどを工程ごと

○下駄作りを始めたきっかけ

私は下駄が好きで子供の頃から下駄を履いて過ごしていたので、自分で作れないものかと思っていたのです。

自分のために作った下駄に好きな絵を描いて履いていると、その下駄を見た方に「欲しい」「作って」と言われ、作ってあげるととても喜んでくれたことが下駄作りのきっかけとなりました。

たまたま私の作品を見てく
 れた京都の会社の社長さんが
 「舞妓さん達にプレゼントし
 たいから」と言つて、当時お
 店に置いてあった下駄を全て
 購入してくれたことも印象に
 残っています。



木製三輪車

○購入方法

にまともて作っています。

まず下地を作って絵を描き、塗料をかけるといふ工程で、すべて完成するまでに早くて14〜25日程かかります。デザインは、お客様の好きなデザインで作成します。

毎年5月に雑誌「スロウ」

て自分で下駄を作つて履いたりしていました。そのようなことから彫刻や絵を描くことが好きになりました。

今までは食堂を営みながら注文があると下駄を作っていたのですが、以前から75歳に

なったら自分の好きな木工作品の制作を本格的に行いたいと思っていたので、昨年食堂を閉めて工房を始めました。

○お客様の層

自分で履くために購入される方が多いのですが、プレゼントのためにという方もいます。下駄を購入してくれた方から「すごく気に入りました」「もう二年履きました」など手紙をいただくことがあります。



手作りの下駄

○心掛けていること

嬉しいのです。中でも記憶に残っているのが、下駄を40足も注文してくれたお客様です。年配の方で、子供たちに何かを残したくて、娘息子孫などに下駄をプレゼントしたいということでした。



下駟下地

完成した時の姿を思い描きながら作ることが大切だと思っ
ています。急いで作っても
良いものではないし、完成
した時の自分の気持ちが必要
です。自分のものを作る際は
これで良いかなと思っ
てもありますが、売り物
となると一つでも手を抜く箇
所があると完成度が下がって
しまいます。特に彫り物など
は、完成に近くてもすぐに塗
料をかけてしまうと後から直
したいところが出てきても修
正できないので、一気に作ら
ずに時間を置きながら作るよ
うにしています。

目が慣れてしまうというのは怖いもので、悪い所があるのに気付けなくなってしまうので、ほかの作品に取り掛かりながら少し時間を置いて悪いところが覚えてきたら直すように心掛けています。

○今後について

下駄を一から作るのは大変です。ので、あらかじめ作っておいた下地にお客様が好きな絵を描いて、完成させる手作り下駄の体験工房をしたいと思っています。



矢野さん作画

下川や近郊に住む方であれば、氣に入つた絵が描けるまで数日間通つてもらえるようにできたらいなと思つています。

また、コロナが落ち着いたら旅行がてら道外のイベントに参加したいです。

嵯 峨 野

■營業時間

来店される方の都合
に合わせて。要予約。

■問い合わせ

☎01655-4-3341

■住所

上川郡下川町共栄町



農業を元気にしたい

『HitsujiKumo』

ひつじくも



背景にひつじくもの「雲」、天塩岳から昇る朝日町の「サンライズ」、士別市内を流れる「天塩川」、そして「アイスバー」がデザインされています。



リカー & フードかわ井

木村 友洋さん

住所 士別市朝日町中央3813番地
TEL 0165-28-2001

販売店

リカー & フードかわ井・羊と雲の丘・
(株)サフォーク・士別グランドホテル・
朝日町地域交流施設わが舎（自動販売機）・
士別inn翠月・道の駅侍しべつ

商品名の由来

商品名は『羊と雲の丘』から連想しました。士別は羊のまちという事と、士別アイスバーという商品名はストレートすぎるので、士別を連想してもらえるように羊、デザイナーの方に士別のイメージを聞いたところ雲がよく出てきたので雲を合わせました。

プレーン・とまと・かぼちゃの3種類

地元士別のアイスを作りたいという思いから、全ての甘味に士別産ビートオリゴ糖を使用。とまと、かぼちゃはアイスの王道を外しながら士別の農産物をアピールできるということで、3種類をメインに決めました。ヨーグルトアイスバーなので、カロリーが低めでとても良質な乳酸菌が含まれています。



パッケージのQRコードから商品情報が閲覧できます。

アイス作りをはじめたきっかけ

士別といえば羊のまちというイメージですが、農産物を使用したデザート系のものをつくりたいという思いがあり、製造元、『興部町のチーズ工房アドナイ』さんの協力のもと商品開発をしてみようということになりました。

北海道の方は冬でもアイスを食べるので、アイスに注目し、色々なアイスを食べてみました。カップアイスを作って売っているところは多いですが、アイスバーはなかなか無いという印象を受け、アイスバーにこだわって作ってみようと思い、ヨーグルトアイスバーに決めました。

食材へのこだわり

地元士別市の食材を使用することは勿論ですが、生産者さんとかかわりを持ち、身近な所で生産していて食材の特徴もすぐ聞けるというところを大切にしています。

生産者さんを応援しつつ、生産者さんにも応援してもらい、SNS等を通して士別産の商品や食材の良さを伝えていきたいです。自分達が発信するだけでなく、皆さんにも発信してもらえるようにしていきたいです。

今後のこと

今後は全10種類くらい作りたいと考えているところで、イチゴやブルーベリー、ミルクなどの王道の味も出していき、大人にも子供にも好まれるロングセラーを目指しています。

また、変わり種で黒にんにく味やジンギスカン味にも挑戦してみたいと思っています。

スティックもいずれは士別の木を利用したり当たり付きにし、当たりが出た時はもう1本貰えるのではなく、士別の農産物セットが貰える特典等も検討しています。

羊籠包も販売してます！

公式ホームページ
はこちらから➡



ビートオリゴを使用した「プレーン味」

プレーン

6月1日から販売開始!!
各280円(税込)



まさかり南瓜を作っている
BLUE SEEDSさんの
かぼちゃペーストを使用した
「かぼちゃ味」

かぼちゃ



朝日町のトマト農家
三栄アグリさんの
トマトジュースを使用した
「とまと味」

とまと

けんぶち絵本の里 絵本大賞受賞作品

1999年 第9回受賞

『いつでも会える』

文・絵 菊田 まりこ

シロはミキちゃんの飼犬です。ミキちゃんとシロはとても仲良しで、いつも一緒にいました。シロはミキちゃんのことを大好きで、ずっと一緒にいたいと思っていました。

しかし、その夢は叶わず、ある日ミキちゃんはいなくなってしまうのです。ミキちゃんが突然亡くなってしまったのです。もう名前を呼んでももらえない。もう頭を撫でてもらえない。そう考えるとシロは悲しくてたまりませんでした。ミキちゃんに会いたい……。

ある時、シロは気づくのです……。

誰かと出会える幸せ。でもずっと一緒にいる事は出来ない現実。日々の出合いを大切にしたい。出を積み重ねる事で、たとえ失う辛さに出会っても、それはきつと乗り越えられる。大切な人と一緒にいられるこの一瞬は、とても貴重で素敵な時間。

その共に過ごす時間の大切さを教えてくれる一冊です。



2000年 第10回受賞

『パパはウルトラセブン』

作・絵 みやにし たつや

パパ（ウルトラセブン）と、娘の日々の小さな出来事を通じて普段、子どもには分からないであろう、お父さんの心の中を10のシーンで描かれています。

『パパのおしえ』優しさが大切だということもパパが教えてくれるという話。

『パパはなやむ』パパは自分の子育てが本当に正しいのか悩みながらも子どもがまっすぐ育っていくことを願っているという話。

『パパのありがと』パパはいつも感謝の気持ちを大切にしている。それは子どもに対してと同じという話。

『パパのしあわせ』子どもが大きくなることに喜びを感じる話。

『おとうさんはウルトラマン』シリーズの第4弾。

ウルトラセブンの子どもは娘で、父と娘ならではのシーンが満載です。

娘に対する深い愛情があらわに感じられ、父と娘の強い絆を教える素敵な絵本です。



超

簡単クッキング

あつさりたまご雑炊



【材料（1人分）】

ご飯……………	お茶碗1杯分	名寄ひまわり油ドレッシング……………	適量
水……………	200ml		
和風顆粒だし……………	小さじ1	きざみねぎ……………	お好みで
溶き卵……………	1個		

【作り方】

- ① お鍋にご飯、水、和風顆粒だしを入れて10分ほど煮込む。
- ② 火を止めて1に溶き卵をいれて混ぜる。
- ③ お好みの量のドレッシングを加えて、5分ほど火にかける。
- ④ お好みでねぎをのせて完成。

豚肉と玉ねぎのドレッシング炒め



【材料（2人分）】

油豚肉（薄切り）……………	150g	玉ねぎ……………	1/2個
ドレッシング……………	大さじ3		

【作り方】

- ① 玉ねぎを薄切りにする。
- ② フライパンに玉ねぎと豚肉を入れ、火が通るまで炒める。
- ③ ②にドレッシングを入れ、少し炒めて完成。

フィール編集委員 作

商品紹介



今回使用したドレッシングは名寄のひまわり油ドレッシングです。このドレッシングはサラダにかけるだけではなく、お肉のソテーやしゃぶしゃぶのたれなど幅広い料理に使える万能なドレッシングです。道の駅や名寄市内のスーパーなどで購入することができるので、ぜひお試しください。

生活ミニ知識「スパイス」

もうすぐ暑い夏がやってきます。クーラーの効いた部屋で冷たいものが食べたくなる季節ですが、冷たいものばかり食べていると夏バテの原因になってしまいます。そんな暑い夏こそおススメなのがスパイスです！

今は食材として知られているスパイスですが、昔は薬としても使われていました。中国やインドでは様々なスパイスを漢方として処方し、重宝されています。今回は、そんな暑い夏に元気が出るスパイスについて紹介します。

＜スパイスの効能＞

○発汗作用で体温調節

夏は熱が体の内側にこもりやすく、上手に熱を発散しないと体温調節ができずに夏バテの原因になってしまいます。スパイスの発汗作用は内側の熱を発散させてくれるので、夏バテ予防に最適です。

○食欲増進や胃腸の働きを良くしてくれる

スパイスの辛味には、唾液の分泌を促して食欲を高める作用があります。食欲が高まると、食べたものの消化を促し、胃の調子も整います。暑さで食欲不振の夏は、スパイスが力強い味方です。

○防腐・抗菌作用で食中毒を予防

スパイスには防腐・抗菌作用があり、料理を傷みにくくしたり、腸菌などの増殖を防ぐ力もあるといわれています。

＜夏にオススメのスパイス＞

○コリアンダー…食欲の増進や炎症を緩和する効能があります。淡白な白身魚やエビ、お肉にまぶしてソテーするとアクセントになります。

○クミン…消化の促進や肝機能を高める効果があります。

クミンはカレー粉に使用されるスパイスの一つで、調理の初めに炒めることで香りが立つため、野菜炒め等に使用すると、いつもと違ったエキゾチックな風味になります。

○胡椒…血行促進作用があります。血管を広げて血行を促す効果があるため、冷え性を改善してくれます。クーラーが効いた部屋で過ごすことが多い夏は、意外と手足の指先が冷えやすいので、積極的に胡椒を使って血液の流れを良くしましょう。

＜スパイスを上手に使うコツ＞

①下ごしらえに使う

素材にまぶしたり漬け込むことによって、臭み消しや香りづけとして使用します。

☆おすすめ↓ナツメグやシヨウガなど消臭効果のあるスパイス

②調理中に使う

炒め油と一緒に炒めたり、素材と一緒に煮込むことによって香り、辛味、色を付ける効果があります。

☆おすすめ↓クミン、コリアンダーなど種実系スパイス

③仕上げに使う

調理の最後に混ぜたり出来上がった料理に振りかけることによって、形や色が鮮やかになります。

☆おすすめ↓ガラムマサラやブラックペッパーなど香りの強いスパイス

様々な嬉しい効果をもたらしてくれるスパイスですが、妊娠中や体質によっては過剰に摂ってはいけない場合もあります。自分の体調や体質に合わせて上手に取り入れて、夏を元気に乗り越えましょう！

