

# キラリ人

## 日野町連合青年会会長

かわの **河野** なおき **真樹**さん(写真中央)  
(湖南サンライズ・25歳)



▲「いつでも挑戦!」と語る皆さん

今年の4月から連合青年会の会長を務めておられる河野さん。青年会の現状とこれからの活動をお聞きしました。また、団員の皆さんからも、お話を聞きしました。

「日野町連合青年会」は、現在会員11名(男8名、女3名)。ここ最近では団員が増えており、「普段の活動の活発さや『ひのせいねん』(青年会の広報紙)を見て入ってきてくれます。団員以外にも活動に関わってくれる人も多く、人が人を呼ぶ」と語る河野さん。活動日は、月曜、火曜、水曜、金曜の週4回。定例会を開いて活動報告を行ったり、ヨサコイの練習をしたり、みんなで色々な話をしたりされています。忙しい中でも、みんなが集まって話すことの楽しさ、大切さを語ってください

「ヨサコイの練習をしてもらえるのは、皆さんの前で披露するため。今年1月の成人式で踊られ、その評判の良さに、地区文化祭、納涼祭への出演依頼もあるとのこと。『滋賀県内の青年団ともっと交流していきたい。そこでヨサコイを披露し、日野の活動を紹介できれば』とこれからの活動にも意欲的です。また、「昔は数百人いた青年団員。その知名度はすごい。この連合青年会を絶やさないうようにしたい」と会長としての熱い思いも語ってくださいました。他



▲「活動の中で一人ひとりが成長していくことが大切」と河野会長

の団員さんにお話を伺って、「団員でよかった。なんでもっと早く入っていなかったのか」「家族よりもみんなと話している方が長い」「県内、県外にも友達が増えた」とのこと。皆さんの言葉から、青年団活動は「楽しい!」の一言に尽きようです。

「若者が活動していることをアピールし、地域を盛り上げていきたい。もっと若い人に活動を知ってもらいたい」と語る河野さん。全国的に見ても、活発な活動を行っている「日野町連合青年会」。皆さんからは、若者の熱い力がみなぎっていました。



健康推進員  
くまかわ けいこ  
**熊川 慶子**さん  
(小御門)

### 💡ポイント💡

皮を焦がさないように炊き上げる。付け合わせに、サニーレタス、プチトマト、ブロッコリーなどを添えると、バランスよくおいしくいただけます。

## ヘルシークッキング



### 材料(4人分)

鶏もも肉 1枚 (300g)、レモン 1個、  
みりん 大さじ1強、酢 大さじ2 + 小  
さじ1強、砂糖 大さじ1 + 小さじ1  
④(漬け汁)  
【しょうゆ大さじ2、砂糖大さじ4、  
酒40cc(大さじ2 + 小さじ2)】

## ももの照り焼き

### 作り方

- ①鶏もも肉の皮の方に穴を開けておく。
- ②④に一晩漬けておく。
- ③フライパンに汁ごと入れる。
- ④みりん、酢、砂糖を加える。
- ⑤皮の方と身の方を返しながらかき混ぜる。(皮を焦がさないように)
- ⑥煮汁があめ状になるまで煮る。
- ⑦レモンは半月の薄切りにする。
- ⑧鶏もも肉を1cm幅に切り、切った間に半月切りのレモンをはさむ。

☆1人分エネルギー 249kcal

たんぱく質 13.1g / 脂質 10.6g  
カルシウム 17.1g / 塩分量 1.4g