

2025
VOL.17

FREE PAPER

ワラカド

～あなたが笑う門には福来る～



CONTENTS

p1 特集記事【施設紹介】

- よねさと保育園
“げんき・ゆうき・えがお”
- 魅力はコレだ！
- スタッフ紹介“私こう見えて〇〇なんです！”

p5 保育部【エンタメ・お役立ち情報】

- ちいさな教室「リトル☆すくーる」
- 新人研修
- Let's クッキング
- オムツのサブスク
- 保育士が選ぶ！絵本おすすめセクション

p7 介護部【エンタメ・お役立ち情報】

- 南・東・桜ヶ丘デイの取り組み紹介
- 新サービス準備中！
『買い物と運動支援 “ショップ ぶら フィット”』
- アクティブ津ノ井の取り組み紹介
『知って得する！いきいき教室』

p9 投稿企画

- 第15回 フォトコンテストぐらんぶり

p10 古来のパワースポット『神社めぐり』

- 多鯉ヶ池弁天宮
『金運・財運アップ!?』

p11 インフォメーション

- ガイナーレ福祉会デイ
- のぞみ保育園改築工事が始まります
- ホームページがリニューアルします！
- つながりサポーター養成講座 開講！
- ご寄贈いただきました

p13 MY SHOP'S

- 記者のおすすめ お店紹介

p14 ひといき 波まと場

- 投稿川柳『保育川柳・介護川柳』
- コラム『飄々記』



よねさと保育園

安部園長先生に
伺いました!



A Q

よねさと保育園の魅力教えてください。

よねさと保育園は、大路山や田園風景に囲まれた自然豊かな環境にある保育園で、「とっとり自然保育認証園」の認定を受けています。大路山では、四季折々の美しさや生き物との出会いに心躍らせたり、自然の不思議さを五感で感じたりすることが出来ます。

また、大自然の中での発見や体験を子どもたちが互いに共有し、自ら遊びを考え展開していけるような保育を目指しています。

さらに、よねさと保育園の職員はチームワークが抜群! 優しい職員たちと、心のこもったおいしい手作り給食も、大きな魅力のひとつです。

A Q

園児との関わりで大切にしていることは?

子どもたちにとって、保育園は安心して生活でき、楽しい場所であることが大切だと考えています。

特に子どもたちが「やりたい!」と思っていることを実現できるように、その思いや考えを引き出し、適切な環境を整えることです。そして、子どもたちが主体的に活動(生活や遊び)に取り組める

げんき・ゆうき・えがお

～地域の自然に囲まれて、豊かな体験を!～

とっとい自然保育認証園



ように関わることを心がけています。
また、保護者にとっても、育児や仕事で日々忙しい中、ホッとできる環境であり、自分の思いを伝えて安心できる場所でありたいと思っています。

A Q 保育士になったきっかけ

みんなで楽しいことをするのが好きで、小学生のとき年下の子どもを集めて、公民館で七夕会や探検ごっこを企画して楽しんだことがありました。将来を考えたとき、子どもと関わる仕事をしたいと思い、保育士となりました。

A Q どの様な園を目指していますか？

私たちは、地域とともに、安全で安心、そして楽しい保育園を目指していきたいと考えています。

米里地域の皆さまから「子どもは地域の宝」と温かく見守られています。今年度は、米里小学校との交流や地域行事への参加、お年寄りとの交流を積極的に行いました。

例えば、地域納涼祭では年長児が傘踊りを、敬老会では年中児が地域の伝統芸能であるだるま踊りを披露し、大変喜んでいただきました。また、地域の方々には防災訓練などにも積極的にご協力いただき、地域との良好な関係が築かれています。

さらに、地域の民生委員さんや保健師さんと連携し、未就園児を対象にした「子育てひろば」では、遊びの提供や子育て相談を行い、ご好評をいただいています。これからも、地域とともに歩んで参ります。

潜入取材!!

よねさと保育園の魅力はコレだ!

げんき ゆうき えがお

よねさと保育園は、周囲に田園風景が広がり、大路山・空山に囲まれた自然豊かな環境にあります。四季を通じて自然散策を楽しみ、菜園活動や園外保育など、自然に触れることを大切にしています。

魅力1 げんき

健康なからだづくり
～健康を考え命を大事にする子～



●各年齢ごとの運動カリキュラムから、運動あそびを楽しんでいます。

魅力2 ゆうき

学びの基礎づくり
～何事にも挑戦し豊かに表現する子～



●遊びから生まれる興味・関心・意欲は、就学してからの学びを支えます。

魅力3 えがお

豊かな人間性づくり
～自ら関わり仲間を大切にする子～



●他者への思いやりや感謝の心など、豊かな人間性を育てています。

よねさと保育園の

職員に聞きました

私こう見えて
〇〇なんです!

私たちこう見えて…
牛戸焼ファンなんです!



あーちゃん

Cちゃん

私たちこう見えて…

あっこが教え子なんです!

あれから20数年…



こでちん

あっこ

Eちゃん

Nちゃん

Sちゃん

ゆってい

のんちゃん



実は私たち…

推し活してる
んです!



ここねん

はたはた



Aちゃん

は一ちゃん

おきやな

はっしー

ぴりおん

実は私たち…

虫が怖いんです!



遊んで！
学んで！

～ちいさな教室～

リトル☆すくーる

鳥取福祉会の保育園・こども園では、外部の講師やいつもの先生がスクール講師を担当し、子どもたちに特別な学びをプレゼントする『リトル☆すくーる』を行っています。
そんなリトルすくーるに、令和6年度より新たに『アート』が加わりました！！

お茶会

のびのび
キッズ

もじ・かず

英語保育

サッカー
スクール

自然体験

リトミック

食育



NEW
アート

アートって
どんなことをするの？



表現するって楽しい！

身近な自然物や、子どもたちが興味を持っているものなど…
廃材や絵の具、様々な物を使って描いたり、塗ったり、くっつけたり、様々な技法で自由に表現する楽しさを味わいます！

エアブラシアーティスト YASUさん



令和6年度のアートは、YASUさんと一緒に楽しみました！日本を代表するアーティストで、世界で活躍する傍ら、地元鳥取の子どもたちを対象にしたアート教室も開かれています。



鳥取福祉会の新人研修 ～作って遊ぼう実技研修～

鳥取福祉会では役職やキャリアステージに応じて職員のスキルアップを目的とした様々な研修が行われています。今回は保育部の若手職員を対象とした「作って遊ぼう実技研修」という研修をご紹介します！

年齢の近い職員と意見交換をしたり、作品を見せ合ったりと、皆で和気あいあいしながら研修を行っています！

お弁当バスは
子ども達にも
大人気です！

手作りおもちゃの紹介



子どものひきつけ方や
演じ方、活用するタイミ
ング等も学べます！



Let's クッキング! みそクッキー



鳥取市内にある明治創業の老舗「楠城屋さん」で子どもたちは味噌づくりを体験しました。その子どもたちから「味噌クッキーを作ってみたらおいしくも」と何とも素敵な発想が!

クッキーに味噌!?!と意外な組み合わせですが、味噌のコクと塩味が癖になる味になりました。ぜひチャレンジしてみてください♥



【材料 (20枚分)】

- ・薄力粉 200g
- ・バター 100g
- ・みそ 20g
- ・砂糖 60g

【作り方】

- ①バターは室温に戻しておく。
- ②バターに砂糖、みそを加えてよくすり混ぜる。
- ③しっかり混ぜ合わせたら、薄力粉を加えて混ぜる。
(練り過ぎないように!)
- ④生地を冷蔵庫で30分くらいねかす。
- ⑤③の生地を麺棒で伸ばし、型抜きをする。
- ⑥170℃のオーブンで約18分焼いてできあがり☆

鳥取福祉会保育施設で『サブスク』が始まります!

保護者の皆さまの負担削減と衛生面などの観点から、令和7年4月より、未満児さん(0~2歳)対象に「オムツ(おしり拭き付き)」のサブスク(月額制)がスタートします。オムツ以外に、「食事前の紙エプロン」も追加することが可能です。(3歳以上児さんはオムツに限り希望者のみご利用いただけます)

令和7年4月
スタート

サブスクのメリット

- ・家庭でのオムツの事前購入や記名が不要です!
- ・登園時のオムツの準備が不要で荷物軽減にもなります!
- ・オムツの貸し借りがなくなり返却する手間がなくなります!
- ・エプロンの洗濯や準備が不要で、持ち帰りもなくなり衛生的です!



保育士が
選ぶ!

絵本おすすめセレクション



「ぼくのパンツ、どこだろう?」

ねずみさんのパンツ

子どもたちに大人気の「しろくまさんのパンツ」に続き、今度は、ねずみさんのパンツがなくなってしまったみたい! あんなパンツやこんなパンツ。ねずみさんのパンツは見つかるでしょうか。いろんなパンツが出てくる楽しい型抜き仕掛け絵本です。



「君なら なんだってできる!」

野球しようぜ! ~大谷翔平ものがたり~

今、アメリカで大活躍中の大谷翔平選手。そんな大谷翔平選手の幼少期から今に至るまでの軌跡が、絵本になりました。子どもたちにたくさんの夢と勇気を与えてくれる絵本です。



ガチャガチャぽん!

子どもたちが大好きなガチャガチャが絵本になりました! 絵本ならたくさん回しても大丈夫! さあ、何が出てくるのかな? ドキドキワクワクいっぱい絵本です。

南・東・桜ヶ丘デイの取り組み紹介

南デイサービスセンター

お問合せ先：鳥取市の場2丁目1番地
TEL: (0857) 53-6553

南デイサービスでは、運動プランや目標に挙げられている方を対象にして、ノルディックウォークを実施しています。一番短いコースで200m、二番目のコースは300m、一番長い距離で500mのコースを個々に合ったスピードで、施設近くの季節を見つながらノルディックウォーキングを楽しんでいます。



東デイサービスセンター

お問合せ先：鳥取市滝山374-1
TEL: (0857) 29-6292

東デイサービスでは6つの同好会があります。ハンドメイド、クッキング、生き生き健康（フィットネス）、レクリエーション、畑、ハンドベルです。利用者皆さんがそれぞれの同好会に加入しており活動に取り組み、楽しさと、意欲向上に努めています。今回はハンドメイド同好会と月に2回地域の方との交流でフィットネスをする取り組みを紹介します。



ハンドメイドの様子



フィットネスの様子

桜ヶ丘デイサービスセンター

お問合せ先：鳥取市津ノ井256-2
TEL: (0857) 51-8991

桜ヶ丘デイサービスでは月に一度、地域の方々と津ノ井公民館で「活け活け桜」を行っております。平成28年度から始め、体操とレク（スポーツ、手芸、体力測定等）を実施しています。レクリエーションでは月ごとに内容が異なりますが健康維持の為に体操だけでなく体力測定やワルツ健康体操講座にも取り組んでいます。



NEW
4月(予定)

デイサービスが行う新しいサービスです!

※詳しくは、各デイサービスにお問い合わせください。

SHOPPING
and
FITNESS

Powered by Tottori Prefecture

「買い物」と「運動」で生活をもっと豊かに!

買い物支援

自分で買い物に行くのが難しい、重いものが持てない...など、不安がある方も、送迎付きなので安心してお買い物ができます。

運動支援

フレイルを予防するためのプログラムで、体力を保ち、健康的な生活習慣を身につけるお手伝いをします。

対象者 65歳以上で、要支援の介護保険サービスを利用していない方

※サービス対象地域は、南・東・桜ヶ丘中学校区の中より、エリアを限定しながら開始予定です。詳しくは、鳥取福祉会のホームページをご覧ください。



アクティブ津ノ井の取り組み紹介

「知って得する!いきいき教室」という健康講座を開催しています。

どんなことをするのか?

毎回、テーマに沿った話やそれに関連した体操などを利用者様と一緒にを行っています

お問合せ先:鳥取市津ノ井246-1
TEL:(0857) 30-5432



ヒートショック



予防運動を皆さんで行いました

手洗い予防



手洗いチェッカーを使用

その他のテーマ

- ・転倒予防
- ・認知症予防
- ・腰痛予防
- ・栄養指導
- ・感染症予防
- ・熱中症予防
- ・フレイル予防

参加された利用者様の声

- 久しぶりにお茶を飲むことができてよかった (お茶会)
- 3食しっかり摂ることは大事だと改めて感じる事ができた (栄養指導)
- しっかり洗っているつもりでも洗えていなかった (手洗い)
- 手洗いの方法について改めて知ることができてよかった (手洗い)
- 他利用者と家で気を付けている事を情報交換できてよかった (ヒートショック)



お茶会では利用者様に先生になっていただきました

利用者様に
好評だった

体操のご紹介

～転倒予防、姿勢改善効果のある運動～



やり方

- ・片足を前に伸ばします
- ・伸ばした方に向けて上半身を前に倒します
- ・そのまま20～30秒止めます
- ・反対の足も同じように行います

注意点

- ・呼吸は止めないようにしましょう
- ・膝は伸びる範囲で伸ばしましょう

全国老人福祉施設大会・研究会議(養護老人ホーム部門)

鳥取市なごみ苑 優秀賞!

施設ビジョンを「自律して、地域と共に暮らせる支援」として掲げ、ご利用者の自律支援に向けた、さまざまなチーム活動に取り組んでいます。その活動内容が評価され、昨年度の奨励賞に続き、今年度は優秀賞の受賞となりました。



活動内容の詳細は、
なごみ苑YouTube
(QRコード)で
視聴できます。

第15回

フォトコンテスト

ぐらんぷり



今回のお題『ともに笑い合う』



LINEグループ作るぞー!



直視できない笑い合い。。。



なに作ってるの?、ヒ・ミ・ツ!



幸せそうだね? キミもね!



見てみて!、ビノキオ・・・



笑いのサークル



ハイタッチ or ジャンケン?



大好き!



いくつになっても、恋したい。。。



一人でも笑い合う

神社めぐり

ここであなたも
金運・財運アップ
UP!

鳥取で珍しい白蛇の神社で
水の女神の弁財天と白蛇が祀られている為
金運・財運の運氣向上として
多くの参拝者から信仰されている。

多鯰ヶ池弁天宮

(たねがいけべんてんぐう)

- 所在地:鳥取県鳥取市福部町湯山2164-813
- 御祭神:弁財天・お種弁天(べんざいてん、おたねべんてん)
金運や財運、商売繁盛にご利益があると言われている。
- 祭礼日:毎月の日の日(みのひ)や60日周期の己巳の日(つちのとみのひ)
- 由 緒:多鯰ヶ池は火山灰や砂が堆積してできた中国地方では一番深い池とされており、3つの島がありますが江戸時代には、もう1つ島(大島)があり、激しい飛砂で陸続きになっていたと伝えられています。江戸時代末期以前に、相州江の島弁財天から分霊されたとも伝えられています。鳥取砂丘の近くにあり、珍しい白蛇の神社として多くの参拝者が訪れています。

お種の社の参り方

お種の社は弁天宮の弁天様に使える白蛇を祀っている社です。弁天様に願いを掛けてもらえるよう、しっかりとお願いをする意味で、お祈りを3回繰り返して行ってみましょう。あなたの願いが叶いますように。



「どうか、宝くじが…」



珍しい蛇の形
おみくじ!!

おみくじ 200円



弁天宮の成り立ちを伝える石碑

浜湯山・多鯰ヶ池活性委員会理事
前川澄雄さんのお話

●弁天宮の魅力

毎月の日(み)の日には、生卵や、お酒を供えて参拝し、特に60日周期の己巳(つちのとみ)の日は縁起が良いとされ、金運も更にアップし、大きなご利益が期待できると言われています。

この日を目標に、願い事をすするため訪れる参拝者もいるそうです。

今年の己巳の日

3月 18日(土)
4月30日(水)
6月29日(日)
8月28日(木)
10月27日(月)
12月26日(金)
社務所:
8時30分~12時

●多鯰ヶ池にまつわる伝説

昔々、長者さんの元に新しい使用人としてお種という女性がやってきました。夕方、使用人たちがだべっている時に誰かが「腹減った」「うまいもん食いたい」と言うので決まってお種さんが甘い柿の実を持ってきてくれました。最初はうまい、うまいと言っていたのですが、そのようなことが何度か続くと、「柿、出過ぎじゃね?」と疑う者も出てきました。

そこである時、お種さんの後をついてみることにしました。するとお種さんは池の畔で白蛇に変身し、池の島へと渡ると、その柿をもいでいたのです。驚いてそのことを長者に報告すると、それ以降、お種さんが戻ることなく多鯰ヶ池の主となったそうなの。そして、長者の家に住んでいた老婆がそれを憐れみ池の傍に荒神さんの社(現在のお種社)を建てて祀ったそうです。



島にある鳥居



お種さんが柿を獲っていたとされる小島

ガイナレ福祉会デイ

5年ぶりに開催!!

来場者数: 2,345名

2024明治安田J3リーグ第34節

「ガイナレ鳥取VSカタレ富山戦」

～10月27日(日): Axisバードスタジアム～

鳥取福祉会では地域貢献事業として、「ガイナレ福祉会デイ」を約5年ぶりに開催しました。イベントエリアには福祉会職員有志による、【キッズプレイランド】を設置。また、試合前イベントとして福祉会園児とガイナレ鳥取との【ミニサッカー大会】、ガイナマンとの【ガイナマン体操】で会場は大盛況でした!



キッズプレイランドにはボールプール、バルーンアート、キックターゲット、キックスピード測定コーナーを設置。



多数の方のご来場ありがとうございました!!
これからも鳥取福祉会はガイナレ鳥取を応援します



のぞみ保育園改築工事が 始まります

完成予定図

のぞみ保育園は、昭和55年4月に建築され開園より45年近くが経過しており、建物や設備の老朽化が顕著となっています。

鳥取福祉会としては、本園が、保護者の利便性は元より、地域活性化の重要な役割を担っているものと考え、明るく快適で過ごしやすい園舎に改築・整備することになりました。

今後より一層、子どもたちや保護者、地域の皆さまに喜ばれる保育が提供できるよう、保育環境の改善を図って参ります。

【改築工事の主な内容】

- 令和7年1月～令和8年1月頃
- 定員 130名
- 建築面積 1,009.46㎡
- 自然採光を取り入れた明るく
過ごしやすい園舎



ホームページが リニューアルします!

私たちのパーパス※1:『ともに笑い合う、幸せづくり』を大切に、ご利用者様、地域の皆様と、職員と一緒に笑顔あふれる未来を作っていきます。新しいホームページでは、この想いを込め、さらに分かりやすく、使いやすい情報をお届けできるように更新中です。

※1) 社会的存在意義

3月下旬にデビュー予定です。お楽しみに!



つながりサポーター養成講座 開講!

～孤独・孤立問題を考える～ in 鳥取福祉会

つながりサポーターとは…

なにか「特別なことをする人、しなければならない人」ではなく、孤独・孤立の問題について知識を身に付け、身の回りの人に関心を持ち、生きづらさを感じる人のSOSに気づき、できる限りのサポートを行う人です。

中央人権福祉センターの職員を講師に招き養成講座が開かれ、多くの職員が参加しました。

～参加してみて～

- ・身近な人が気付き、繋いでいくことが大切だと思った。
- ・自分に何ができるのか考えるいいきっかけになった。
- ・体験談や率直な話が聞けたのが良かった など…



つながりサポーター募集中!

興味がある方は鳥取市中央福祉人権センターまでお問い合わせください。



♪ご寄贈いただきました♪



今年度も清水昭允様から絵本147冊とエプロンシアター3点をご寄贈いただきました。
8年連続の寄贈に深く感謝申し上げます。



たくさんの絵本をご寄贈いただきました。
たくさん読んで!楽しんで!学んで!活用したいと思います♪



さんいん住建様より、ごうぎんSDGs私募債贈呈品として絵本82冊をご寄贈いただきました。

ごうぎんSDGs私募債とは…

地域の将来を担う子どもたちを応援するために私募債発行企業様と山陰合同銀行様が連名で物品の寄贈を行う商品です。



かわいい
シャッターアートが目印

るい鍼灸院 山陰初のだるま灸 女性に寄り添う鍼灸院

鍼+お灸による特殊施術で、体の芯までポカポカになります。女性鍼灸院として美容鍼灸も! (だるま灸・はりきゅう・美容鍼・よもぎ蒸し、オプションがあり)。症状に合った施術を行っています。



まずは友達追加

【予約方法】
LINE・インスタの
DM・電話
※男性は紹介・知り合い
のみとなります。

鳥取市気高町二本木91 (瑞穂小学校前)
※駐車場はお店の前に有ります。
TEL 080-3884-0926
【受付時間】 9:00~19:00 (19時最終受付)
【定休日】 日曜・第3土曜日・祝日不定休



石田留衣 院長

鍼の響き、お灸の心地よい温かさを大切に、「だるま灸」を得意としながら、痛みや症状の改善だけでなく、心身共に癒される、施術を心がけています。施術から美容までお任せください。



だるま灸

炭炙り チャーシュー 赤龍



鳥取市南吉方3丁目189 (ブックオフ前)
2月27日オープン

賀露町で営業していた拉麺店「まるいち」が新しく「赤龍」として店舗を新たな場所へ移転し、リニューアルオープン! チャーハンも絶品! また食べたくなる旨さです。



アトリエカフェ M



鳥取市立川町1丁目121-2
TEL / 090-7974-2312

営業時間 / 11:00~17:00
定休日 / 火曜日、不定休あり

特典 飲み物50円引き!

※注文の時に「鳥取福祉会のワラカドを見て来ました」と伝えてください。
(令和7年4月末まで有効)

古民家を改装した、レトロ感溢れるアトリエ&カフェ。店内はドライフラワーのリースやハーバリウムなど、多くの作品を展示。作品作り体験できます! (要予約)。

日本茶カフェ 葉の香



鳥取市東町3丁目123
定休日 / 木曜日
営業時間 / 10:00~17:00
(ラストオーダー 16:30)

古民家をリノベーションしたカフェ。四季折々の久松山の景色を眺めながら、ゆったりとお茶の時間を楽しめます! 店長さんは、地域のお客様との繋がりを大切にしたいメニュー作りを心掛けているそうです!



鳥取市子音寺 協賛店サービス内容
お子様用ジュース

おすすめポイント

ソファやたみの席があり、お子さんと一緒にゆったりとお茶を楽しめます! 赤ちゃん用簡易ベッドがあり、貸出可能です!



メニュー紹介

マスターおすすめ

抹茶マッシュマロラテ: 530円
抹茶のチョコタルト: 500円
※ドリンクセットで50円引き



BAR アジト



鳥取市末広温泉町712
営業時間 / 20:00~Last
定休日 / 木曜
カウンター10席、個室あり

鳥取駅から徒歩5分。
*大山Gビール&クラフトビールが飲めるお店
*オーダーカクテル・オリジナルカクテル
*極上の生ビール☆PERFECT黒ラベル認定店

特典 ミックスナッツのサービス!

※注文の時に「鳥取福祉会のワラカドを見て来ました」と伝えてください。
(令和7年4月末まで有効)

第15弾

ワラカド川柳

たくさんのご投稿、ありがとうございます！
(¹・)

保育川柳

介護川柳

- ・帰宅後の、会話でつい出る「先生は・・・」
(こぐまちゃん)
- ・走っても、投げて子どもに 負けだした
(こじかちゃん)
- ・自分で、ズボンはいたら マーメイド
(オニエズ)
- ・靴下を、選ぶポイント 子どもウケ
(たむたむ)
- ・先生と、結婚したい モテ期かな
(婚活女子)
- ・忘れんぼう、ぼくたち代わりに 覚えとく
(大路人)
- ・変顔も、くすつと笑えて 癒しの顔
(わたしの宝物)
- ・先生は何歳？ 永遠に二十五歳！
(実年齢は倍)
- ・ピアノ、歌、ままごと、運動 何刀流
(保育士ってすごい)
- ・遠山の、陽柱がやく 雪の華
(ドライブ好き)
- ・メモ取って、メモしたところ 忘れてる
(のぞみちゃん)
- ・おままごと、「現金払いはありません！」
(うらうらら)
- ・ほら！あれあれと、連想ゲームの 50代
(うらばなし)

- ・受けた恩、元氣なうちに 返しとけ
(どんぐりの申し子)
- ・また明日、今日も一日 ありがとう
(N)
- ・デイに行き、喋りすぎだと 笑う母
(ななちゃん)
- ・子が育ち、今では逆に 叱られる
(ななちゃん)
- ・目があえば、自然と笑顔 につこりと
(くもり室)
- ・デイサービス、今日も頑張るぞ リハビリを！
(れいちゃん)
- ・初のデイ、知り合い見つけ ホツとする
(M・M)
- ・面会は、嬉しいひと時 笑みこぼれ
(りつくん)
- ・ふれる手に、笑顔が移る あたたかさ
(ちゃんびおんかれー)
- ・介護の仕事、温かさ伝える ひとの手で
(弟)
- ・「〇〇さん！」(職員名前)、いつもの元気で ホツとする
(なこみ)
- ・春近し、眼鏡を変えて 「愛」探す
(ちびまるこ)
- ・愛し娘(こ)に、都会の匂い もらいたり
(ちびまるこ)

編集局
コラム

飄々記

衝撃事実！長年の努力が
無駄だった件！

一人暮らし歴が長いおじさんだが、栄養バランスには一応気を使った自炊生活を送っている。しかし、時には料理が面倒に感じる日もある。そんな時に大活躍するのが即席麺だ。お湯を沸かして麺を入れ、スープを混ぜるだけで、簡単にお腹も心も満たされる。即席麺とは、本当に優れた発明である。ところが最近、そんな即席麺について思わぬ発見をした。私はいつも、麺をお湯に入れたらすぐに箸でほぐしていた。しかし、それが必ずしも最適な方法ではなかったのだ。先日「即席麺の形状の秘密」に関するショート動画を観た。なんと即席麺は、何もなくてもお湯の中で自然にほぐれるように設計されているというのだ。袋の作り方を確認してみると、確かに「麺がほぐれたら」と書いてある。「なんてこった、それに気付かず「麺をほぐしたら」で調理していた過去の自分を思うと、少し恥ずかしい気持ちになった。

そこで、初めて麺が自然にほぐれるのをじっと待つてみた。その結果はというと、驚きの美味しさだった。達成感も相まってか、いつもより味がしつかり感じられた。ちなみに、今回はお湯の量が少なめでスープが濃くなったせいかもしれないが、それでも味の違いを実感した。

自炊生活が長い私にとって、美味しい料理を作るための情報収集は日常の一部である。「これだ！」と思ったことを試してみると、新しい発見があることも少なくない。この経験を通して、日常生活の中にも進化のヒントがたくさんあるのだと改めて感じた。年齢を重ねても、「ピン」ときたら試してみる。この小さな挑戦を積み重ねて、毎日を少しずつ良くしていきたいものである。即席麺の調理ひとつからでも、新しい知識と楽しみを得られる。そんな発見を、これからも続けていこうと思う。

【ペンネーム】 日常の探求者

