



詩の心をきりと表現 松本吟舞同好会 福井市松本公民館

福井市松本公民館で毎週木曜日の午後開かれている自主グループ講座「松本吟舞同好会」。練習風景では静と動の抑揚のある動き、背筋が伸びた美しい姿勢、はかまの裾さばきや機敏な動作など、参加者らのりりしさに目が釘付けになる。

吟舞とは、漢詩や和歌を独特の節回しで歌う詩吟に合わせて、刀剣や扇を用いて舞う伝統芸能。松本公民館で自主グループとして講座が始まって15年ほどになり、講師は光奉流吟舞道会会長の渡辺光奉(こうほう)さん(75)だ。「詩や所作の意味を教わりながら練習できるのが理解が深まる」と受講者から信頼が厚く「人柄を慕って参加している」という声も聞える。受講者は60代から80代の女性10人。練習前は笑顔があふれるにぎやかさだったが、曲が始まると雰囲気が一変。一糸乱れぬ動きで眼光鋭く剣を振りおろし、扇をもって舞う。取材当日は、上杉謙



信が七尾城攻めを詠んだ詩「九月十三夜陣中の作」に合わせて練習に励んでいた。気迫に満ちた姿勢や美しい所作には、意外と筋肉を使うそうで「緊張感があり、背筋が伸びる」と言う。心身の健康維持にも役立っているようだ。吟舞には日本人であることを再認識させてくれる魅力もある。参加者らは「新しい仲間を募集しているの、気軽に見学に来ませんか」と穏やかな表情に戻って呼び掛けていた。

参加者の一人、柳下光柳さん(83)は吟舞歴6年。元々ゴルフなど運動好きだったが、夫を亡くした後誘われて吟舞を始めた。昨年の正月には、コロナ禍のためインターネットの動画サイトで公開された同公民館の年賀会で、詩舞「初夢」を堂々と披露した。写真は光奉流の発表会で披露した「川中島」。



松本吟舞同好会
練習日 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分
会場 福井市松本公民館
(福井市文京1-29-1)

教えて！ エアコンのお掃除&クリーニング

今年も暑い夏がやってくる！去年使ったエアコン、そのままにしていますか？おうちでできるエアコンのお手入れ方法や、業者にクリーニングを依頼する際のポイントを、福井市二の宮のハウス・エアコンクリーニング専門店「おそうじ美神(びじん)」の代表、木下好恵さんに聞いた。

Q 自宅でのエアコンのお手入れ方法を教えてください。

A 停止中にフィルターを取り出し、表面に付いたほこりを掃除機で優しく吸い取ります。その後、お風呂場などで裏側からシャワーをかけて落としてください。油などと混ざってごびりついたほこりが取れない場合は、豚毛のブラシで優しくこするのがお勧めです。ブラシはホームセンターなどで購入できます。スプレータイプのエアコン用お掃除クリーナーはお薦めできません。理由は界面活性剤を使用しているため、すすぎが必要になるからです。自宅では十分にすすぎができないため、カビの原因になります。

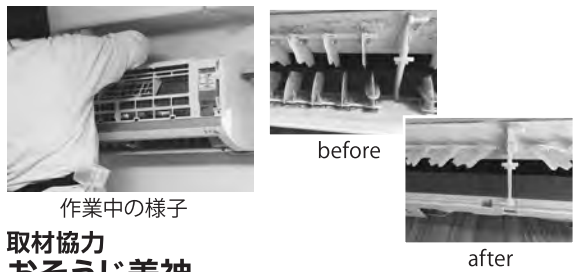
Q 自宅でのフィルター掃除はどのくらいの間隔でするとよいですか？

A エアコンが常に稼働している間(7～9月)は2週間に1回程度の掃除が理想です。

Q 業者にエアコンクリーニングを依頼するのはいつ？どんな時？

A 5月頃のエアコンをフル稼働させるシーズン前がいいでしょう。稼働させて「変なにおいがするな」と感じたときも、内部にカビやほこりが蓄積している可能性がありますので、ご依頼ください。業者に依頼すると、普段の掃除では除去できないエアコン奥のカビやほこりを取り除くことができます。2年に1回程度の間隔でご依頼いただくと、エアコンの効きもよくなり、電気代節約にもなります。

おそうじ美神では、エアコンクリーニングのほか、キッチンや浴室などハウスクリーニング全般を請け負っている。女性スタッフが掃除にうかがい、清掃に関する疑問点にも丁寧な回答してくれるので安心感があり、リピーターも多い。エアコンクリーニングは1日につき1軒のみの受注で、洗浄状況を見ながらのじっくり丁寧な作業が魅力。見積無料。



**取材協力
おそうじ美神**
●福井市二の宮3-16-21 ●0776-65-7088
●午前9時～午後5時(出張時間については予約時に応相談)
対象エリア：福井、鯖井、あわら、坂井、永平寺、勝山の各市区
(これら以外の地域については問い合わせを)
ホームページで情報発信中

**おそうじ美神
エアコンクリーニングメニュー**
お掃除機能なしの
ノーマルエアコン1台 **12,000円**
同時に2台以上の
クリーニングの場合1台 **10,000円**
お掃除機能付きエアコンは **1台につき
上記の価格 + 7,000円**
※所要時間はお掃除機能なしのノーマルエ
アコンの一般的な汚れで、1台約2時間

気になるお菓子屋さん

Bonbons doux (ボンボンドウ)

福井市の運動公園近く、住宅街にある木造のかわいい店舗で、店名は「やさしいお菓子」という意味のフランス語「ボンボンドウ」。オーナーの山川一城さん、留美さん夫婦が、自閉症の長男のために考案したオリジナルレシピの焼き菓子が並び店だ。

店の看板商品にもなっている「お豆腐ビスコッティ」(200円)は、長男の咀嚼(そしゃく)のトレーニングにと作り始めた。米粉、豆腐、てんさい糖、ごま油を原料にしたオリジナルレシピで、米粉はきめや香ばしさ、吸水率などを考えて何種類もの銘柄を独自にブレンドしている。こだわりの“程良い硬さ”を実現するために焼きと寝かせるを繰り返し、仕上がるまでに12時間もかかるとか。安定したレシピにたどり着くまで3年を要したという。満足感を伴う優しい味わいが好評で、定番の味6種類に季節感のあるものやリクエストがあったものが随時加わる。このほか、店頭にはほろりと崩れる食感が人気の「ころんと」(4個入

260円)や「お豆腐ショコラ」(230円)「スコーン」(150円)「マフィン」(420円)「カヌレ」(400円)「クッキー」(180円)などが並び。いずれも優しさが伝わってくる味わいで「食品アレルギーがある人もない人も一緒に食べられるお菓子を」という気持ちが根底にあるという。さらに「食べた後に血糖値の上昇が緩やかになるようなお菓子」や「カロリーを抑えたお菓子」も視野にある。留美さんは「食生活に注意が必要な人も安心して食べられ、心と体が整うお菓子を作りたい」と熱く話してくれた。

製造は留美さんの担当。1人で手間のかかる作業をこなしているため、週1日の開店が精いっぱい。営業日には開店と同時に客が訪れ目当ての商品をかごに入れていく。商品の補充が追い付かず、閉店時間を待たずに売り切れることがほとんどだ。

今後は県立清水特別支援学校の高等部の生徒が作った革製品も販売される予定だ。



山川一城さんと留美さん
「お豆腐ビスコッティ」
「ころんと」
「お豆腐ショコラ」
Bonbons doux
●福井市春江3-1408
●営業日はインスタグラムを確認を。
午前11時～午後4時。(売り切れ次第閉店)
●5台
※予約は店頭でのみ受け付けている
●ホームページで情報発信中

母の日・父の日に贈りたい 無添加・無着色 大人味のドライフルーツ



5月14日は母の日、6月18日は父の日と、大切な人に感謝の気持ちを伝えたいイベントが続く。ちょうど今頃、気持ちに添えるプレゼントをお探しの人も多いのでは。そこで紹介するのが、坂井市春江町藤鷲塚の「ファンダイニング」が手掛ける無添加・無着色のドライフルーツだ。種類はレモン、キウイ、リンゴ、カキの4種。スライスしたフルーツを低温でじっくり乾燥させることで、か

めばかむほどに素材の味がする、大人にぴったりの味が特長だ。同社代表の宮腰直秀さん(44)は、長年料理人としてホテルや結婚式場で腕を振るった後、飲食のマネジメント業務を務めていた2021年、「コロナ禍でもみんなが楽しめるような、飲食の新しい価値を提供したい」とケータリングサービス(依頼者のもとに出向き、料理や軽食、配膳をするサービス)や宅配弁当を主業とする

「ファンダイニング」を立ち上げた。ドライフルーツ開発のきっかけは、知人から「規格外のレモンがたくさんあるのだが、何かできないか」と相談されたこと。長年飲食業に携わる中で、廃棄される食材を目にすることも多く、SDGs(持続可能な開発目標)の観点からも何とかすべきと考え試行錯誤。完成の後、結婚式場のプチギフト用にと提案したところ、贈られた人の間で「おいしい!!」と評判に。口コミやSNSで話題になり、現在は個人でも買える人気商品になっている。

同業者から商品開発の依頼を受けることも多いという宮腰さん。「ただ売ってお金をもうけるだけというのは苦手。取引先やお客さんとのやりとりで心を通わせて、皆さんの思い

ファン ダイニング
FUN DINING
●坂井市春江町藤鷲塚40-30
●0776-51-3903(予約)
●午前10時～午後7時
●不定休 ●あり
●ホームページで情報発信中

今月の 読者アンケートプレゼント

紙面をより良くしていくためにアンケートにご協力ください。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

方 法 ①希望のプレゼント ②住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業 ③現在購読の新聞名 ④おすすめのおいしい飲食店 ⑤読者からのお便りコーナー、テーマ「雨の日の過ごし方」への投稿を記入の上、下記のいずれかの方法でお送りください。

A ボンボンドウ
お豆腐
ビスコッティ
(5本セット)
3人

LINE限定プレゼント
「ハーモニーホールふくい」
チケット引換券
詳しくはカラー面をご覧ください。
7人

締め切りは5月20日(土)必着
※当選者の発表は、プレゼントのお届けをもって代えさせていただきます。

■はがき [宛て先] 〒910-0005 福井市大手3-2-13
中日新聞分室内
「さんぼみち嶺北5月号プレゼント」係

■メール osanpo@fukukoiko-c.co.jp

■LINE さんぼみち公式アカウント
ID : @059fzwww

■お友だち募集!
メール、LINEの場合は、件名または本文初めに「さんぼみち嶺北5月号プレゼント係」と入力してください

LINEのお友だち登録はこちら

あなたの知らない 中国茶の世界

vol.7 黄茶のお話

今回は「黄茶」のお話。黄茶は中国茶の中でも特になじみが薄いお茶ではないでしょうか。それもそのはず、黄茶の中国茶全体に占める生産割合はわずか1%程度。黄茶はわずかに発酵させた「軽微発酵茶」で、製茶の工程はほぼ緑茶と同じですが、「悶黄」という黄茶特有の発酵工程(茶葉の乾燥途中、高温多湿な場所に置き、酸化発酵させる)があります。香りは緑茶に似てさわやか。味は発酵の影響で緑茶よりコクを感じます。水色(お茶を入れたときの湯の色)は明るい黄色。茶葉も若干黄味を帯びています。湖南省産の芽のみを使用した針のようにとがった形が特徴の「君山銀針(クンシャンインジン)」など。また、四川省産の一芽一葉で作る「蒙頂黄芽(モンティンホンヤ)」という黄茶が特に有名です。



筆者所有の「霍山黄芽(フオンシャンホンヤ)」という安徽省で生産されている黄茶です。黄色と緑色が混ざった、枯れ草のような色をした茶葉です。緑茶と同じく、耐熱ガラスやガラス製の茶器で入れます。黄茶独特の黄色い水色を楽しめます。

筆者：石泉美さん
中国茶高級茶芸師資格を所有。今回「黄茶」について書くために中国で勉強した茶芸師講座のテキストを引っ張り出してきました。忘れていたことも多く、改めて読むことで勉強になりました。

読者からの お便りコーナー

お便り
「私のお取り寄せ」

福岡の「努鶏鶏」です。つめたいままで食べる手羽のから揚げです。甘辛くてとてもおいしくて、一度食べるとやみつきになります。(越前市 50代 女性)

冷凍のシラスをお取り寄せしています。おいしくて、しらす丼にしてたっぷり食べています。(福井市 60代 女性)

法事のお供えにあったダックワーズです。みんなで頂いたら、外側はカリッ、中はフワリでいろんな味のクリームが。それ以来はまってしまって取り寄せています。(越前市 70代 女性)

ふるさと納税で定期的に届く季節のフルーツが楽しみです。(坂井市 50代 男性)

「ヤクルト1000」です。ストレスも改善され睡眠にも効果があるようです。(福井市 60代 女性)

PRESS BUTTER SAND (プレッバターサンド)です。パレンタインデーやホワイトデー、誕生日のプレゼントには必ず取り寄せます。もちろん、自分へのご褒美にも。(越前市 60代 女性)

投稿募集

投稿してくださった皆さま、ありがとうございました。次回のテーマは「雨の日の過ごし方」です。雨の日ならではの楽しみなど、エピソードを添えて教えてください。※内容を変えない範囲で手直しすることがあります。ご了承ください。

※価格はすべて税込み。内容、価格は変更になる場合があります。

個人情報保護法

さんぼみちとお客さまに安心してほしいという個人情報保護法に基づき、お名前やご住所などの個人情報を掲載する際に、あらかじめお客様の同意を得ています。