

# わたしの 上島旅

— 第3回 —

## 今月の旅人



西村暢子さん (52)  
商社勤務  
東京都杉並区在住

### 「あたりまえな」島暮らしの豊かさ

母方の祖父が佐島の出身です。空き家問題がきっかけで5年前、30年ぶりに佐島を訪れました。3年半前から空き家再生のため島に通い始め、平成28年4月に「古民家ゲストハウス汐見の家」として開業しましたが、すっかり島の魅力にハマり、島通いがおさまる気配はありません。

「こがな何もない島に何しに来よん」と、当初は島の方にしょっちゅう聞かれました。今でも島の素晴らしさを語ると「そげなあたりまえのもんが面白いかのう」と笑われ、なんと贅沢な、と感嘆します。

自然、歴史、文化、産業、人、どれも語り尽くせませんが、季節に寄り添った丁寧な暮らしと温かい人づきあいには、都市では望むべくもない豊かさがあります。春の大潮には阿部直江さんに

声を掛けていただき磯遊びをしました。ご近所から野菜、柑橘、魚介類をお裾分けしていただくことも多く、折々の自然の恵みと人情が身に沁みます。「汐見の家」が縁で移住や長期滞在をした方は14人に上りますが、誰もが暮らしの豊かさと人々の温かさを語ってくれます。

また、島の方は皆さん「田舎もんじゃけん」と謙遜されるのですが、北米移民や海運の歴史を持つ弓削・佐島は海外経験や海外に住むご親戚のある方が珍しくないグローバルな島です。今年90歳の田坂八郎さんから「わしゃあカナダ生まれじゃけん」と言われた時の衝撃は忘れられません。まだまだ知りたいことがたくさんあります。

島の方にお会いしに、島の魅力を味わいに、これからも島通いを続けたいと思います。

上島町観光協会 各種お問い合わせ ☎ 72-9277 [www.kamijima.info](http://www.kamijima.info)



旬のキャベツの  
うま味たっぷり！  
スープも一緒に  
いただきます

### キャベツの重ね煮

#### ●作り方

- 1 キャベツは、たっぷりの熱湯でさっとゆでる(水にくぐらせて、レンジにかけてもよい)。芯はそぎ切りにする。
- 2 玉ねぎ・人参はみじん切りにする。
- 3 ボウルにひき肉を入れて練り、**A**と**2**を加えて粘りが出るまで混ぜ、2等分する。
- 4 厚手の浅鍋にバターを塗り、キャベツと**3**を交互に重ね、最後にキャベツでおおう(芯も一緒に重ねる)。
- 5 **B**を加え、クッキングペーパーの紙蓋と鍋蓋をして火にかけ、煮立ったら弱火にして20分煮る。
- 6 食べやすく切り分けて器に盛る。

#### ●材料 (2人分)

- キャベツ . . . . . 200g(約5枚)
- 玉ねぎ . . . . . 1/2個
- 合いびき肉 . . . . . 150g
- 人参 . . . . . 50g(1/3本)
- A**
  - 薄力粉 . . . . . 大さじ1/2
  - 溶き卵 . . . . . 小1/2個分
  - 塩 . . . . . 小さじ1/5
  - こしょう・ナツメグ . . . . . 少々
- B**
  - 湯 . . . . . 150cc
  - コンソメ . . . . . 1/4個
  - 酒・砂糖・バター . . . . . 各小さじ1
  - しょうゆ . . . . . 小さじ1/2