

キラリ人

ます 榎 孝行さん
(河原)



▲壇上で力強く発表されました
(滋賀県商工会青年部主張発表大会)

8月21日に開催された滋賀県商工会青年部主張発表大会において、日頃の活動を発表し、見事最優秀賞を受賞された榎さん。9月3日には、近畿ブロック商工会青年部主張発表大会でも力強く発表されました。受賞にいたるまでのお話などをお聞きしました。

榎さんが日野町商工会青年部に入られたのは18歳の時で、現在6年目を迎えます。就職してすぐ、今働かれている会社の親方に、自営業の幅広い年代が交流されている青年部のことを聞き、入ろうと思われたそうです。親方は、榎さんが高校3年生の時に建築業のアルバイトをされたときの親方でもあり、また、レスリング部の先輩にもあたります。「人の出会いというのはわかりません。今こうして最優秀賞が取れたのも、親方との出会いがあったからです」。

商工会青年部の活動として、「グリムMTBフェスティバル」と、伊藤みき選手のオリンピック出場内定を祝う「応援灯」の取り組みについて発表されました。「グリムMTB」は、一時やめようという声が出たこともありました。皆さんの力によって20年続き、県外からの参加者も年々増えてきたことなどを話されました。「応援灯」については、明かりを点けて町中で伊藤選手を応援しようという青年部がアイデアを出され始めたことなどを話されました。



▲発表後、最優秀賞の結果を待つ榎さん(左から2番目)

「約100人を前に10分間の発表で、最初は緊張しましたが、すべて覚えていたので、スラスラと話すことができました」。当日を迎える前の約3週間は、1日3時間の練習をされました。商工会青年部の先輩方も練習に協力され、「文章へのアドバイスや、夜の練習にも集まってくれました。皆さんのおかげで取れた最優秀賞です」と受賞について話してくださいました。「よい機会になりました。これからもみんなで力を合わせて、いろいろな事業に取り組み、それが町を盛り上げることに繋がればと思います。これからもいろいろな事業に取り組みでいきたいです」と、これからの意気込みを語ってくださいました。



健康推進員
なかにし やすこ
中西 恭子さん
(原)

💡ポイント💡

カルシウムの多いごまを使って焼きました。成人病予防の料理として最適です。手軽に作れますので、ぜひお試しください。

ヘルシークッキング



材料(4人分)

鶏ささみ200g、つけ汁④【しょうゆ大さじ1、酒大さじ1、塩小さじ2/5】、小麦粉大さじ1、卵1個、いりごま(白)小さじ2、いりごま(黒)小さじ2、サラダ油小さじ2、レタス2枚、レモン1/2個、りんご2/3個、からし和え【ブロッコリー300g、しょうゆ大さじ11/3、ねりがらし少々】

ささみの利休焼き

作り方

- ① 鶏ささみは筋を取り、厚さを平らに伸ばす。
- ② ①に④の下味をつける。
- ③ ②の汁気を切り、小麦粉、とき卵、いりごまの順につける(いりごまは、黒と白を合わせておく)。
- ④ フライパンに油を入れ、弱火で両面を焼く。
- ⑤ 食べやすい大きさに切り、レタスと半月切りのレモン、りんごを添えて皿に盛る。
- ⑥ ブロッコリーは小房に分けてゆがき、ざるにあげ、水気を切る。熱いうちにしょうゆ、からしの混ぜたもので和え、⑤に添える。

☆ 1人分エネルギー 179kcal
たんぱく質 17.3g / 脂質 5.3g
食塩相当量 2.2g