

地域県民局の8年

青森県知事 三村 申吾

初めて「地域県民局」の名称と内容を提案したのは、平成18年2月の議会においてである。

その提案理由は「(地域県民局は)市町村との適切な役割分担の下、その地域の経済、風土、文化、社会などの特性を生かした地域づくりを進める」であった。

かつて百石町長であった自分の思いとして、実際の100キロの距離も含めて、各出先機関が十和田市等にあるとしても、県庁は気分的に遠いものだった。

その後、知事に就任し、厳しい行財政改革を断行せざるを得ない状況になって、県には、県民の生活の現場に最も近くて、痛みを共にせざるを得ない市町村に、もっともっと寄り添う姿勢と仕組みが絶対に必要なのではなかろうかと、考えたところであった。

まずは、試行的に、中南、三八、下北の地域県民局を設置した。県民局長等には、発令に際し、しっかりと市町村の役所役場や団体等を訪ね歩き、また地域の県民の思いを受け止めるように、かつ各地域の実情に即した地域づくりのための応援に全力を尽くすようにと、強く指示をしたことを思い出している。

現場において、地域のために全身全霊を尽くす各県民局長の仕事ぶりを評価いただいてか、翌年には、残り、東青、西北、上北の3県民局設置の強い要望を地元からいただくに至った。

各局が地域と共に提案して来た意欲あふれるキラリと光る事業を、

申吾の ほっとコラム

改めて振り返ってみる。

東青は、日本一の生産量を誇るカシスのブランド化をめざして頑張ってくれている。大手量販店による食と地域を豊かにするための活動にも選ばれ、更なる成長が期待される。

中南は、いまや全国が注目するまち歩き観光の仕組みを、地域の人たちと創り上げた。「まち」だけでなく、路地裏探偵団の面々自身も魅力の一つだ。

三八では、さんのへ農業小学校を挙げたい。植える、採る、いただくという活動を通して、食と農業の大切さを学んだ子どもたちの成長が楽しみだ。

西北では、トレインアテンダントが、津軽鉄道を利用したお客様だけでなく、地域の皆さんからも大きな評価をいただいた。彼女たちの、地域の方々と連携した活動は、地域を明るくしてくれた。

上北・奥入瀬には、苔ガールが似合う。奥入瀬溪流の新しい魅力を見だし、全国に発信してくれた。苔ガールをきっかけの一つにして、十和田湖・奥入瀬に、たくさんのお客様を呼び込みたい。

下北は、水揚量日本トップクラスのあんこうを、下北の冬季観光の主役級にまで押し上げた。下北の新たな魅力の一つとして、全国ブランドをめざしてほしい。

地域県民局は、これからも、地域に寄り添い、地域と共に行動し、地域を守っていく。現場で、安心して暮らすことができる社会づくりを担う地域県民局の、今後の活躍にご期待ください。

ちょっとした工夫で、健康ごはん!

蒸して
うま味成分
アップ!

やりいかの射込み蒸し

ぷりぷりな食感で淡泊なおいしさ。「青森県産やりいか」
冬から春先が旬の「青森県産やりいか」

蒸す

青森県産やりいかは、さっぱりとした味と歯ごたえの良い食感が絶妙で、透き通っているのが鮮度がいい印。やりいかは、熱を加えることで柔らかく仕上がるだけでなく、うま味が増すため、味付け調味料も控えることができます。今回は、蒸し器だけでなく、電子レンジでも調理できる手軽な「蒸し料理」をご紹介します。

◎材料 ※材料は4人分です	れんこん……………100g
やりいか……………4杯(400g)	ピーマン……………1個
酒……………大さじ3	にんにく……………10g
卵……………5個	酒……………大さじ1
油……………適宜	塩……………小さじ1/2
塩……………少々	だし……………適宜
白こしょう……………少々	水溶きかたくり粉…大さじ1

◎調理法

- ①やりいかは、足と骨を抜き、胴は水気をふき取り、足はみじん切りに。
- ②卵を溶き、①のやりいかの足とAを加えよく混ぜる。
- ③フライパンに油を熱し、②を一度に入れ、強火で混ぜ、半熟のうちに一旦ボールにうつす。
- ④やりいかの胴に何ヶ所か、軽く竹くしで穴をあける。
- ⑤胴の中に③の半熟卵を詰め、胴の口をつま楊枝で止める。
- ⑥平たい皿に⑤をおき、酒を加えてラップし、強火で5~7分ほど蒸し器で蒸す。
- ⑦途中、いかをひっくり返し、火を止める直前に、花形に薄切したれんこんと、輪切りにしたピーマンを入れて軽く蒸し、火を止める。(電子レンジの場合は、ラップをして500w(強)で1分、ひっくり返してれんこんとピーマンを入れ、1~2分加熱し、そのまま冷めるまで余熱で火を通す。)
- ⑧⑦のやりいかを輪切りにして、れんこんとピーマンと共に盛り付ける。
- ⑨⑦の皿の水分にだし汁を加えて1カップとし、にんにくのみじん切り、酒、塩を加え火にかける。
- ⑩⑨に水溶きかたくり粉で濃度を上げ、全体にかけてできあがり。

◎一人分のエネルギー 271kcal / 塩分 1.2g



※写真は2人分です

「健やか力」アップ! 一口メモ

※「健やか力」とは、健康情報や医療情報を適切に利用し、活用する力のことをいいます。



調理方法にひと工夫で「健やか力」アップ!

「蒸す」とは、水蒸気の熱を利用して調理する方法。他の加熱料理と違って、焦げる心配がない、調理に油を使わないのでエネルギーが少なくすむ、栄養素の損失が少ない、料理の形がくずれにくく軟らかく仕上がる、という利点があります。特に、野菜を蒸した場合、野菜が水分をあまり吸わず、表面が固くならないので、不足しがちな野菜をおいしく、たくさん食べることができます。

レシピ開発・調理/管理栄養士 福土るみ子