

衣笠在宅かわらばん

# えんがわ

第70号

2013年1月発行

発行元 衣笠病院グループ  
衣笠須賀市小矢部  
2-23-1  
Tel 046-852-1182

## 十年ぶりの京都旅行

日本全国、北は利尻礼文・南は沖縄と旅行しているが京都是修学旅行以来の地である。嵐山・嵯峨野の紅葉めぐり・天竜寺・宝篋院・嵐峡と嵐山遊覧船で眺める紅葉は京都随一の紅葉美と琵琶湖畔の長浜ロイヤルホテル宿泊ツアーで行ってきた。上大岡から新東名高速を通つてのバス旅行。バスはシャンデリアで豪華なサロンバスであった。途中、名神高速で事故渋滞にはまり当日予定の東福寺入館は16時までなので無理かも知れない、と添乗員から伝えられた。何時目的地に着くのやら?と思ひながら、やっとホテルに着いた。ホ

テルは豊かな自然に彩られた琵琶河畔にあり、クリスマス点灯式にも参加した。隣接の長浜城もライトアップし夜の公園を散策した。2日目は、歴史とロマンを秘めた真つ赤に色づく紅葉の下を嵐山遊覧船で満喫した。東福寺は通天橋から眺めたもみじが京都随一の紅葉美であった。次に嵯峨野付近の宝篋院・野宮神社・竹林・天竜寺(世界文化遺産)は曹源池庭園から臨む景観が素晴らしかった。庭園、真紅・黄色・緑のコントラストの素晴らしさは、京都に来て本当に良かったという気持ちと自然の素晴らしさに感動した旅行であった。

衣笠ろうけん

事務長 櫻井 義弘

## えんがわ在宅 ひとくちメモ

### お正月の

### 骨休め

私の故郷、青森の郷土料理に「けの汁」という料理があります。「け」とは津軽弁で「粥」のことですが、お粥の味噌汁ではありません。

小正月(一月十六日)を祝う七草粥のようなもので、米が貴重だった昔、山菜や野菜を細かく刻んで煮込み、米の代わりにしたところから「け(粥)の汁」と言われたようです。一月十五日までに作り、翌朝に仏前に白粥と共に供えた精進料理でしたが、この小正月は「女正月」とも呼ばれ、嫁が実家で骨休めをする日、家に残した家族が食事に困らないよう、大鍋いっ

ぱいに作ったことから、作りおきの料理とも言われています。

根菜、山菜、油揚げ、こんにゃくを細かく刻んで昆布だしで煮込み、味噌や醤油で味を調えるだけの簡単料理で、多めに作るのが美味しさのコツです。何度も温め直して食べるので、旨みが増していきます。ぜひ作ってみてください。

私も年を重ねる毎に、味のある人間になろうと年頭に誓いますが、毎年三日坊主。今年こそ、精進しようと思ひます。

湘南国際村クリニックス

事務主任 古川 英孝



☆☆☆素晴らしい1年になりますように☆☆☆