



メゴチは島でも釣れる、比較的安価なくせの少ない白身魚です。

## メゴチと筍の揚げだし

### ●材料(4人分)

|                  |       |
|------------------|-------|
| メゴチ (500g程度の大きさ) | 1尾    |
| たけのこ             | 1個    |
| 小麦粉              | 適量    |
| サラダ油             | 適量    |
| 水                | 200cc |
| レモン              | 1/2個  |

白だしとレモンの風味が上品な一皿です。

色々な魚で作ってみてください！

### ●作り方

- 1 メゴチはうろこを取って3枚におろし、小骨を取って一口大に切ります
- 2 たけのこを一口大に切ります。
- 3 レモン果汁を絞り、白だし、水と合わせて小鍋でひと煮たちさせます。
- 4 メゴチ、たけのこに小麦粉をまぶし、180℃の油でからっと揚げます。
- 5 小鉢に揚げたメゴチとたけのこを盛り、上から**3**のあたたかい出汁をかけて出来上がり。

## 上島の文芸

### 双葉文芸【岩城】

若布採る磯に流れる浜の歌 伊佐 幹男  
 焼山や高き彼方に雲の沸く 田中 華丘  
 迅風来て山焼きの焰の渦巻ける 山元 征子  
 山焼きて大気のゆるみ動きけり 美濃部妃苗  
 島は過疎無言の老女若布干す 林 七重  
 苗木市品定めする太き指 森本 伸子  
 足取りも野獣となりて焼野ゆく 古林 幹枝

### 第64回不器男俳句大会

乾涸びし水仙眺め自重せり 森本 和佳  
 若布刈小船で海を掬い上ぐ 田名後簗雨  
 飛行雲三筋に晴れて梅の花 幸本 孤燈  
 青木亮人選  
 【高校生の部】入選  
 月下にて笑ふ子と海道を往く 大洲 翔真  
 弓削高等学校二年 谷口波詞雄選  
 【高校生の部】入選  
 観覧車硝子に映える冬銀河 弓削高等学校二年 阿部 大樹

### 第19回虚子・こもろ全国俳句大会

谷さやん選  
 谷きよし選  
 【高校生の部】入選  
 浜風に竦む下校やオリオン座 弓削高等学校二年 沖 晃生  
 【高校生の部】佳作  
 島々に橋に湧き次ぐ鰯雲 弓削高等学校二年 馬越 宙夢

## 弓削 漁協朝市



日時 5月3日(木)  
 9:00 ~  
 場所 弓削漁業協同組合  
 前広場

## ALT コーナー / 上島町観光協会だより

## 決して忘れられない体験

みなさん、こんにちは！  
 もう3月の終わりになったなんて信じられません。「一月往ぬる二月逃げる三月去る」本当にその通りですね。週末、初めて福島を訪れました。災害を受けた場所を直接自分の目で見たり、自分の心で感じたりしたかったです。このたびの体験は、決して忘れられません。

Real Fukushimaというグループから案内してもらいました。Real Fukushimaは地域の役人と翻訳者チームで一般人と研究者にガイドをします。3人しかいません。このチームは一生懸命働いて、福島の災害と現状への関心を高めています。3月19日にメンバー2人と会いました。とても優しいしオープンでした。メンバーの1人から、サーバイメータをもらった後、南相馬を通りながら、地域の歴史等について学びました。災害場所に近づくにつれて、被害を受けた建物等が増えてきました。

海で、福島第1原子力発電所を見ました。ガイドによると、セシウムは地面にありますが、潮にはありません。サーバイメータで海側はそんなに

放射線がないことが確認できました。それに対して、地面は放射能汚染がありました。後で、災害場所へ進んで、照明器具を取り出した後、中へ入り、現状が少しずつ分かるようになりました。車は捨てたままだったし、地震によって道はぼろぼろになっていました。ぼろぼろになったビルもいっぱいありましたが、誰かまだ住んでいるようなビルもありました。住民の代わりに、発電所職員や役人が車を運転したり、ビルを取り壊したりしていました。大熊町こそ寂しそうです。前の賑やかな雰囲気を想像すると、悲しくなりました。以前の生活に戻れない人が、まだいっぱいいます。

Real Fukushimaのおかげで、苦しさを抱えている人々の気持ちが、自分にも少なからず、分かったような気がしました。彼らにとっても感謝しています。災害に関わった町も、少しずつですが、元気を取り戻しています。希望がはつきり見えてよかったです。もしよければ、Real Fukushimaのホームページを見てみて下さい。  
<http://real-fukushima.com/>



今月の担当 ALT  
 ハーパー・エマニュエル

## ゆめしまサイクル 2018 in かみじま ～しまのグルメライド2」開催報告

### 上島町観光協会

愛媛県、広島県はもとより、岡山県、香川県、高知県、東京都、大阪府など、遠く西は福岡県、東は福島県から昨年を大きく上回る約180名ものサイクリストに参加していただき、皆さん無事に完走し「美味しかった!」「アットホームで良い」「あたたかい声援、おもてなしに感動!」などなど満足の声をほんとうにたくさんいただきました。

また、町内ボランティアスタッフほか、各方面のたくさんの方々に大変お世話になりました。90名を超えるスタッフの皆さんに、この場をお借りして御礼申し上げます。

この盛況を受けまして、次回もゆめしまサイクルを開催する予定です。ご家族や初心者でも安心して楽しく走っていただける自転車イベントですので、どうぞ奮ってご参加ください。引き続き、今回の参加者やスタッフからいただいた声をもとに、沿道でのご声援など、町全体でアットホームに盛り上げていけるようなイベントを目指しておりますので、みなさまご協力・ご支援のほどよろしくお願いいたします。



\*\*\* お知らせ \*\*\*

上島町観光協会の事務局が4月から、せとうち交流館に移りました。交流館受付にてお声掛けください。(電話番号は変わらず0897-72-9277になります。)

