

11  
NOV 2024  
VOL.181

心と心をビビビと結ぶコミュニケーションのお手伝いペーパー

# ishin-déns hin

Let's コミュニケート!  
新米召し上がりましたか?  
きおく画伯  
結構まちなかで見かけます  
社長と行こう! こっそり食堂  
リベンジ必須・東幡豆の名店

水野印刷工芸  
社内報

ミデコの日々の取り組みを  
知っていただくため、  
社外にもお配りして  
います。

みかわんこ▶



特集

## # がまごおりとりーと (後編)

# #がまごおりとりーと

～「ゆのまち」から「リトリートのまち」へ～

後編

前編では、交通アクセスの良い南に開けたビーチを多数持ち、リトリート（保養、静養、転地療養など）に訪れるのにぴったりなまち、として蒲郡の再定義を試みました。

後編では「リトリート」を軸に、どのようなPRやプロモーション、マーケティングが可能か、その展開を考えてみたいと思います。（文責：牧原恵）

## リトリート感を盛り上げ、

### 地域独自の景観をつくる花や植物

西浦や三谷の海岸沿いで見かけるアメリカデイゴ（写真左上）の花言葉は「活力」「生命力」。さらに市内沿岸部あちこちに多い松（写真右上）の花言葉は「不老長寿」「永遠の若さ」など。すでにリトリート感を醸すのに十分な役者が揃っている、とは思いませんか？美しい景観は安らぎを与えてくれます。できるなら、すでにここ蒲郡で自然に美しくあるもの、元々ある植生を大切にしながら、その地らしい、独自性のある景観を目指したいものですね。

## あったらいいな！

### 「リトリートステーション」

ビーチでのリトリートを存分に楽しむなら手ぶらが理想、という考えに異を唱える人は少ないはず。でも、車ならまだしも電車移動だと手荷物は基本必携…ですので鞄や上着、スマホなどからもフリーになれるよう、近くにコインロッカーがあれば利用したい人は多いのでは。給水用にドリンク自販機、トイレもあればなお喜ばれるはずですね。



施設を作るのは大変ですが、これ、近隣小売店や公共施設に協力を仰ぎその機能を付与する、というのならぐっと簡単になるのは、もしそれが叶うなら、あとは看板や幟旗を掲げるだけでも十分ではないでしょうか。大事なのはリ

トリートに訪れる人をサポートする体制を整えることと、その「しるし」をわかりやすく示すことはず。個人的にはそこには書き込みできる「思い出ノート」などのエモ要素もあればさらにきゅん。ビーチ保全費の募金箱も設置して、地域の皆さんに還元できればなお良いかもしれません。

## 土産品でリトリートの「気分」や「時間」を何倍にも

たとえ短時間の滞在であっても、ただ「遊びに行った」というのと「リトリートに行った」とでは、過ごした時間や思い出の質は大きく異なるはず。その特別な時間をしっかり記憶に留めていただくためにも、せっかくなら、「リトリート」をキーワードにしたこれまでにないお土産品があつたらきっと喜ばれるはず。



特産の柑橘をベースにした「ととのう系」の入浴剤やお茶バック、地元の綿織物を生かし「リトリート感」や「癒し」「回復感」を演出するタオルやルームウェアなどはその好適品と言えるでしょうし、ビーチでゆっくり過ごしていただくためには、その場で使っていただけるロゴ入りオリジナルレジャーシートなども需要があるかもしれません。

帰宅後にそれを目にするたび、使うたび、そこで過ごした心地よいリトリートの感覚がよみがえるとしたら。過ごした時間に何倍もの価値が加わるはず、と思いませんか？

アメリカデイゴ

## リトリートに訪れたい蒲郡の浜辺

### 私的5選

再掲



①龍田浜(ゆうだはま) 西浦駅徒歩12分

手付かずの自然を感じられる浜。砂のキメが細かく、冬場、風が吹いた翌朝など美しい風紋（砂紋）が堪能できる。田舎らしい静けさと、遠望する名鉄電車の存在感がエモい。



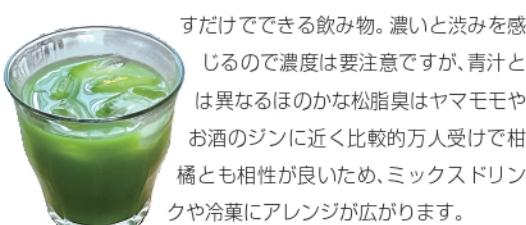
②西浦温泉パームビーチ 西浦駅から車で5分

夏場は海水浴も楽しいビーチ。オフシーズンは静かで美しい海の景色が広がり、とりわけ夕景は私的NO.1。通年ほぼ綺麗に整備されており、駐車場が近いのもありがたい。



### 健康効果を期待できる食材で体内もリトリート

冒頭でも触れましたが、蒲郡のあちこちの浜辺に防砂や防風の目的で多く植えられている松。近年、その健康効果（話題の成分ケルセチン他）が注目され、料理や飲料に取り入れることが広まりつつあることをご存知でしょうか？



松葉ジュース（写真）は松葉と水をミキサーにかけて濾すだけでできる飲み物。濃いと渋みを感じるので濃度は要注意ですが、青汁とは異なるほのかな松脂臭はヤマモモやお酒のジンに近く比較的万人受けで柑橘とも相性が良いため、ミックスドリンクや冷菓にアレンジが広がります。

一方、松葉ジュースを作ると残る搾りかすも、これはこれで利用可。ここでは紅茶葉を混ぜ込む要領でフィナンシェの生地に混ぜて焼き込んでみました（写真下）が、ハーブ的なフレーバーで嫌味がなく、焼菓子ほかパン、天ぷら衣に加えても違和感はありません（繊維質豊富で腸活にも◎かと）。

松はほんの一例に過ぎませんが、「リトリート」というキーワードに照らした時、もしかしたら、これまで使われていなかった素材が見つかる可能性もあるのでは。よろしければ、皆様もちょっと探してみられてはいかがでしょうか？

そして元々特産品である柑橘や深海魚だってもちろん栄養満点。こちらも「リトリート」という視点が加わることで、新しい商品開発やブランディングが可能かもしれませんね。



③竹島海岸 蒲郡駅徒歩15分

南に竹島・八百富神社のオーラを浴びることができ、スピリチュアル系に関心が高い方に特におすすめかも。大潮の干潮時のトンボ現象も自然の雄大さを感じられてよき。



④三谷海岸 三河三谷駅徒歩21分

大島小島がのどかな癒しの景色を提供してくれている。浜は小さいが、海岸線を東にたどりラグーナビーチまで道がついているのでウォーキングやランニングを愉しむ人に最適。

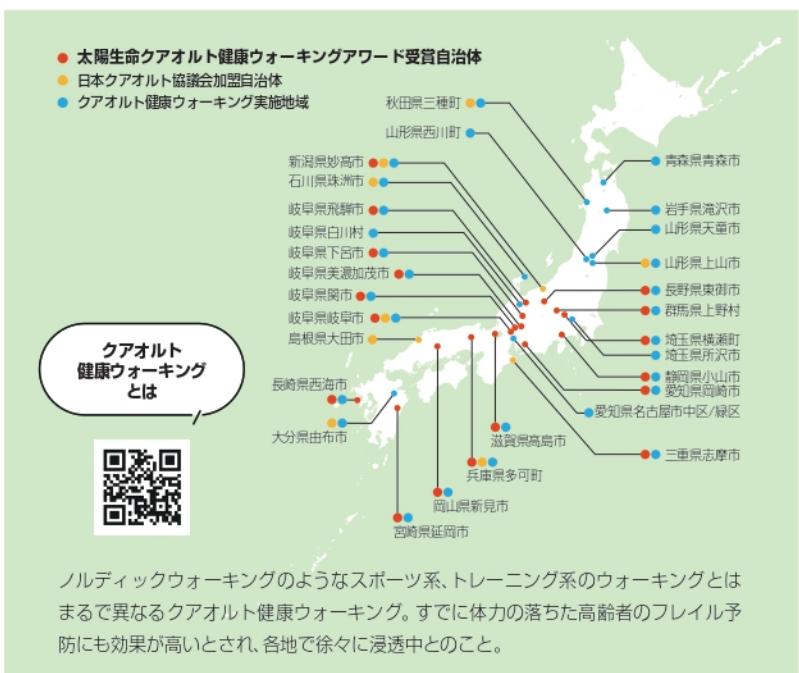


⑤ラグーナビーチ 三河大塚駅徒歩24分

リゾート感があり、最も広々として整備も行き届いている。海に突き出すように伸びた突堤も楽しく、撮影日は突堤から50cm超えのクロダイの群れが散見。これ、普通ですか？

### リトリートにピッタリ？ドイツから来たウォーキングプログラム 「クアオルト健康ウォーキング」

2019年の岡崎市に続いて先頃、豊橋市が「太陽生命クアオルト健康ウォーキングアワード2023」を受賞したそう。「クアオルト健康ウォーキング」とは、ドイツでリハビリや高血圧の治療に活用されている、自然の野山を活用した運動療法「気候性地形療法（野山の傾斜地+冷気と風の活用等）」を基本とした健康ウォーキングなのだとか。たとえ静養で訪れた温泉地であるにしても、散歩程度の運動をしたほうが宿の食事やお風呂をより楽しめるというもの。昭和の頃は浴衣でそぞろ歩ける「温泉街」的なものもありましたが、いまその復活を望むのは難しいでしょう。ならば宿泊地周辺の車通りの少ない道を遊歩道的に整備して、旅行者に外気浴やアーチングなど新鮮な体験を提供するのも一つの手。さらに観光コンシェルジュの方にガイドをしていただければ交流も深められ、来訪者・住民双方にメリットがあるかもしれません。蒲郡を来訪する人も、住む人も、皆、健康で楽しく長生きできるまちを目指したいですね。



＜終わりに＞温泉開発より以前、明治の唱歌が示すように風光明媚な保養地・観光地として財界や文化界から重用されていた蒲郡。あらためて見直すと、その原点である地理資源は今なお唯一無二であり大きなポテンシャルを秘めていることに気づきます。開発云々よりもすでにある資産を生かし際立たせることこそが、結局は個性豊かで魅力的なエリア作りにつながる気がしてなりません。知恵と工夫で蒲郡の魅力を市内外のたくさんの方に伝えたいものです。（終）

# ミデコラム

今月のにわか編集長  
牧原 恵

にわか編集長とは！？

ishin-denshin の編集長は持ち回り制。  
特集ページの執筆や、みんなのコラム  
にコメントをつけたり小コーナーの原  
稿をまとめるのが主な仕事です。



- ミデコ社員ひとりひとりが、  
それぞれの個性を活かしたコラムを掲載！



第 148 回

## 何だこの駅… 気持ちわりい…。

たまたまウェブニュースを見ておりましたら、とある記事「ラッパー呂布カルマが鳥取の恋山形駅に「何だこの駅…気持ちわりい…。」とXでつぶやき炎上」が目につきました。どんな気持ちわりい駅かなと見ると、真っピンクと萌えイラスト。周囲の景観を何も考慮しないヴィヴィットな色。どこでもドアなカラーリング。萌系イラストは市民権を得た存在故何も感じませんが、個人的にはちょっとこのピンクは受け付けない感じ。マゼンタ値80ぐらいなので、40ぐらいにすればパステル系でかわいい初恋な感じになるのにな、と感じつつ、炎上の発端である呂布カルマに妙に興味が沸いてきました。自分の気持ちに正直な人は嫌いじゃない。

ラップは聴かないわけではないですが、ひんぱんに聞くこともないジャンル。姉の多少の影響もあってプレイリストには2Pac、エミネム、Jay-Z等が入っています。日本のラップなんてアメリカの真似事でゲットーも銃もないのに何言ってんだかと、口に知りもしないくせにそんな知ったかをしてお



りました。高校時代にJ-ラップを聞いている人はちょっとチャラい印象もあって苦手意識すらあり、そんな偏見もあって日本語ラップは遠い存在に。

呂布カルマを調べていくと「ラップバトル(国内)」にたどりつきました。ラップバトルは大まかな感じは1対1、1組対1組でビートにのり、韻を踏みながら相手をディスり、オーディエンスの反応が良い方の勝ちとなる言葉の格闘技。若手からベテラン、ファッショニも如何にもなイカツイ感じから、カジュアルな爽やか系、大人オシャレな感じまでMCの幅は広く、個性的。呂布カルマは経験を積んだヤンチャな大人感があって悪い男の魅力に満ち溢れた感じ。渋みが良い。最近はタレント活動でACの啓発CMに出たり、テレビ番組に出たりとラップ以外でも活躍しているみたいで、なんと蒲郡競艇のプロモーションムービーにも出演されていました。このムービーはダサカッコイイ感じがかっこいい。

ここ2週間ほど、呂布カルマをはじめ手あたり次第J-ラップを聴きかじっていましたが、本場US-ラップに比べて日本語なので、言葉的には入りやすい。曲に込められた想いがダイレクトに伝わってきます。手当たり次第に聞いていく中で感じたJ-ラップの共通項。それは「ありのままの自分」をリリックにしていること。中には虚勢を張った「俺、最強！」みたいな曲も少なくないですが、自分の生い立ちから、いまここでマイクを握るまでに至った経緯、葛藤をありのままに表現しています。

これって仏教にも通じるなあと感じました。人間には、良い人間、悪い人間が存在するわけではなく、皆それぞれ良い側面、悪い側面を持ち合わせています。聖人と言われるような人にも悩みや葛藤があり、悪人と言われる人にも善意や善行を行うこともあります。大切なのは善惡含めて自分自身を受け入れること。ありのままの自分に気がつくこと。自分

の悪性に気付き正面から向き合うこと…。

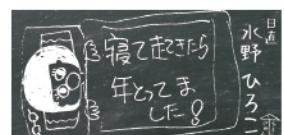
逆に全く反対のこともあります。ラップでは「生かされるな、生きろ」と言いますが、仏教は「生かされていることに気づけ」と説かれます。これは真逆でありのままの自分を受け入れるのは同じようですが、生きる、生かされるの解釈は逆。これは実に興味深いです。

と、ラップと仏教について考察を深めた2週間となりました。「ラップ 仏教」で検索すると日蓮宗の勤行「陀羅尼品(だらにほん)第二十六」がヒットします。「カン！ カカン！ カン！」と小気味良い音が鳴る木鉦(もくしょう)という仏具を用い、高速&リズミカルに読み上げるので、聴き方によってはラップのようにも聴こえできます。心身ともにフローに至るのでオススメです。

ちなみに冒頭の炎上事案ですが、あるインドの方が呂布カルマを諱めており、ネットで話題となっていました。「吐いた言葉はいずれ返ってくる。それがカルマです」と。

### にわか編集長コメント

名前が名前だけに？それにしても自分がコケにされたわけでもないのに怒る人コワイ。一方、炎上きっかけで山本さんのようにラップに関心を持った人もいて。何がどう返るのやら、人の世はげに不可解…。



第 147 回

## 実は受け入れました

ペコと呼ばれてました。高校に入ってから。名前から由来したあだ名ではなく、たぶん見かけからなのです。(ペコは不二家のペコちゃんです)今思えばかわいいあだ名だ



# きおく画伯

第100回

お題 えこたん（幸田町公式キャラクター）

描いた人 水野社長



きおく画伯100回の節目は、お隣幸田町の癒しキャラ♡足の遠近法が心憎いオーバーオールの小人感溢れる渾身の力作ですが、実は頭のとんがり以外全部違うよう…



し、顔も丸かったのでみんなが納得のあだ名で先生からも廊下を歩いていると「ペコー」と声をかけられていたほど。

その当時の私は、自分の中でペコに納得していくなく、心の中であんなに顔丸くないし（あんなに顔丸かったです）あんなペロッと舌出してないしという感じで。だから、もちろん親にはこの名前で呼ばれているのは内緒でした。しかし、年賀状の文面でペコと呼ばれていることを知られてしまったのです。「へええ、ペコって呼ばれてるんだ」。

はつ恥ずかしい～

高校を卒業して何年か先に犬を飼い始めた。そして名付け親はもちろん私。犬の名前はポコ。「ペコが飼うからってポコってかあ」とめちゃくちゃあだ名を実は受け入れていた私でした。

## にわか編集長コメント

今もキュートな浩子さんの女子高生時代が目に浮かぶようです。お目目キラキラで元気なペコちゃん、的を射てます！ちなみに私が小学校時代言われたのは「こけし」。どう考へてもペコちゃんのが上位。



第147回

## 備長炭次男

次男は感情の起伏があまりない男。常に一定の平常心、穏やかなテンションを保持。

悟りを開いているんじゃなかろうか？と思うほどのことも多々ある。が、思い返せば幼児期は常にハイテンション。実に自由で次男らしい次男だった。思うにあんなのびのびしてたのは、6つ上の長男の溺愛によるところが大きいと思う。が、それにしても、それにしたら、なぜ、いつ、悟りを開いたのか？

本人に聞いてみると「小6くらいかなあ？ん？オレしゃべり方イタくない？？」という気付きがあったそうな。

現代っ子の例に漏れず、YouTubeが大好きだった次男。配信特有のしゃべり方をしている自分に気付き、「コレはマズい」と矯正したそう。母、まったく気づかず。おそらく、その時の「自分を第三者的視点から引きでみてみる」という行為がいまの次男を形成したとみえる。ゆえに自力。すばらしき自己啓発の賜物(?)。そして、そんな次男は内にアツきものを秘めているため、いったん刺激されるとそれが爆発。カッカカッカと白い灰になるまで燃え尽きるのだ。

再三サッカーに関しては、長男から「今頃かよ！」とツッコまれる現状をお話したが最近は「天動説・地動説」にアツい。なんでも、「チ。-地球の運動について-」なるビッグコミックスピリッツの漫画が元らしいのだが15世紀のヨーロッパを舞台に、禁じられた地動説を命がけで研究する人たちの生き様と信念を描いた」フィクション作品で、現在はNHKでアニメ化もされている。いわく、「文系の学問ってさ、要は歴史を反芻することじゃん？だけど、理系ってさあ自分で新しい説を生み出して、新しい学問を築いていくんだよ！」と力説。このあたりでだいぶ思

想に偏りが見られる…

「あー、おれなんでもっと早くこれに気付かなかったんだろう！」と文系脳で数学のためにバッサリ捨てた理系への羨望がピークになっているもよう。いや、母たち外野は散々いいましたよね？塾行ってでも理系選択した方がいいらしいって…。

さてさて、今回はいつごろ「灰」になる通常運転モードに切り替わるんでしょうか？

## にわか編集長コメント

英国社でなく英國理で受験したかった私、理系への羨望はいまだあり、Eテレの「3ヶ月で学ぶ数学」とか見ちゃいます。受験もだいぶ変わってたし、文理で分けるのそろそろやめたら良いのにね。



第148回

## “踊るプロジェクト”再始動

今からもう27年前にもなるのか…。1997年に放送開始され映画版も大ヒットを記録した人気テレビドラマ「踊る大捜査線」シリーズで柳葉敏郎大先生が演じる人気キャラクターを主演に迎えた映画『室井慎次敗れざる者』が好調なスタートを切った。

公開から2週目で興行収入10億円を突破し、続編となる『室井慎次 生き続ける者』も続々が待ちきれないという多くの人の声に応えるべく、公開に先駆け11月初旬から先行上映するという異例な事態が起こっているらしい。そんな映画の公開を記念して、フジTV系では“踊る”関連のドラマや映画をノーカットで放送する力の入れよう。長らくテレビで再放送されなかった名タイトルや封印されていた伝説のスペシャルドラマが遂にお茶の間に登場するとあって自分も



〈画像 <https://www.shogakukan.co.jp/> より〉

含め“踊る”ファンにとっては極上の日々が続くこととなった。

脱サラして湾岸署刑事課に配属された異色の刑事・青島俊作(織田裕二)は、刑事としての理想と現実とのギャップに困惑しきり。それでも正しいと思うことをするために真摯に事件に向き合う青島と仲間たちの物語をときに熱く、ときにユーモアを交えて描いた斬新な作品だ。所轄の刑事・青島と本庁のキャリア組・室井慎次(柳葉敏郎)との“熱き友情”だけでなく、警察内部の縦割り社会や上下関係にも切り込み、最終回の視聴率は23.1%を記録するなど当時、圧倒的な支持を集めた。カーアクションや銃撃戦を繰り広げるド派手な刑事ドラマではなく、組織体系や警察用語がリアルで領収書が通らなかったり、所轄と本庁(警視庁)で弁当が違っていたりするなど普通のサラリーマンが共感できるような内容も画期的であった。さらに脇を固める深津絵里やユースケ・サンタマリアはもちろん、個人的にはいかりや長介さん演じる和久平八郎が断トツで素晴らしい。

和久さんはもう誰からみても異論無しの絶対的な存在感だろう。まさに湾岸署刑事課に和久さんあり。長年積み上げてきた経験、人脈そして周りからの信頼がひしひしと伝わってくる。自分の中でのいかりやさんといえばやはり「オイッスー！」の挨拶で会場を盛り上げるドリフの長さんのイメージが強いのだが、決して俳優が本職でないことはドリフ世代なら誰もが知っていたはず。本職の役者さんを差し置いてこの和久さんを長さんに決めたキャスティングはもう見事というしかない。和久さんは定年間近で万年ヒラ刑事の道を歩むもののその見識の広さと心の機微がわかる人柄で、多くの職員から慕われている。本庁のお偉いさんに対しても媚びへつらうことなく、正々堂々と正面から対等に接することができるは、和久さんならではの人徳と年長者としての貴祿があるからにほかならない。青島とのやり取りでつぶやくように台詞の最後につけ

る「なんてな…」は、少しとぼけたようであり、意味深であり、まさに長さんにしか出すことのできない独特な味わいを感じることができた。

そしてあのあまりにも有名な青島が叫んだ「事件は会議室で起きてんじゃない！現場で起きてるんだっ！」をはじめとする名言の数々。名言というにはあまりにも普通でスゴイことを言っているわけでもないのだが、本人が信念として大事にしているシンプルでありながら心を打つ言葉が多いように思う。さらにその名言が物語の重要な伏線となっていることもあり、「踊る大捜査線」の魅力の一つなんだと確信している。湾岸署幹部の愛すべき三人組“スリーアミーゴス”が登場するシーンを筆頭とし、笑いを誘い、視聴者に息抜きをしてもらうようなシーンを織り交ぜるあたりもシリアルとコメディのバランスが絶妙。刑事ドラマ故、毎回犯罪が起きるわけでシリアルなテーマも多いが暗いだけの話は一つとしてなく、飽きずに観られるのはこのバランス感覚が神レベルなところに達しているからだろう。長さんの没後20年を経て再始動した『踊るプロジェクト』。最後はやはり、あのモッズコートに袖を通した青島刑事の復活を期待するばかりだ。

#### にわか編集長コメント

「踊る…」は私も大好きです！一昨年織田裕二が中年刑事を演じたNHKドラマ「ガラバゴス」も良かったし、加えて今回のこの流れ。水面化で青島力ムバッカ計画が進んでるとしか私には思えませんw

## 一に日々く道

水野 順也

第147回

ああ、昭和が懐かしい

昭和の風景は近所のおばちゃんおじさん

達が、道端や店先にたむろして、“どうでもいい話”に花を咲かせていたものだ。近所付き合いは深く、まるで家族のような接しようだったのを思い出す。困っていれば助け合い、楽しい出来事や悲しい出来事があれば井戸端会議で共有するのだ。おそらく精神で溢れていたような光景は今でも懐かしく思い出される。近所にはたくさん子供がいて毎日朝から晩まで一緒に外で遊んでいたものだ。お祭りや運動会でも大勢の大人子供が集まり大いに盛り上がった。幼少の頃の我が家は風呂がなかったので銭湯通いだったが、ここでも毎日来ている客と同じ湯に入り仲良くしてもらった記憶がある。

経済発展、社会の成熟化に伴い、生活様式も大きく変化した。バブル崩壊後、失われた30年と言われている経済の低迷と少子高齢化は深刻な問題だ。少し大袈裟な言い方であるが、アナログからデジタル社会に変わり人々はスマホの奴隸となり、人との接触を避け、自分の殻に閉じこもった。核家族化が進み、お隣さんを誰だかわからないという人も少なくない。自分のことで精一杯で、ボランティアをはじめとする地域活動への参加は興味がない余裕のない時代になった。

当然子供達も昔のように外で大勢で遊んでいる風景なんて滅多に出くわさない。しかも、中学生の部活廃止なんて時代になると将来が不安でならない。部活では、人との調和や自己主張、上下関係、チームワーク等、切磋琢磨する環境で人格形成がなされるのだ。

昭和の時代が正しかったとは言えないが、自分の育った環境には何の不満もなく、振り返れば素晴らしい経験のできた時代だったとつくづく思うのだ。

#### にわか編集長コメント

お金がある家は部活がわりに習い事をさせれば良いですが、そうでない家の機会損失は大きいですね。名古屋など都市部では部活顧問の外部委託がかなり進んでいるとか。蒲郡もぜひ頑張って欲しいですね。



今月のお題

あなたの好きな「おむすび」の具 No.1





### ひとくちメモ

鶏団子、生姜で風味づけしていますが、胡椒に変えてもいいです。あれば白菜などを一緒に煮ても、淡白な料理ですので団子は辛子醤油などつけて食べてもOK。副菜がうす味な場合は豆板醤、ごま油などでスープにパンチをつけるとバランスが取れます。

### 茹で卵の味噌チーズグラタン（1個分）

卵 1個  
味噌 小さじ1程度  
マヨネーズ 小さじ2  
とろけるチーズ 大さじ1程度  
パン粉、バター 各少々

- 1) 卵は好みの茹で加減に茹でる。皮を剥いて縦半分に切り耐熱容器に入れる。
- 2) マヨネーズと味噌を混ぜて卵に乗せ、とろけるチーズ、パン粉、バターの順に乗せオーブントースターで焼き目が付くまで焼く。  
\*あれば茹でたじゃがいもやアスパラなどを一緒に焼くとボリュームが出る。

### 水菜のサラダ

水菜 適宜  
ナツツ 少々  
干しうどう 少々  
好みの油  
塩、胡椒、酢かレモン汁

- 1) 水菜を洗い5~6センチの長さに切って水気をよく切る。ボールに入れておく。
- 2) 干しうどうを細かく刻んだナツツと1のボールに加え混ぜる。
- 3) 均一に混ざったら油適宜を回しかけて混ぜ、塩胡椒と少々の酢で味を整える。

### 鶏団子スープ煮（作りやすい分量）

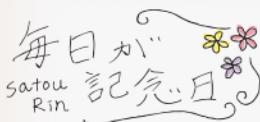
鳥ひき肉	300g程度
米みそ	大さじ1程度
木綿豆腐 100~150g程度	
(キッチンペーパーに包んで2~3分ほど余分な水を切っておく)	
A	
片栗粉	大さじ1程度
酒	大さじ1程度
おろし生姜 小さじ2~3	
水	900cc
酒	大さじ1
塩	適宜

- 1) 鳥ひき肉に米みそを加えて強い粘り気が出るまでよく練り、さらにAを加えてよく混ぜ滑らかな肉種を作る。
- 2) 分量の水に酒を加えて強火で沸騰させ、スプーンを2個使って肉種を大さじ1くらいずつ同じ大きさになるように落とす。
- 3) 全部の肉種に火が通って浮いたら弱火にし15分ほど煮る。味を見て塩を足す。汁ごと器に盛り、あればネギなど緑を添える。

### にわか編集長コメント

やっと秋らしい気温になりました。今年もあと2ヶ月、体を冷やして調子を崩したりしないように温かいお料理を食べて乗り切りましょう♪

～どこかで生まれる365物語～



365日、意味のない日なんて無いのです。変わり映えのない日常も意味さえわかれれば彩り増すはず。さあ、今月のお話は一体何の日を教えてくれるのでしょう?

### 第12回 いい推しの日

歓声や話し声が響く狭くて広い世界。周りを見れば人、人、人。違う格好をしているのに全部が同じに見えるのはきっと同じことに熱を注ぐ同族の集まりだからだろう。目星の人を見つけるだけで本当に精一杯。人という障害物の間を通り抜けながら、右見て左見て。ぐるぐる回る世界に頑張ってついでいるこうと足を動かす。

ドンッ。

上ばっかり見て気づかなかったカメラの三脚の足。ぐらっと感じる体の傾きに目を瞑ると、感じていた方向とは反対に引っ張られてコンクリートの硬さじゃなくて、ほっとする温かさに包まれた。

「見つけて早々危ないな。もう。」

「なん、で。」

私、着いたって言ってない、服装も何もかも。そりゃ、すぐわかるよ。そう微笑みながら手を引いてくれるその横顔に息をのむ。他の誰とも似ていない綺麗な輝きの中。まるで宗教画から出てきたようだ。けれど、そんな可憐ではなく凛々しく頬もしく美

しく。方向音痴はすぐ迷子になる、なんて言うくせに腕で寄せて触れ合う肩に心拍数が上がった。

「今日も写真、撮るでしょ？」

「うん、撮る。」

さっきよりも距離が縮まるこの時間。もっとこっち、と頬を掠める髪の毛に、耳元で聞こえるその声に心臓がうるさくて。どうか聞こえませんようにって、心の中で祈りをするの。

「じゃ、3秒ね。」

二人だけを切り取る画面の中の世界。ドキドキがバレませんようにって、ずっとこの距離でいたらいいのなんて。そんな我儘な私の心を笑うように画面中のセルフタイマーは平等な時を刻むのだった。

11月4日はいい推しの日。私の推しはつい先月14年の歴史に一旦幕を下ろし、第二次(?)として新体制のスタートをしたばかり。独立して活動するメンバーもいる中、最推しは引退したわけですが、なんと第一次でほぼ休止中だったメンバーが第二次から復活ということで嬉しいやら、寂しいやらの情緒のジェットコースターに乗車中……。とりあえず、推しは推せる時に! これ大事ですよ、本当に。

### にわか編集長コメント

その時々で推しはいますが推し続けることができない私。ファン歴何十年とかいう人、尊敬します。その代わり新しい推しを見つけるのは早いのです。「推し探し活」が私の推し活なのかもしれません。

社長と行こう!  
KOSSORI-SHOKUDOU



そば爺よしみ(東幡豆町)

with 大河内・山本

以前TV放映され一度は行ってみたいと思っていたお店。席はコの字型のカウンターのみ。センターに厨房があるオープンキッチンで、大将の明るい声が響き渡って心地良い雰囲気を醸し

出しています。私・大河内は定番のもりそばが気になるものの野菜のかき揚げが入ったアツアツの天ぷらそば(1,000円)を注文。理由は座っている席からこの壁掛けメニューが目についたから。ほんのり甘いつゆと喉越しの良い白引きの更科蕎麦の風味が口中に広がります。ただ美味しかったけども社長と山本さんが頼んだ「味比べかき揚げせいろのもり三枚」にすべきだったと後悔。隣で見てて完全にメニュー選びを誤ったと気づいた時はもう遅かった。蕎麦湯も飲み



たかったなあ~。一枚ごとに提供される茹でての蕎麦を求めて、是非いうちにもう一度リベンジするぞっ! (文:大河内)

お盆休みに韓国へ行って  
来ました。一人当たりのコーヒー消費量が  
世界平均の約3倍(!?)とも言われる韓国。  
さすが、街のいたる所にカフェが溢れ、もちろんオシャレなカフェもたくさんあります。

今回訪れたのは、春川(チョンチョン)にある SOUL ROASTERY COFFEE さん。  
木々や松林を囲むように5棟(てっぺん)の飲食スペースを用意して、  
自然豊かでステキすぎるカフェです♪!! 日本ではまず見かけない  
"どうもろこいコーヒー"をいたたきましてが、  
想像以上に美味しいでびっくり!!!  
一緒に注文してたら、ヨーコギモザモめちゃうま  
でいた♡私が訪れたのは日中でしたが、  
電球がぶら下がっているので、夜もとってもいい  
雰囲気になります。めちゃくちゃオススメ!!

OPEN 毎日9:00 - 22:00  
台江原道春川市東面小陽江路510 (강원도 춘천시 동면 소양강로510) ☎ 033-253-7876 ※要確認

### にわか編集長 コメント

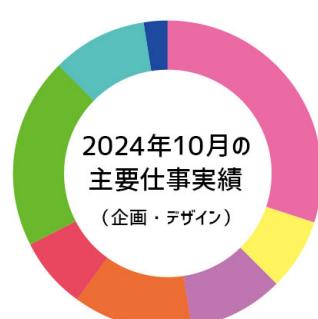
100回おめでとうございます！カフェ日記、きっといつか本にしましょう♡そもそも日本より韓国の方がカフェ文化先進国なのかもですね。この先200回ではどこが登場するのか？すでに楽しみですw

**HYOUshino 表裏 紙の話 URAbanashi**

深海世界へ

撮影者：山本兼佑

リニューアルオープンした竹島水族館の深海大水槽です！深海の雰囲気が演出され神秘的な雰囲気。是非行ってみてくださいね！



WEBデザイン・ECサイト  
お任せください！

### 今月の にわか編集長 編集後記も持ち回り制!

書いてみたら特集ページの文字数が思いのほかありましたため、15年を数える ishin-denshin 史上で初の前後編連載として掲載させていただきました。先の10/26(金)に開催された、一社)蒲郡観光協会主催の「蒲郡みかん祭りキックオフイベント」でも、メインキャストであるパティシェ・辻口博啓氏をはじめ何人ものパネラーの方が、蒲郡は癒される、と日々におっしゃっていました。地元の良さをみんなで盛り立てて行けたらいいな、と思います。

牧原 恵