

# 地域おこし協力隊 レポート Vol.55

問 シビック・イノベーション拠点「スナバ」 ☎0263②0735



今月の地域おこし協力隊

辰巳 和生

大阪市出身。「スナバ」のスタッフとして、地域と人、人と人をつなぐコミュニティ作りに尽力する。

## 「仕舞う」「整理する」で新たな価値を生み出したい！

地域おこし協力隊のたつみです。ぼくは、シビック・イノベーション拠点「スナバ」のスタッフや、贅川宿の古旅館でシェアハウス「宿場no.1ie坂勘Isakakan」の運営、地域古物の収集と海外食器の輸入や販売をしています。

早いもので塩尻に来て2年半が経ち、残す任期は今年いっぱいとなりました。20歳で自営業者となり、29歳で会社設立、32歳で塩尻で暮らし始めて35歳の現在。気付けば立派な中堅となりました。

そんなぼくは「仕舞う」ということの大切さを感じています。「捨てる」ことも「壊す」ことも嫌で嫌で仕方なくて、「新たな価値を生み出す」ところがぼくの生業となりました。現在、ぼくが再生に携わっている空き家は、贅川のシェアハウスとそれ離れで延べ9軒あります。しかし、無形有形全てのモノは変化する中で、抱えられる両手の広さには限りがあります。だから、ちゃんと「仕舞う」「整理する」ことで、ぼくたちは新たな道を進むことができると感じています。

今年いっぱいだけで済ませたいので、可能性が乱立するクリエイティブシティ塩尻で、ぼくはちゃんと「仕舞う」「整理する」準備を始めています。先人に敬意を払い、過去になる現在進行形を、未来の若者につないでいこう！ そんなことを考えるのは、やはり年齢が関係しているのでしょうか。任期終了後も、贅川の住人です。引き続きよろしくお願ひします。



毎月第4日曜日に坂勘OPEN Dayを開催しています。

広報紙をスマホで持ち運べる



マチイロは、広報紙をスマートフォンやタブレットなどで読むことができる無料アプリです。登録の広報紙が発行されるとお知らせが届く機能や、記事を切り取って保存できる機能など、より気軽に広報紙をお楽しみいただけます。

自分に合わせた情報が届く！

イベント  
子育て



他の自治体の広報紙も読める！



App Store

URL <http://goo.gl/8Wjhm9>

Google play

URL <http://goo.gl/WDej4V>

問 秘書広報課広報シティプロ  
モーション係  
☎ 0263②0333

新型コロナウイルス感染症のまん延状況により、中止となる場合があります。

詳細は、(一社)南伊豆町観光協会までお問い合わせいただくか、弓ヶ浜公式ホームページをご覧ください。



## 第44回 弓ヶ浜花火大会を開催

## 姉妹都市へようこそ

静岡県 南伊豆町

- 駐車場代 無料
- 駐車場 500台
- 場所 弓ヶ浜
- 日時 8月8日(日) 午後8時から
- 昨年、新型コロナウイルス感染症のまん延に伴い開催を中止しましたが、今年は感染症対策を徹底し、来場する皆さんにも同様に協力いただいた上で、開催を予定しています。ぜひご来場ください。
- 主催 弓ヶ浜花火大会実行委員会
- 協賛 ※花火協力金500円にご協力をお願いします。
- 実施 ※当日、午後6時半から交通規制を実施します。

問 (一社)南伊豆町観光協会 ☎0558②0141

グレータスが健康レシピをお届け！



# グレータス キッチン



塩尻市食育推進  
キャラクター  
グレータス



## ワンポイント

しゅうまいの皮の代わりにレタスを使用しました。玉ねぎに片栗粉をまぶすことで、玉ねぎの水気を閉じ込めてくれます。

## レタスしゅうまい

### \* 材料 (12個分)

レタス …………… 4枚	薄力粉 …………… 大さじ2
○肉だね	
木綿豆腐 …… 50グラム	酒 …………… 大さじ1
むきえび …… 60グラム	醤油 …………… 小さじ2
玉ねぎ …………… 1/2個	砂糖 …………… 小さじ1
片栗粉 …………… 大さじ2	ごま油 …………… 小さじ1
生姜 …………… 1かけ	顆粒鶏ガラだし …… 小さじ1/2
豚ひき肉 …… 100グラム	塩・こしょう …………… 少々

\*1人分 (3個) 栄養量 エネルギー…178kcal、たんぱく質…11.6g、脂質…9.2g、塩分…0.8g

### \* 作り方

- ①木綿豆腐は水切りする。えびは背ワタを取り除き、塩（分量外）をもみこみ水洗いし、水気をふき取ったら、1cm程度のぶつ切りにする。
  - ②洗ったレタスは粗めの千切りにし、水気をよくふき取って、薄力粉を全体に絡める。
  - ③玉ねぎはみじん切りにし、片栗粉と和えておく。生姜はすりおろす。肉だね用の食材をボウルへ入れ、粘りがでるまでよく混ぜ合わせる。
  - ④③を12等分にし、②を肉だねにつけるように成形後、蒸し器で10～15分程度蒸し、お皿に盛り付けてお好みでからしを添えたら完成。
- ※蒸し器がない場合は、電子レンジ500wで6分程度の加熱でも代用可能です。

### 「塩尻市行政チャンネル」とは？

市政やイベントの情報などを放送している“塩尻市専用のチャンネル”です。

#### ■主な放送番組

市政ニュース、しおじり特集、テレビ広報しおじり、塩尻市長定例会見

※番組の一部は、辰野町の「ほたるチャンネル（LCVの11チャンネル）」、YouTubeの塩尻市公式チャンネル（<https://www.youtube.com/user/SHIOJIRICITY>）でもご覧いただけます。



### 8月のテレビ広報プログラム テレビ松本(12CH)

8月2日(月)～13日(金)…塩尻市国保特定健診について  
～今年はからだの中の「糖」に注目～

16日(月)～27日(金)…パパ講座のお誘い

30日(月)～9月10日(金)…文化財保存活用地域計画  
上記日程の午前10時45分～11時、午後9時45分～10時に放送します。

※LCV(12CH)では、同じ週の木曜日（午前5時45分、午後7時15分）と金曜日（午後3時15分、午後11時45分）に放送します。



## 塩尻市行政 チャンネル

秘書広報課広報シティ  
プロモーション係  
☎0263⑤0333

今月の  
目玉番組

ユメックス アリーナ  
塩尻市総合体育館「YOUMEX ARENA」  
竣工式・開館記念イベント

塩尻市の新たな運動施設「YOUMEX ARENA」が4月1日にオープンしました。4月17日(土)・18日(日)に行われた竣工式および開館記念イベントの様子をお伝えします。

■時間 ○午前9時から ○午後6時から  
※市議会や市長定例会記者会見などの生放送時を除き、毎日放送します。

※加入方法の詳細は、テレビ松本ケーブルビジョンにお問い合わせください。

問 (株)テレビ松本ケーブルビジョン ☎0120④1008(フリーダイヤル)