



さて、この数字は…何？

158%



答え

平成29年中に左京区内で発生した特殊詐欺被害の件数が前年からどれぐらい増えたかを表しています。

被害件数は19件で、前年よりも7件増加しています。
被害総額は、前年と比較しておよそ4分の1にまで減少していますが、**小口の被害が拡大しています**。依然、予断を許さない状況となっています。

問合せ 川端警察署 (☎771-0110)
下鴨警察署 (☎703-0110)



区役所職員が、電話で皆様の口座番号をたずねたり、特定の口座にお金の振込をお願いすることはありません！

不安に思ったら、一旦電話を切って、家族や警察にご相談を！

19,216,000円

答え

平成28年中の左京区内で発生した火災による損害額です。

とても大きな額ですが過去10年間で最も多かった平成20年と比較すると約3分の1になっています。

これまでも設置をお願いしています住宅用火災警報器は火災を早期に知るために大変有効な機器です。平成18年に設置が義務化されてから11年が過ぎました。**住宅用火災警報器の寿命はおおむね10年です。ご自宅の住宅用火災警報器の設置年月日を確認して、早めに交換しましょう。**

問合せ 左京消防署 (☎723-0119)



子育て

乳幼児期からの
歯のケアがとても
大切です。



イイネ課長

児童扶養手当・特別児童扶養手当のご案内

子育て

児童扶養手当：父母の離婚などで、父又は母と生計を共にしていない児童を養育している家庭(ひとり親家庭等)

期間 児童が18歳到達後最初の3月31日を迎えるまで(特別児童扶養手当の対象となる障害のある場合は20歳未満)

手当額(月額)

児童1人	9,980円～42,290円
児童2人	14,980円～52,280円
児童3人目以降	3,000円～5,990円

※手当額は養育費を含む前年の所得額により異なります。

問合せ 区子どもはぐくみ室(☎702-1114)

特別児童扶養手当：中度以上の知的・精神・身体障害のある児童を養育している家庭

期間 児童が20歳に到達するまで

手当額 障害の程度に応じて児童1人につき、1級(重度)51,450円、2級(中度)34,270円

問合せ 区障害保健福祉課(☎702-1131)

左京保健センター

健康長寿・福祉

運営協議会委員を募集

職務 地域保健の推進についてご意見を伺い、審議していただきます。

任期 2年間(平成30年4月1日～32年3月31日)

開催回数 年1回程度

募集人数 2名 **報酬** 有

応募資格 区役所に配架の募集要項又は区役所ホームページをご覧ください。

応募方法 2月28日(水)までに応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送又は直接、下記問合せへ。

※応募用紙は区役所ホームページからダウンロードできます。

問合せ

〒606-8511左京区役所健康長寿推進課地域支援担当(☎702-1064、FAX702-1315、sakyo@city.kyoto.lg.jp、区役所2階26番窓口)

文化・観光・スポーツ

第27回 左京区民作品展

2/20~22

日時 2月20日(火) 9:45～17:00

21日(水) 10:00～17:00

22日(木) 10:00～15:00

場所 区役所1階大会議室、区民ロビー

内容

○絵画、写真、書道、手工芸、その他創作作品の展示

○区内大学生によるミニステージ

○お茶席コーナー(1席100円)

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)

演目

オープニングセレモニー(2月20日(火) 9:15から)

○鼓隊演奏(百萬遍保育園)

ミニステージ(期間中13:00～15:00)

出演予定者

○京都大学ギタークラブ

○京都大学京都アカペラサークルCrazyClef

○京都工芸繊維大学ギター部

○京都ノートルダム女子大学ハンドベル部

○京都府立大学ギターマンドリン部

○京都精華大学Se-Irish



「乗ったら健康にええ電」 ～健康電車♪出発進行!～

健康長寿・福祉

3/3

「立つ」「歩く」といった運動機能の低下を防ぐため、電車で座りながら体操し、八瀬比叡山口駅周辺で、ひと足早い春探しの旅と一緒に歩いてみませんか?

日時 3月3日(土) 13:00～16:00

集合・解散場所 叡山電車「出町柳」駅

定員 区内在住で主治医から運動制限の指示がない方40名(多数抽選。2月26日(月)に当選者に詳細案内を発送)

費用 無料

申込み 2月1日(木)～26日(月)17:00に、下記問合せへ、氏名、住所、電話番号(昼間連絡先)、同伴者人数(1名まで可)をお知らせください。

問合せ 区健康長寿推進課(☎702-1219、FAX702-1316、メールsakyo@city.kyoto.lg.jp)

歯科医師・歯科衛生士による

健康長寿・福祉

成人・妊婦歯科健診・相談

日時 毎月第2水曜日 9:00～10:30

場所 区役所3階

対象 市内在住の18歳以上の方と妊産婦の方
※妊産婦の方は、母子健康手帳をご持参ください。

費用 無料 **申込み** 不要

問合せ 区健康長寿推進課(☎702-1219)

左京食文化講座 [料亭編]

文化・観光・スポーツ

～左京食文化プロジェクト“ほんまもん”の食を楽しもう～

3/12

左京の風情ある料亭のお庭を愛でながら、料亭の食文化を体感してみませんか。

日時 3月12日(月) 11:30～14:00

場所 山ばな平八茶屋(現地集合・解散)(山端川岸町8-1)

※京都バス「平八前」下車すぐ、市バス「修学院離宮道」徒歩3分、叡山電車「修学院駅」徒歩5分

内容 体験講座

・料亭に伝わる食文化講義

・料亭料理(昼食)

・料亭(部屋、庭)の見学

対象 市内在住、在勤・在学の方

※左京区民優先

定員 30名(多数抽選。3月5日(月)までに当選者に通知。)

費用 5,000円

申込み 2月14日(水)～2月28日(水)に、電話、FAX又はメールで、**京都いつでもコー**

ル(2、3面に掲載)に氏名、郵便番号、住所、電話番号、同伴者人数(2名まで可)をお伝えください。

問合せ 区地域力推進室企画担当(☎702-1021)



※写真はイメージです

移動図書館「こじか号」 ☎801-4196

2月21日(水)	10:00～11:00	京都大原学院
	11:20～11:50	農協静原支所横
	13:00～13:40	静原小学校
2月23日(金)	10:00～10:40	修学院小学校
	11:00～11:40	上高野小学校
	13:00～13:40	八瀬小学校
3月2日(金)	10:00～10:40	市原野小学校
	11:00～11:30	鞍馬本町かどや駐車場
	13:00～13:40	鞍馬小学校
3月12日(月)	10:00～11:00	京都大原学院
	11:20～11:50	農協静原支所横
	13:00～13:40	静原小学校
3月14日(水)	10:30～11:00	広河原伝兵衛前
	11:20～11:50	JA京都中央花背支店前
	13:00～13:30	花背小中学校
	13:50～14:20	別所喫茶カウベル前



左京ふれあいecoフェスタ2018 2/24 まちづくり

日時 2月24日(土) 13:00～15:00
場所 区役所1階 大会議室
内容 服・本・おもちゃ・陶器のリユースコーナー、リサイクルアートなど
問合せ 左京エコまちステーション (☎366-0821)



29年度 第4回 みんなでつくる左京朝カフェ 3/4 まちづくり

今回のテーマは、「文化」 初参加の方、大歓迎!
区内での自主的なまちづくり活動に興味・関心のある方が出会い交流し、左京のまちについて語り合う場です。
日時 3月4日(日) 10:00～12:30
場所 ロームシアター京都パークプラザ3階共通口ビー(岡崎最勝寺町13、地下鉄「東山」駅下車徒歩10分、市バス「岡崎公園ロームシアター京都・みやこめっせ前」下車すぐ)
費用 300円(茶菓代)
申込み 3月1日(木)までに、下記問合せへ、氏名(ふりがな)、住所、連絡先をお知らせください。
※託児あり(2月23日(金)までに要予約)
問合せ 区地域力推進室企画担当(☎702-1021、FAX 702-1301、メールsakyo@city.kyoto.lg.jp)



左京区まちづくり活動支援交付金 審査会市民公募委員を募集 まちづくり

職務 区民の皆様の自主的なまちづくり活動を支援する交付金対象事業の審査を行っていただきます。
任期 2年間(平成30年4月1日～32年3月31日)
開催回数 年1回(6月頃) **募集人数** 1名 **報酬** 有
応募資格 区役所に配架の募集要項又は区役所ホームページをご覧ください。
応募方法 3月2日(金)までに応募用紙に必要事項を記入のうえ、持参又は郵便、FAX、メールで下記問合せへ。
※応募用紙は区役所ホームページからダウンロードできます。
問合せ 〒606-8511左京区役所地域力推進室企画担当(☎702-1021/FAX 702-1301/メールsakyo@city.kyoto.lg.jp、区役所3階31番窓口)



乳幼児歯科相談 3/28 子育て

日時 3月28日(水) 受付9:00～10:00
場所 区役所3階34番窓口
内容 歯科医師、歯科衛生士による歯科健診、歯科相談、歯科保健指導
対象 0歳～小学校入学前のお子さん
定員 10名(事前申込制)
費用 無料
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
申込み 電話又は直接、区子どもはぐくみ室窓口(☎702-1222、区役所3階34番)へ。



左京区社会福祉協議会 ボランティア入門講座 3/10 まちづくり

日時 3月10日(土) 10:00～12:00
場所 左京合同福祉センター3階会議室(高野西開町5)
内容 ・ボランティア活動及び障がいに関する基礎知識
・ボランティア活動紹介
対象 障がいのある方と関わるボランティアに関心のある方
定員 30名(先着順) **費用** 無料
申込み 2月19日(月)～3月7日(水)に、下記問合せへ、氏名、住所、電話番号をお知らせください。
問合せ 左京区社会福祉協議会(☎723-5666、FAX 723-5665、メールs-csw@sakyoku-syakyoku-kyoto.jp)

左京老人福祉センター 平成30年度手芸ボランティア養成講座 まちづくり

受講期間 平成30年4月～平成31年3月の1年間
開講日時 毎月第4木曜日10:00～11:30
対象 市内在住60歳以上の方
定員 10名(先着順)
費用 毎月500円(教材費)
申込み 3月2日(金)から直接当センター(高野西開町5)へ。
※電話、FAX、代理人による申込みは不可。
問合せ 左京老人福祉センター(☎722-4650)

左京区地域介護予防推進センター 元気アップボランティア養成講習会 3/2・9・12・19 まちづくり

高齢者の健康維持のための体操を指導するボランティアを養成します。
日時 3月2日(金)、9日(金)、12日(月)、19日(月) 各日とも14:00～16:00
場所 区役所1階 大会議室
定員 区内在住の方20名(先着順) **費用** 無料
申込み 2月20日(火) 9:00から電話で当センター(☎706-6499)へ。

児童扶養手当・特別児童扶養手当のご案内 子育て

児童扶養手当: 父母の離婚などで、父又は母と生計を共にしていない児童を養育している家庭(ひとり親家庭等)
期間 児童が18歳到達後最初の3月31日を迎えるまで(特別児童扶養手当の対象となる障害のある場合は20歳未満)
手当額(月額)

児童1人	9,980円～42,290円
児童2人	14,980円～52,280円
児童3人目以降	3,000円～5,990円

※手当額は養育費を含む前年の所得額により異なります。
問合せ 区子どもはぐくみ室(☎702-1114)
特別児童扶養手当: 中度以上の知的・精神・身体障害のある児童を養育している家庭
期間 児童が20歳に到達するまで
手当額 障害の程度に応じて児童1人につき、1級(重度)51,450円、2級(中度)34,270円
問合せ 区障害保健福祉課(☎702-1131)

左京保健センター 運営協議会委員を募集 健康長寿・福祉

職務 地域保健の推進について意見を伺い、審議していただきます。
任期 2年間(平成30年4月1日～32年3月31日)
開催回数 年1回程度
募集人数 2名 **報酬** 有
応募資格 区役所に配架の募集要項又は区役所ホームページをご覧ください。
応募方法 2月28日(水)までに応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送又は直接、下記問合せへ。
※応募用紙は区役所ホームページからダウンロードできます。
問合せ 〒606-8511左京区役所健康長寿推進課地域支援担当(☎702-1064、FAX 702-1315、sakyo@city.kyoto.lg.jp、区役所2階26番窓口)

第27回 左京区民作品展 文化・観光・スポーツ 2/20～22

日時 2月20日(火) 9:45～17:00
21日(水) 10:00～17:00
22日(木) 10:00～15:00
場所 区役所1階大会議室、区民ロビー
内容 ○絵画、写真、書道、手工芸、その他創作作品の展示
○区内大学生によるミニステージ
○お茶席コーナー(1席100円)
問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)

演目
オープニングセレモニー(2月20日(火) 9:15から)
○鼓隊演奏(百萬遍保育園)
ミニステージ(期間中13:00～15:00)
出演予定者
○京都大学ギタークラブ
○京都大学京都アカペラサークルCrazyClef
○京都工芸繊維大学ギター部
○京都ノートルダム女子大学ハンドベル部
○京都府立大学ギターマンドリン部
○京都精華大学Se-Irish



左京食文化講座【料亭編】 ～左京食文化プロジェクト“ほんまもん”の食を楽しもう～ 文化・観光・スポーツ 3/2

左京の風情ある料亭のお庭を愛でながら、料亭の食文化を体感してみませんか。
日時 3月12日(月) 11:30～14:00
場所 山ばな平八茶屋(現地集合・解散)(山端川岸町8-1)
※京都バス「平八前」下車すぐ、市バス「修学院離宮道」徒歩3分、叡山電車「修学院駅」徒歩5分
内容 体験講座
・料亭に伝わる食文化講義
・料亭料理(昼食)
・料亭(部屋、庭)の見学
対象 市内在住、在勤・在学の方
※左京区民優先
定員 30名(多数抽選。3月5日(月)までに当選者に通知。)
費用 5,000円
申込み 2月14日(水)～2月28日(水)に、電話、FAX又はメールで、京都いつでもコー



「乗ったら健康にええ電」～健康電車♪出発進行!～ 健康長寿・福祉 3/3

「立つ」「歩く」といった運動機能の低下を防ぐため、電車で座りながら体操し、八瀬比叡山口駅周辺で、ひと足早い春探しの旅と一緒に出かけませんか?
日時 3月3日(土) 13:00～16:00
集合・解散場所 叡山電車「出町柳」駅
定員 区内在住で主治医から運動制限の指示がない方40名(多数抽選。2月26日(月)に当選者に詳細案内を発送)
費用 無料
申込み 2月1日(木)～26日(月)17:00に、下記問合せへ、氏名、住所、電話番号(昼間連絡先)、同伴者人数(1名まで可)をお知らせください。
問合せ 区健康長寿推進課(☎702-1219、FAX 702-1316、メールsakyo@city.kyoto.lg.jp)

歯科医師・歯科衛生士による 成人・妊婦歯科健診・相談 健康長寿・福祉

日時 毎月第2水曜日 9:00～10:30
場所 区役所3階
対象 市内在住の18歳以上の方と妊産婦の方
※妊産婦の方は、母子健康手帳をご持参ください。
費用 無料 **申込み** 不要
問合せ 区健康長寿推進課(☎702-1219)

移動図書館「こじか号」 ☎801-4196

巡回日程	日時	巡回先
2月21日(水)	10:00～11:00	京都大原学院
	11:20～11:50	農協静原支所横
	13:00～13:40	静原小学校
2月23日(金)	10:00～10:40	修学院小学校
	11:00～11:40	上高野小学校
	13:00～13:40	八瀬小学校
3月2日(金)	10:00～10:40	市原野小学校
	11:00～11:30	鞍馬本町かどや駐車場
	13:00～13:40	鞍馬小学校
3月12日(月)	10:00～11:00	京都大原学院
	11:20～11:50	農協静原支所横
	13:00～13:40	静原小学校
3月14日(水)	10:30～11:00	広河原伍兵衛前
	11:20～11:50	JA京都中央花背支店前
	13:00～13:30	花背小中学校
	13:50～14:20	別所喫茶カウベル前

市役所情報センター
京都いつでもコール
お問い合わせセンター
電話 ☎801-4196
FAX ☎801-4197
メール sakyo@city.kyoto.lg.jp

左京ふれあいecoフェスタ2018 2/24

まちづくり

日時 2月24日(土) 13:00 ~ 15:00
場所 区役所1階 大会議室
内容 服・本・おもちゃ・陶器のリユースコーナー、
リサイクルアートなど
問合せ 左京エコまちステーション
(☎366-0821)



あなたと
「もったいない」で
つながりたい!

サキちゃん

乳幼児歯科相談 3/28

日時 3月28日(水) 受付9:00 ~ 10:00
場所 区役所3階34番窓口
内容 歯科医師、歯科衛生士による歯科健診、歯科相談、歯科保健指
対象 0歳~小学校入学前のお子さん
定員 10名(事前申込制)
費用 無料
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
申込み 電話又は直接、区子どもはぐくみ室窓口(☎702-122
区役所3階34番)へ。

左京区社会福祉協議会 ボランティア入門講座 3/10

まちづくり

日時 3月10日(土) 10:00 ~ 12:00
場所 左京合同福祉センター3階会議室(高野西開町5)
内容 ・ボランティア活動及び障がいに関する基礎知識
・ボランティア活動紹介
対象 障がいのある方と関わるボランティアに関心のある方
定員 30名(先着順) **費用** 無料
申込み 2月19日(月)~3月7日(水)に、下記問合せへ、氏名、
住所、電話番号をお知らせください。
問合せ 左京区社会福祉協議会(☎723-5666、FAX 723
-5665、メールs-csw@sakyoku-syakyo-kyoto.jp)

29年度 第4回 みんなでつくる左京朝カフェ 3/4

まちづくり

今回のテーマは、「文化」 初参加の方、大歓迎!

区内での自主的なまちづくり活動に興味・関心のある方々
が出会い交流し、左京のまちについて語り合う場です。

日時 3月4日(日) 10:00 ~ 12:30
場所 ロームシアター京都パークプラザ3階共通ロビー(岡崎最勝寺町13、地
下鉄「東山」駅下車徒歩10分、市バス「岡崎公園ロームシアター京都・み
やこめっせ前」下車すぐ)

費用 300円(茶菓代)
申込み 3月1日(木)までに、下記問合せへ、氏名(ふりがな)、住所、連絡
先をお知らせください。
※託児あり(2月23日(金)までに要予約)
問合せ 区地域力推進室企画担当(☎702-1021、FAX 702-
1301、メールsakyoku@city.kyoto.lg.jp)



左京区まちづくり活動支援交付金 審査会市民公募委員を募集 まちづくり

まちづくり

職務 区民の皆様の自主的なまちづくり活動を支援する交付金対象事業の審査
を行っていただきます。

任期 2年間(平成30年4月1日~32年3月31日)
開催回数 年1回(6月頃) **募集人数** 1名 **報酬** 有
応募資格 区役所に配架の募集要項又は区役所ホームページをご覧ください。
応募方法 3月2日(金)までに応募用紙に必要事項を記入のうえ、持参又は郵
便、FAX、メールで下記問合せへ。

※応募用紙は区役所ホームページから
ダウンロードできます。

問合せ 〒606-8511左京区役所地
域力推進室企画担当(☎702-
1021/FAX 702-1301/
メールsakyoku@city.kyoto.lg.jp、区
役所3階31番窓口)



左京老人福祉センター 平成30年度手芸ボランティア養成講座 まちづくり

まちづくり

受講期間 平成30年4月~平成31年3月の1年間
開講日時 毎月第4木曜日10:00 ~ 11:30
対象 市内在住60歳以上の方
定員 10名(先着順)
費用 毎月500円(教材費)
申込み 3月2日(金)から直接当センター(高野西開町5)へ。
※電話、FAX、代理人による申込みは不可。
問合せ 左京老人福祉センター(☎722-4650)

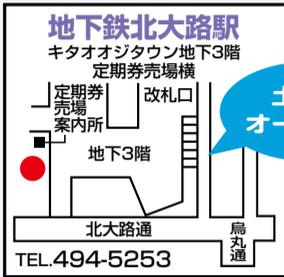
左京区地域介護予防推進センター 元気アップボランティア 養成講習会 3/2・9・12・19

まちづくり

高齢者の健康維持のための体操を指導するボランティアを養成
します。
日時 3月2日(金)、9日(金)、12日(月)、19日(月)
各日とも14:00 ~ 16:00
場所 区役所1階 大会議室
定員 区内在住の方20名(先着順) **費用** 無料
申込み 2月20日(火) 9:00から電話で当センター(☎706-
6499)へ。

くらし

戸籍・住民票・印鑑・税関係の証明書の取得は 証明書発行コーナーが早くて便利です！



駐車場
あります！

土日も
オープン！

取扱時間

岩倉発行コーナー	平日 8:30～17:00
北大路発行コーナー	平日 8:30～19:00 土日 8:30～17:00

※税関係証明書は、平日17:00以降
及び土日は発行できません。

問合せ 区市民窓口課 (☎702-1059)

3月、4月は区役所
窓口が混み合います。
お急ぎの方は、
証明書発行
コーナーを
ご利用くだ
さい。

イネ課長

くらし

お引越しを される方へ

水道の使用を開始又は
中止される時は、お
よそ一週間前までにご
連絡を！

問合せ 上下水道局左
京営業所 (☎722-
7700)

健康長寿・福祉

国民健康保険料の 休日納付相談

3/11

平日の来庁が難しい方は、
どうぞご利用ください。

日時 3月11日(日) 9:00～15:30

場所 区役所1階 7番窓口

申込み 不要

問合せ 区保険年金課 (☎702-1169)

その他

「明るい選挙出前授業」を 実施しました！

区選挙管理委員会事務局では、
小中学校に出向き、生徒の皆様に
選挙に触れていただく機会を提供
する「明るい選挙出前授業」を実
施しています。昨年12月12日には、
京都大原学院で開催し、19名の生
徒の皆様に参加いただきました！

問合せ 区選挙管理委員会事務局
(☎702-1021)



模擬選挙を実施し、
投・開票を体験して
いただきました！



これからも
投票率向上を目指した
取組を進めて
いきます！

選挙権の年齢が
18歳以上に
引き下げられ、
子どもの頃から選挙に
触れることが
より一層重要に！



ヨウくん

無料相談(弁護士、行政書士、司法書士)

相談	日時	場所
弁護士 (京都市民 法律相談)	毎週水曜日 13:15～15:15 相談日の週の月～水曜日8:30～17:00 (水曜日は15:00まで)に要予約。定員12組(1組20分以内) 問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)	区役所1階 地域力推進室相談室
行政書士	3月13日(火) 14:00～16:00 問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局 (☎762-0505)	区役所1階 大会議室A
司法書士	3月8日(木) 13:30～16:30 問合せ 京都司法書士会(☎241-2666)	区役所1階 大会議室A

左京ボイス

クイズコーナー 今月のクイズ



2・3面掲載の健康づくりに関する記
事、「乗ったら〇にえ電」

正解者の中から抽選でトライフ力カード
500円分を3名様にプレゼント

応募方法①氏名②年齢③住所④電話番号⑤
クイズの解答⑥本紙への感想(必須)を記
入のうえ、ハガキ又はメールで送付

応募先

「ハガキの場合」

〒606-8511 左京区役所地域力推進室
「左京ボイス」担当まで

「メールの場合」

件名に「左京ボイス クイズ応募」と明記
のうえ、sakyob@city.kyoto.lg.jpまで
応募締切 3月8日(木)(必着)

「左京ものしりクイズ」

1月号の解答

「③無鄰菴」

当選者の発表は、賞品の発送をもっ
て代えさせていただきます。

「ほんまもん」を 食べる

第12回



草食
なかひがし
主人
中東 久雄

左京食文化プロジェクト
「ほんまもん」の食
を「楽しむ」の一環とし
て、左京ならではの季節
の料理や食材を楽しむコ
ラムをご紹介します。

大豆の季節

2月3日は節分の日。社寺
では追儺式が行われます。ま
た、各家庭では、枝の先に鱒の
頭を刺し、それを戸口に立て
ます。そして、家長が大声で
「鬼は外、福は内」と言いな
がら、桝に入れた煎り大豆を
まく。子どもの頃、私は「そ
の豆を鬼が食べた元気になる
ん違うの？」と思ったこと
があります(笑)。

豆には、植物性たんぱく質
やミネラルが多く含まれてい
るため、冬にピッタリの食材
です。
それでは、豆腐を使って味
噌汁を作ってみましょう。豆
腐を切らずに一丁を丸ごと鍋
に入れ、青ねぎをザクザクと
大き目に切って入れます。煮
せ、薄口醤油で味を調えれば

実際に火を止め、豆腐とねぎ
をお椀にすくい取ります。柔
らかい食感とねぎのとろみが
舌の奥へと伝わり、大豆の香
りとねぎの香りがコラボし、
身も心もホッとします。
昨晩のおでんの残りがあれば、
煮汁でおからを炊いてみ
ましょう。大豆を水洗いし、
少し焦げ目が付くくらいフラ
イパンで煎ります。その煎り
豆と、ごぼう、にんじん、こ
んにゃく、頭芋が連根をさい
の目に切り、おでんの煮汁に
入れ、少し煮込んだ後におか
らを入れてかき混ぜながら煮
詰めたら完成です。

次に、菜っ葉とおあげさん
の炊いたんを作ってみしまし
ょう。昔の油揚げとは違い、今
の油揚げは油臭くありません
の油揚げを細く短冊切りに
し、フライパンでサクサクの
乾煎りにし、出し汁に入れま
す。その中に、柔らかい菜っ
葉であれば生で、堅そうであ
れば湯がいたものを5〜6セ
ンチ程に切り、一煮立ちさ
せ、薄口醤油で味を調えれば

できあがり。
話は変わりますが、子ども
の頃、我が家ではわら包み納
豆を作っていました。冬の時
期になると洛北地区や京北地
区では納豆餅を食べる習慣が
ありました。鏡開きの餅を蒸
し、木鉢の中できな粉と一緒
にもみ込んで、平らにした餅
に納豆と黒砂糖を入れ、二つ
折りにしてほおばります。ほ
のかな甘味に納豆がからみ、
餅に溶け込む。みなさんには
分かりづらい味かもしれませんが、
私が、私にとっては思い出の
味です。



そういうえば、納豆を寝かせ
ているとき、家の中で大声を
出して遊んでいると、こう言
って親によく怒られました。
「納豆が起きるから静かにし
なさい」(笑)。