

# 人

## ネットワーク

やまやなぎ  
山崎 雄大さん (1区)



「子どもでも分かる」をコンセプトに認知症への理解を広める、妹背牛町民劇団(愛称・わかち愛劇団)の介護劇。認知症の祖母と、親身に寄り添う孫娘の家族関係を描いた第9回公演で、山崎雄大さんは祖母の弟役を好演し、舞台を盛り上げました。

### 介護劇を支える名脇役

演劇の経験がなかった山崎さんは知人に誘われて、第2回公演から出演。「タイトルによって演じ方も変わるので、味のある俳優が出ているテレビドラマを見たりしながら、セリフの言い回しなどを勉強しました」と振り返ります。

第9回公演「やくそくのベンチ」は、あちゃんの心は今も私の中で」は、11月13日に町民会館で上演。介護施設に入所して長生きしてもらうか、住み慣れた自宅で家族と一緒に暮らすか、家族が抱える悩みに「介護のあり方はさまざま。明確な結論が出ない問題を投げかけ、それぞれの家庭で柔軟に考えるきっかけになればうれしいです」と、介護劇の意義を述べます。

町内の老人保健施設「りづれ」で働く山崎さんは、今回の公演で弟役の陽気な性格を見事に演じ切り、「仕事に共通する部分もあるので、介護劇の経験を生かして、住み慣れた町で在宅サービスを適切に利用できるよう、利用者と家族の皆様を支えていきたいです」と話しました。

### お正月に作ってみませんか？

## 手作り伊達巻



【材料】(卵焼き用フライパン1台分)

卵 M 3個

はんぺん 1/2枚(50g) ⇒ 1.5cm角位に切る

油 小さじ1

★⇒調味料(みりん小さじ1・砂糖大さじ1・麵つゆ小さじ1/4)

市販のものより小ぶりの出来上がりで、甘さも控えめです◎

#### 【1本分の栄養価】

エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	鉄分(mg)	カルシウム(mg)	塩分(g)
329	17	16.3	2.5	77	1.5

詳しいレシピは妹背牛町ホームページに掲載 → 「フレッシュマートしんたに」でもレシピを配布中



♪「鬼すだれ」で巻くと、表面に波状の模様ができ、市販品のような見た目。

♪焦げないように弱火で火を通すことがポイント。

#### 【作り方】

- ①ミキサーに卵⇒はんぺん⇒★の調味料の順で入れ、スイッチを入れてよく混ぜる
- ②卵焼き用フライパンを弱火にかけて油をしき、余分な油をキッチンペーパーで拭き取る。①の生地をいっしょに流し入れる
- ③布巾の上でフライパンを数回上下にトントンし、空気を抜く
- ④ホイルでふたをして約3分30秒ほど焼き、ラップをしいた巻きすへ移す
- ⑤生地に横目の切り目を入れ、熱いうちに手前から奥へと巻く
- ⑥巻きすごと立てて10分ほど休ませ、切る

