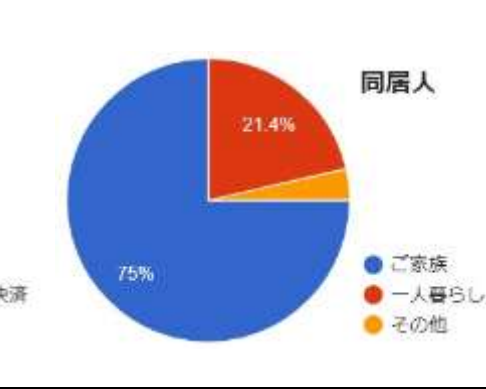
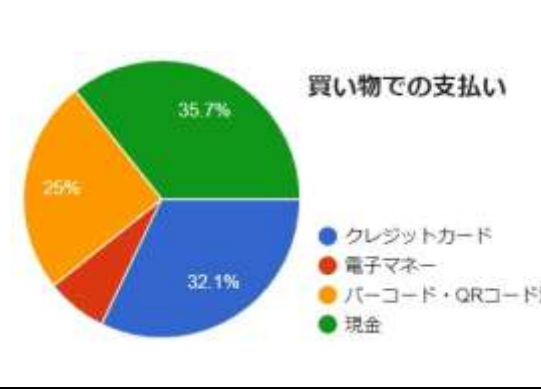
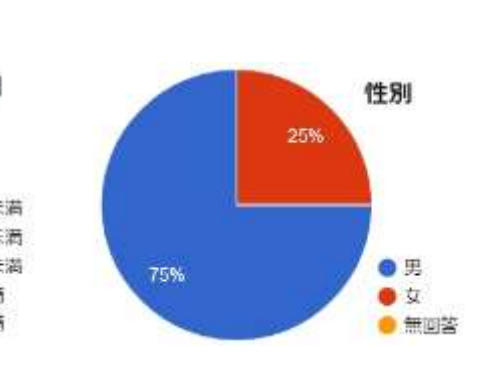
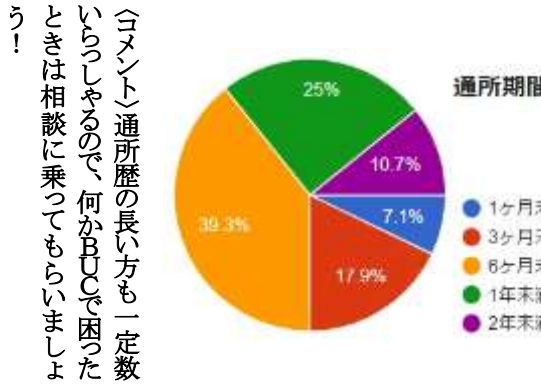


バックアップセンター
B U C きょうと通信
ばっくる
5月号

巻頭特集
「メンバーさんに聞きました!」前編」

今回は初の試みで現在通所されているメンバーの皆さんにアンケートを取らせて頂きました。「面と向かっては聞きづらいけど、ちょっと気になる...」「実際、みんなどうなんだろ?」「...」といったことを次号と合わせて前後編で特集してみたいと思います!

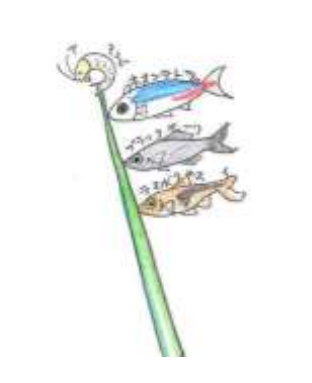
(総回答数28名)



今月号のトピックス
■巻頭特集
「メンバーさんに聞きました!」前編」
■今月のお題
「地元のグルメ」
■新メンバー紹介/お知らせ/編集後記

◆MSさん
私の地元はBUCがある「京都でたくさんのお店がある「ぎおん徳屋」というお店がおすすめです。行列ができていく日も多いのですが、暑い中並んだ後に食べる冷たいかき氷とわらびもちが絶品です。かき氷はいくつか種類がありますが、「お番茶のかき氷」がさっぱりしていて夏には特におすすめです。ぜひ暑い真夏の時期に祇園に行く際には訪れてみてください。

今月のお題
「地元のグルメ」

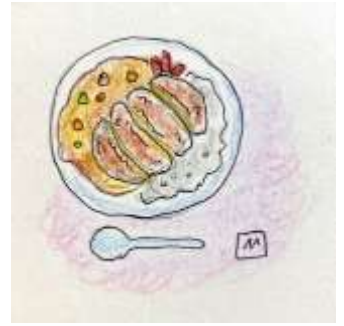


コメント)意外にも、バーコード・QRコード決済は低いですね…。同居人に関しては4分の3以上の方がご家族、またそれに準ずる方と一緒に住まいのようです。さて、次号は今掲載しきれなかった回答を掲載いたします。「」期待ください!

◆HMさん
私の出身は京都の隣、亀岡。地元のグルメ、思い浮かばないのが本音です。特産品を調べてみると、ぼたん鍋、丹波栗、醤油、味噌、亀岡牛…。丹波地方の特産品と同じかな。最近地元で行ったのは、ある会社の食堂で作られていたカレーが絶品で、店になったというカレー屋さん。スパイスカレーで、トンカツがトッピングのカレーは、ボリューム感たっぷりです。

◆Y.Mさん
私のおすすめの地元のグルメは、鳴海屋おかきです。今年でちょうど創業100年になる老舗で、京都はもちろんです、海外などにも輸出をしています。鳴海屋は地元では有名なお店で、小学生の頃には工場見学に行つて、おかきの味つけのお手伝いを体験した記憶があります。たくさん種類のあるおかき、あられの中で、私が特におすすめするのは「黒豆おかき」です。丹波黒豆がふんだんに入った、お米の香りが香るサラダ風味のおかきです。お取り寄せもできますので、ぜひ一度食べてみてはいかがでしょうか。





◆炙りサーモンさん

グルメということだったらイチジクを使ったスイーツなどが味わえることではないでしょうか。私の地元(城陽市)は、季節にもよりますがイチジクが有名です。地元を離れ、一人暮らしをしたときにはスーパーで城陽産イチジクが売られていたらよく買っていました。

最近はそのような田舎な所にもおしゃれなカフェが次々と出ています。私がいったことのあるカフェは「木製ロケット」、「Prugna+cafe」です。京都と奈良との真ん中あたりに城陽市があるのでドライブがてら立ち寄ってみても良いかもしれませ

◆S.Yさん

京都市郊外(洛西エリア)に、大原野神社、という神社があります。自宅からは決して近く?はない(徒歩では遠い)ですが、初詣にお参りしているの、自分にとつては馴染みのある神社です。

その門前に、「こばやし」という草餅のお店があります。粒あんを

現地産100%よもぎ餅で包んだもので、甘さもやさしく上品な自然な味を楽しめます。

お店は春・秋しか開いていません。高島屋洛西店には、季節問わず、曜日限定ですが置かれていますので、近くを通られる際には、よかつたらぜひどうぞ!!

◆一度はお召しあがれさん

うちの地元の珍味に鮒ずしがあります。鮒ずしとはなれずしの一環で、塩漬けた魚と米を漬け込み発酵させたものです。発酵が進むにつれて「馴れる、熟れる」とか「なれずし」と呼ばれています。お味は...この限られた文字数では表現しきれないほど独特なものでございまして、極端に好き嫌いが分かれると思います。私も幼い頃はまったくダメでしたが、大人になると不思議と美味しく感じられるように。年をとるのも悪くないと思えた瞬間でした。

◆Y.Hさん

生まれも育ちも京都で、京都は何となく和のイメージですが学生も多い街のためか、パン屋の激戦区でもあります。京都には有名なパンチェーン店が「志津屋」と「進々堂」の2つがありますが今回紹介するのはまるき製パン所で場所は松原通り堀川西入りで昔ながらの対面販売でお客様の注文に応じてパンを用意してくれます。名物はコッペパンサンドでコロッケやカツなどのおかず系

からスイーツ系まで多種多様取り揃えています。創業75年で自分も幼稚園の頃から食べていてどこか懐かしい味です。最近ではテレビなどで取り上げられて週末はかなり混み合うようです。お近くに来られた際はぜひ一度、ご賞味下さい。

◆I.Cさん

私は京都出身なので、私が京都で一番好きなお菓子「千寿せんべい」を紹介します。千寿せんべいは、クリームを波型のクッキー生地ではさんだ京菓子處鼓月のクッキーです。クッキー生地はサクサクとした食感で、クリームはまるやかながらあつさりとした甘さで食べやすいです。お土産にも大人気のお菓子で、まだ食べていない方で甘いモノがお好きな人ならぜひお食下さい。

◆S.Nさん

津市(三重県)のグルメ「津ぎょうざ」を紹介します。基本形は大きな揚げ餃子。1985年頃に栄養士さんによって開発された小学校の給食メニューが発祥。小学校の給食でしか食べられなかった「津ぎょうざ」が、初めて一般販売されたのが、2008年の津まつり。即売売となった話題になり、今では市内約20店舗で食べられる人気B級グルメです!(私がちょうど小学校を卒業した時期に登場し、地元で居た頃は一般にはまだ広まっていなかったので、実は食したことは御座いません。)



◆CASA Tさん

私の地元、福岡の食べ物といえば豚骨ラーメンを思い起す方が多いと思いますが、実はうどんも激戦区です。なかでも最近頭角を現しているのは「豊前裏打ち会」という団体に所属しているうどん店集団です。うどんへの熱い想いを持つうどん職人が集って切磋琢磨している集団で現在は30店舗ほどに広がっています。屋号もメニューもそれぞれ異なるのですが、どの店もとてもおいしいです。一番のおすすりは「大地のうどん」のごぼ天うどん。皆さんにもぜひ食べていただきたいです。

◆おばあちゃん子さん

私は九州出身です。九州の醤油は甘めで、料理の味付けも基本的に甘めなことが多いです。おばあちゃんが作る「かしわご飯」が好きで、ご存じの方もいらっしゃると思います。おばあちゃん、かしわは鶏肉のことを指します。その炊き込みご飯を食べると、地元に戻ってきたなと思います。おばあちゃん、料理の食材をもうたいぶらず豪快に使うので、子供の頃おばあちゃん家に行つては、リクエントで筑前煮やハンバーグを作ってもらっていました。スープで九州の炊き込みご飯の素が売っているのが九州の甘めの味気になる方は是非どうぞ!

◆Moriettyさん

京都のグルメというか、おばんざいというか、昔からある料理の一つに贅沢煮というのがあります。司馬遼太郎の「龍馬がゆく」の中にも登場していたので、ご存知の方も多いかも知れません。詳しい作り方は知りませんが、確か、たくあん漬けて水を浸けて味を抜き、醤油などで味付けして炊いたものだったと記憶しています。亡き祖母が時々炊いて食べさせてくれたのですが、あつご飯との相性がとても良く何杯でもご飯を食べられたものです。今でも炊き立てのご飯をみると、ふと祖母の贅沢煮が思い出されることがあります。

◆t.mさん

私は京都生まれの京都育ちなので京都のグルメを紹介します。京都は意外にラーメン激戦区で、いろいろな種類のラーメン店がそろっています。中でも私は塩味ベースのラーメンが好きです。京都で一番おいしいと思うのは新宿めんや風花です。サイドメニューの、まぶしめしもおいしいです。塩は石垣島の天然塩を2種類使っています。場所は下京区高辻通東洞院にあります。



◆ぐんぐん回転かん

ギヤラリーカフェ「宇治日和」を
紹介します。

京阪宇治駅から、川沿いに宇治上
神社方向へ約300m。
木の看板がある右手側が喫茶店、
左手が有志の作品を展示してくだ
さるギヤラリーです。

テラス席から眺める宇治川の流れ
は意外と早く、店内に流れるオカ
リナ曲が随分遠くに来たもんだら
ち気分になれます。

ギヤラリーは入場無料、販売はし
ていないので買わされるかも、話し
かけられたらどうしようなんて不
安にならず、覗いてもらえればと
思います。

◆ハムババさん

神戸出身なので神戸のグルメを
紹介します。神戸と言えば南京町
があり、中華料理が有名です。お
店に入つてゆつくり食べるもよし、
点心等を買って食べ歩きをするも
よし、いろいろな楽しみ方ができま
す。その中でも、餃子の食べ方に特

徴があります。神戸では餃子に味
噌をつけて食べる習慣があります。
神戸にある中華料理屋さんで餃子
を頼むと、酢醤油の他に味噌が出
てきます。ぜひ神戸に行つた時は味
噌で食べてみてください。

◆シヤリタツさん

私のおすすめの地元グルメは「地
鶏のたたき」です。たたきとは、新
鮮な鶏身をブロック状に切り落とし、
表面を軽く火で炙つて食べる方法の
ことで、これに甘口醤油をつけて頂
きます。赤身(もも肉)と白身(胸肉)
の2つの種類があり、異なる味と食
感が楽しめます。たまにポン酢をつ
けたりするとまた違った味わいが生
まれるんですよ。宮崎・鹿児島
に行くことがあつたらぜひ食べてみ
てください。



◆K.H.さん

K.H.です。僕は、京都府八幡
市上津屋垣内56-1の流れ橋交
流プラザ四季彩館内にある「八幡
家」を紹介します。ランチ2,000
円で食べ放題(時間制限なし)です。
食べ放題好きの方はお勧めです。地
元の新鮮な野菜とメニューが豊富で

す。また、スタッフの人が切り分け
てくれるローストビーフも大変美味
しいです。11時のオープン直後に
満席になる事が多いので、ご注意下
さい。

◆えくぼ男子さん

和歌山県には、海鮮、梅干し、み
かん等多様なグルメが揃いますが、
一押しは和歌山ラーメン。豚骨醬
油スープと細麺の相性が抜群。そし
てほとんどのラーメン屋に「早ずし
」というテーブルに置かれたさば寿
司があるので、会計時、食べた
数を自己申告するという文化があ
ります。

さらに、玉林園というお茶屋が展
開しているグリーンコーナーという
店舗があり、そこで販売しているて
んかけラーメンとグリーンソフトは
絶品です。1杯370円という驚異
のコスパを誇る和歌山のソウルフ
ードですので、ぜひご賞味ください。

◆N.S.さん

わたしの地元は、場所的に京都
府南部なので、奈良県に隣接し、
その影響を受けやすい地域です。
奈良界限のご当地グルメとして

紹介したいのは、天理ラーメンで
す。天理スタミナラーメンや彩華
ラーメンなどの店が有名です。醬
油ベースでニンニクがガツンと
効いたスープに、白菜・人参・ニ
ラなどを炒めた具が沢山入ってい
ます。野菜がたくさん入っている
ラーメンなので、多少高カロリー

で塩分高そうでも、罪悪感が幾分
ましです。彩華ラーメンなどは、
鍋を持ち込めばお持ち帰りもでき
て、自宅でお店の味が楽しめます。
ぜひ如何でしょうか。

◆U.N.さん

「本格手打ちうどん 大河」です。
京都らしいものではないですが、讃
岐うどんのお店で修業された店主
が作る、コシの強いうどんを食べるこ
とができます。お昼時に列ができて
いるのをよく目にします。何年か前
に、夕方のすいている時間に一度だ
け入ったことがあり、天ぶらの入っ
た冷たいおうどんを食べた記憶が
あります。列ができていたとしても
回転は速いと思うので、近くにお越
しの際はぜひ。

◆ooonさん

奈良の薬師寺に向かう道中にお
土産屋さんがあります。

牧場のミルクを使ったクリミアのソ
フトクリームがとてもおいしいです。
これからの季節にぴったりです。

◆カンガルーさん

私の地元は広島県尾道市です。
瀬戸内海の新鮮な魚もおいしいで
すが、今回は「尾道ラーメン」をご
紹介します。これは尾道市を中心
としたご当地ラーメンで、豚の背脂
を浮かせた醤油ベースのスープと平
打ち麺が特徴です。ここ30年くら
いで有名になったような感じがあり、
市内にはラーメン屋が急に増えて

きました。当地に來られることが
ありましたら、一度お試しになって
はいかがでしょうか。

◆おたろーさん

出雲そばが有名です。穀ごとす
り潰してそばにするので、香り、歯
ごたえがしっかりしています。江戸
時代に信州からお殿様が転封され
てきた際、信州そばが持ち込まれ
たことがきっかけだそうです。某電
鉄ゲームではおなじみの方もいらっ
しゃるかもしれませんね。

おすすめは「割子(わりこ)」と呼
ばれる、何段か積み重なった器にそ
ば、薬味が入っていて、好みの量のつ
ゆをかけて頂く食べ方です。非常に
ヘルシーかつ美味です。

◆ボンゴレットさん

私の両親は京都の福知山出身で
す。丹後地方に「ばら寿司」という
のがあり、母がよく作ってくれまし
た。

木箱に酢飯だけを敷き詰めて、
その上に甘辛く炊いたサバのフレー
クを敷き詰めて、さらにその上に酢
飯だけを敷き詰めます。その上に
錦糸卵、カマボコ、干し椎茸を甘辛
く炊いたもの等の細かく切った具材
を飾ります。ばら寿司という名と
違い割としっかりかたまりになつて
おり、断面は上から具材・酢飯・サ
バのかわりにマグロフレークを使っ
てました。私はこちらの方が好きで
す。

◆らーめんさん

地元のグルメといえば、王道はやはり近江牛でしょうか。とは言ってもなかなかのお値段がするので、気軽には私も食べられないですが、柔らかくまるやかな味のするおいしいお肉です。

◆スタッフ北川(看護師)

私の地元には「彦根イイプリン」というプリンがあります。シンプルなプレーンタイプのプリンの他にも数種類の味があります。その中で、ビワコブルーという琵琶湖をイメージして作られた、青紫っぽい色のジュレがのっているプリンがあります。インスタ映えしそうな見た目かなと思います。1度食べたことがあるのですが、全く記憶に残っていないです。なので、皆さんもし食べたらどんな味だったか教えて欲しいです。

◆スタッフ藤井(精神保健福祉士)

私の第二の故郷である熊本。みなさん、熊本ラーメンはご存知でしょうか。豚骨といえば世間一般で有名な博多ラーメンを思い浮かべることでしよう。しかし、あれとは全く違います。やや臭みの残る豚骨スープ、その中に苦味の効いた焦がしニンニクが浮かびます。麺は中太で食べ応えも十分。替え玉なんでもの存在しません。一杯で十分に満足する、臭くて苦くてガツンとくる熊本ラーメン。好みはかなりわかれることでしょう。ぜひみなさんにも味わっていただきたいものです。

◆スタッフ南堀(看護師)

10代前半に滋賀県に転居して以来、ずっと滋賀に住んでいます。しかし、家族に滋賀の食文化を知る者はいなかったため、知らずに育ちました。20代後半に、滋賀の郷土料理を体験するイベントに関わることがあり、初めて食しました。ほぼ茶色のメニューが並ぶ中、エビ豆が私の好みに合いました。川エビと大豆を甘辛く煮たものです。滋賀のスーパーには売っているので、たまに食べています。



◆スタッフ松田(作業療法士)

私の地元、奈良のグルメは、ありきたりですが柿の葉寿司です。奈良で住んでいると、柿の葉寿司はとても身近な存在でした。町内会の掃除をしたお礼に柿の葉寿司をもらい、親戚同士が集まる時には誰かが柿の葉寿司をもってきて、と年に何度も食べる機会がありました。今でも実家に帰ったときには、時々柿の葉寿司を買って帰ります。おいしいさはもちろんのこと、思っても蘇る感じで、懐かしさを感じます。鯛やサーモンも商品化されていますが、やはり王道の鯖が大好きです。

きです。

◆スタッフ森(臨床心理士)

以前住んでいた姫路は、海あり、山あり美味しいものが色々あります。今回は、家でも楽しめる2つを紹介いたします。「姫路おでん」は、関東炊きのおでんにしょうが醤油をつけて食べます。味変感覚で、箸がすすみます。「アーモンドバター」は、マーガリンやバターを柔らかくして、砂糖、アーモンドプードル、アーモンドダイスを混ぜて作り、パンに塗ってから、トーストします。甘く香ばしい香りがして幸せな時間が過ごせます。

◆スタッフ鹿野(臨床心理士)

地元グルメと言えば「だんご(庄)」で製造販売している「きな粉の串団子」です。TV取材も多く、地元の有名店で、他府県の知人からも問い合わせを貰います。奈良の坊城が本店で、支店が大和八木駅近くにあり、店先にはいつも行列ができています。店内では中高年の女性達が、掌でコロコロと指先大の団子を丸めて串に刺し、その串を蜜壺にジャポつと浸け、引き揚げた串にドバっと黄な粉をまぶします。消費期限は当日中です。とても柔らかく、翌日には固くなってしまいうからです。

◆スタッフ横山(臨床心理士)

私の地元(?)のグルメは、近江ちゃんぽんです。地元は京都なのですが、就職して以来、滋賀県に住むよ

うになりました。それまで「ちゃんぽん」というと、もつばら思い浮かべるのは「長崎ちゃんぽん」でした。長崎ちゃんぽんも美味しいですが、初めて近江ちゃんぽんを食べた時、あっさり味のスープで野菜がたっぷり入っていて、毎日でも食べられる美味しさに、マツてしまいました。途中で薬味を入れて味変できるのも良いです。それから、職員寮近くの「ちゃんぽん亭」に一人で通いつめ、入店すると「毎度！」と言われるようになったのは、少し恥ずかしかったです。

新メンバー紹介

今月は4名のニューフェイスさんたちに自己紹介を書いていただきました。よろしくお願ひします！

◆モカちゃんさん

滋賀県の田舎から、JRに乗って30分ほどかけて、通所しています。趣味は、琵琶湖が近くにあるためか、ヨットです。

◆HWさん

ここ数年、年間1、2回くらい気分がよくなれば富士山を見に行く事が好きです。静岡に着いてなかなか見れなくても天候や大気の関係で見れない事が多く、見る事ができれば、エネルギーのすごさを感じ取れる事ができて気分爽快になります。冬がねらいめですよ。

◆ボンスキーさん

あいだに転職を挟みながら休職と復職を繰り返して(転職歴1回、休職歴5回、リワーク通所歴2回)【BUCは初めてになります】すっかり休職復職のベテランになってしまいました。右往左往もがきながら何とか生き延びておりますが、やっぱり胸を張って毎日をイキイキと過ごすことが出来るように、対処法を身に付けメンタル強化して、早期復職を目指します。

◆スタッフ横山さん(臨床心理士)

4月から働くことになりました、臨床心理士の横山有果里です。これまで、精神科病院などで心理検査やカウンセリングをしていました。趣味は映画鑑賞で、最近ハマっているのはペランピング(という名のペランダに椅子を置いてお茶飲むだけ)です。不慣れでご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、一日も早くお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願ひ致します。

編集後記

今回の号から、ばっくるの発行に参加させていただけることになりました。作業内容の多くが今まであまり経験したことのないものです。ばっくるが皆さんの毎月の楽しみとなるように頑張りたいと思います。

(BUC情報発信係のI)

