



豆腐のふわふわシュウマイ

●材料(12個分)

鶏ミンチ・・・ 70g シュウマイの皮・・・ 12枚
木綿豆腐・小1/2丁(150g) キャベツ(白菜)・・・ 2枚
玉ねぎ・・・ 小1/2個 ねぎからし・・・ 適量
青しそ(あれば)・・・ 3枚 酢・しょうゆ・・・ 各小さじ1
しょうが・・・ 小1/2片
片栗粉・・・ 大さじ1
A 塩・こしょう・・・少々
しょうゆ・小さじ1/2弱
ごま油・・・小さじ1/2

●作り方

- 1 豆腐はキッチンペーパーに包み、電子レンジで1分30秒くらい加熱し、水切りする。
- 2 玉ねぎ・しそ・しょうがはみじん切りにし、片栗粉をまぶす。
- 3 1、2とミンチ、Aをよく練り混ぜる。
- 4 シュウマイの皮に3を大さじ1ずつのせ、形を整える。
- 5 フライパンにクッキングシートを敷き、3cm角くらいに切ったキャベツを広げ、4を並べる。
- 6 クッキングシートの下に深さ2cmくらい水を入れ、ふたをして強火で10分加熱する。
- 7 キャベツと共に盛り付け、好みで辛子と酢しょうゆを添える。

※ シュウマイの皮の代わりに、餃子の皮でも作れます。
※ 下に敷く野菜は、チンゲン菜やもやしでも。

むつみ歌会【岩城】
老ゆるとはかういうものか眼に次いで耳の衰へとみにおぼゆる
新緑の光まぶしきが庭に何処ともなくほととぎす鳴く
宮本佳世子
浪本 綾子
グラウンドゴルフのスコアたまさかのインワン三つはダイヤモンドよ
池田 繁雄
父の形見抒情歌集を寝る前にテープで聴きて子守唄とす
森本 和佳

魚島俳歌柳会【魚島】
檀尻の乗子の唄や着付など化粧もしたり二十年余り
白石 勇
母逝きて四十年過ぎし今年吾は古希を迎へて母の歳越す
西本 優子
新緑の輝く今朝の清々し新たな御代へ歩踏み出す
山元 征子
(令和の時代となる五月一日に)

傘寿古希互に杖と手を握る
鮮やかに恋蘇る夾竹桃
身土 不二
台風や予定狂わす帰省の子
乾杯へ子供に返る同級会
ひまわり
退治する猪とクマ蜂鳥の敵
与那国島北方領土我が日本
柳 小福
令和元年世界平和を目指したい
追悼式今年も集う武道館
松原 瑞峰



人生の新しい章の始まり

上島町の皆さん、こんにちは。弓削の新しいALTのジョナです。弓削に引っ越してきて3週間がいつの間にか経過しました。短かったような長かったような……。まだ、僕のことを知らない方がたくさんいらっしゃるのではと思うので、これを機会に自分のことについて話したいと思います。

僕は24歳で、アメリカのニューヨーク州出身です。ニューヨークと言えば最初に思い浮かべるのは世界的な大都会のマンハッタンではないでしょうか？でも、僕が生まれ育ったクイーンズは大都会ではなく穏やかな町です。

最近よく聞かれるのは、「なぜ上島町に来ようと思ったのか？」

です。来日前は先生ではなく、音楽に関する仕事をしていました。編曲や作曲をしていました。日本の音楽が特に好きです。子どもの頃から、遊んでいた任天堂のゲームから流れる曲を鼻歌で歌いながら過ごしていました。それは大人になった今でも変わっていません。

自分の好きな作曲家が生まれ育った日本のことを知りたくて、いずれ日本に住んでみようと思った。大学3年生の時に日本語の勉強を始めました。積極的に日本語を使えるイベントに参加し、日本語を少し覚えてから初めて来日しました。圧倒的に魅了されてしまいました。それから2回も

弓削 月 19:30～ 弓削地域交流センター
生名 月 9:00～ 3分団集会所
岩城 木 20:00～ 岩城総合支所庁舎
魚島 火 19:30～ 魚島開発総合センター

来日し、観光地の東京、京都のみならず、東北や九州など、色々行って見て、日本に住みたいという気持ちを確かめてからALTになることにしました。

ちなみに、ALTはなかなか希望どおりの場所に配置されることがないのですが、僕の第一希望は、まだ行ったことのない四国でした。

今月の担当ALT
パレキ・ジョナサン・ウィリアム



わたしの 上島旅

— 第16回 —

今月の旅人



マシュー・ピーターセンさん(25)
弓削島在住

はじめまして、私はマシュー・トーマス・ピーターセン(愛称:マット)と言います。ニュージーランド出身で、ニュージーランド人とマレーシア人のハーフです。今年1月にニュージーランドから日本人の妻と一緒に弓削島に引っ越してきました。

私が生まれ育ったニュージーランドには、豊かな緑の森、親切な人々、スポーツやアクティビティも豊富で、ずっと住み続けたいと思っていました。

しかしながら、2018年5月に友人サムくんに会いに弓削島に遊びに来た時、この島に魅了され大好きになりました。ニュージーランドに帰る前に再び弓削島に訪れた時に、私と私の妻はここに移住することを決心しました。その後はサムくんの助けもあり、スムーズに引っ越すことができました。

私たちは今、親切な島の人たちや、綺麗な自然に囲まれながら上島町でとても楽しんで生活を送っています。みなさまにはとても感謝しています。

この町はニュージーランドの良いところ

をすべて切り取ったようなところで、綺麗なビーチがあり、ハイキングも出来て、フレンドリーで居心地の良いお店など、素敵なお店がたくさんあります。

ニュージーランドの田舎は、とにかくどこに行くにも時間がかかって大変です。上島町は離島ですが、1時間以内で24時間営業のスーパーマーケットや尾道などに行ける便利さにとても驚きました。ニュージーランドから来る友人たちもみんなびっくりしています。

「田舎に移住する」という私たちの夢の一つは叶いました。今は私の大切な人たち、同じ価値観をもつ人たちに「上島町の良さ」を知ってもらいたいです。この半年のうちにニュージーランドから私の家族や友人6人が遊びにきてくれて、みんなとても気に入ってくれました。

これからも国内・国外にこの町の素晴らしさを発信して、大好きな上島町に少しでも貢献できるように頑張りたいです！この町で生きていく未来をとて楽しみにしています！