

## カレー風味カボチャコロッケ



材料 (4人分)			
カボチャ (正味)	300g	コショウ	少々 (6振り程度)
ゆで卵	2個	小麦粉	大さじ2
プロセスチーズ	50g	溶き卵	1/2 個分
カレー粉	小さじ1/2	パン粉	30g
塩	ひとつまみ	揚げ油	適量

1. カボチャは種をとり、皮はところどころ残して、2〜3等角に切る。なべにカボチャを入れ、ひたひたの水を加えてゆでる(蒸し器で蒸したり、電子レンジにかけてもよい)。ゆで上がったら水気をとばして、熱いうちにすりこぎなどでつぶす。
2. ゆで卵は皮をむき、粗みじんに切る。プロセスチーズは5ミリの角切りにする。
3. カボチャ、ゆで卵、プロセスチーズ、カレー粉、塩、コショウを一緒に入れてよく混ぜ合わせ、8等分にして、小判型に形を整える。
4. (3) に小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をまぶし、180℃に熱した油で表面がキツネ色になるまでカラッと揚げる。揚げたらキッチンペーパーなどでよく油を切る。

1人分  
エネルギー 287kcal、  
たんぱく質 9.5g、脂質 15.3g、  
カルシウム 110mg、塩分 0.8g

一口メモ… チーズとカレーの風味により、ソースなどをかけなくてもそのままおいしくいただけます。

毎月19日は「食育の日」です。  
「いただきます! みんなで食べたらおいしいね!」

### つ・ぶ・や・き

◆写真を撮るのがだんだん楽しくなってきました。これまでずっと、写真を撮る機会はありませんでしたが、職場で使っているデジタルの一眼レフのカメラを使うようになって、ようやくいろいろ考えないとそれなりの写真は撮れないということに気がきました。もちろんそれですぐに上達するわけではなく、まあ「それなり」なんです。それでも、最初はおずおずと「露出補正」などしてみたり、最近ではホワイトバランスとISO感度に気を使うようになってみたり。上の「食」のコーナーの写真も、料理を撮る角度一つで美味しそうに見えたりそうでなかったりするんですね。まだまだシャッタースピードとか絞りとか、よくわからない概念があって、全然使いこなせてないんですが、日々精進します(拓)

〒680-8571 市役所本庁舎秘書課広報室  
☎(0857) 20-3159  
☎(0857) 21-1594  
電子メール kouhou@city.tottori.tottori.jp

## GREAT PERSON INTRODUCTION

第10回

### とっとり人物列伝

## いことがかずお 糸賀 一雄

大正5年(1914年) 昭和43年(1968年)



近江学園を設立した糸賀一雄は、「障害者と健常者が区別なく暮らせる社会を」と訴え続け、成人のための施設、女性のための施設、重度障害児の施設と、社会からこぼれ落ちていた弱者

者との暮らしを拡充していった。そして講演活動を支えた池田太郎・田村二がめ(07年3月20日放映)は、糸賀とこの活動を共に生きた「ここの子らを世の光に」(77年3月20日放映)は、糸賀とこの活動を支えた池田太郎・田村二がめ

の出身は鳥取や山陰にあります。鳥取市立川町で生まれ、日進尋常小学校を経て、鳥取第一中学校(現鳥取東高校)に進学。新設校の自由闊達な建学精神の下で多感な思春期を過ごし、松江高校時代には鳥取教会で洗礼を受け、医師志望から宗教哲学に進路を転じます(布教で出会った小泊房と京都大学時代に学生結婚)。筆名を「因幡一碧」とするほど故郷に愛着をもち、口にする歌も山陰地方の民謡が多かったといひます(高谷清『異質の光―糸賀一雄の魂と思想』)。08年9月20日には「没後40年の集い」が米子ビックシッ

プで開催されます(詳細は、日本特殊教育学会第46回大会HP)。  
文=渡部 昭男 さん

写真提供=滋賀県立近江学園

## 読者プレゼント

「とっとり市報」へのご意見、ご感想をお寄せください。  
抽選で5名様に「因州和紙れたあせつと」をプレゼントします。

### 因州和紙れたあせつと



1セット(ハガキ、便せん、封筒)

「因州和紙」の里、青谷町と佐治町は、全国有数の和紙の産地として名高く、優れた品質は和紙愛好者から高く評価されています。最近では、ランプシェードなどの室内装飾や和紙アートの素材として広く活用されるようになりました。今回は、鳥取県因州和紙協同組合から「因州和紙れたあせつと」をお届けします。インターネット時代の今だからこそ、手書きの手紙もいいですね。

応募方法 ハガキに住所・氏名・電話番号・年齢を明記のうえ、「とっとり市報」を読まれたご意見、ご感想を右記までお送りください。  
締め切り 1月25日(金)当日消印有効

応募先 〒680-8571 鳥取市役所秘書課広報室「とっとり市報読者プレゼント」係  
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。