



坂本 恵吾さん（船越・20）

幼い頃からの「好き」を仕事に

「お客様の車を預かるのは、お客様の命を預かるのと同じ」と頼もしい表情で語るのは、今年の4月に町内の自動車整備工場へ入社した坂本恵吾さん。

彼が担当する仕事は、自動車の点検と整備。「一つ一つ確認し、丁寧に仕上げていく」と入社間もないとはいえ、仕事への責任感と熱意に溢れています。

大好きで、高校を卒業後は、自動車整備の専門学校で資格を取得。話を聞くと「父が乗っていたスポーツカーに憧れがあった」と、どうやら家族の車好きが彼の進路に影響している様子。この仕事を選んだ理由は、もちろん「車をいじるのが好き」ということ。また、「自動車整備士の人材不足という現状もあり、地元貢献できたらという思いもあった」と地元愛も語ってくれました。

入社後の感想を尋ねると、素直に「好きなことを仕事にできて楽しい」とまぶしい笑顔で答えています。

える坂本さん。
夢は「憧れのスポーツカーを手に入れ、自分好みにドレスアップすること」と、楽しそうに話してくれました。整備士としてお客様の安心・安全を守るため、そして夢の実現に向けて、技術を磨いています。

キッチンスタジオ

No.134

ハーモニー

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが旬の食材や地元食材を使い、ちょびっとの塩でおいしい料理をご紹介します。今回は、旬のアジを使った定番レシピ。さっぱりした味付けが食欲をそそる「アジの南蛮漬け」です。

【材料（3人分）】

アジ…1尾(400㌔ くらいのもの) 塩・コショウ…少々 玉ネギ…1/4個 ニンジン…1/4本 エノキダケ…1/5株 ピーマン…1/2個 ネギ(白い部分)…6㌔ 油…適量 片栗粉…適量
A(酢…大さじ5 おろししょうが…少々 しょうゆ…大さじ1 砂糖…大さじ1強 輪切り唐辛子(乾燥)…お好みで)

【作り方】

- ①アジは3枚におろし、身の部分だけ使う。小骨をきれいに取り、食べやすい大きさに切ったらキッチンペーパーで水気を取り、塩・コショウを振る。
- ②玉ネギはスライス。エノキダケは3㌔の長さに切ってほぐし、ニンジン、ピーマンは千切りにする。耐熱容器に切った材料を入れ、ふんわりとラップをして電子レンジで2分ほど加熱する。加熱後に水分が出た場合は取り除く。長ネギは白い部分を繊維にそって細く切る。
- ③Aを全て合わせてタレを作り、電子レンジで1分ほど加熱する。
- ④フライパンに油を入れて熱し、①に片栗粉をまぶしたら、中に火が通るまでしっかり両面を焼く。

アジの南蛮漬け



1人あたりの栄養素 224kcal、塩分1.5㌔

(蓋があれば蓋をする)

- ⑤耐熱性の容器に④を熱いうちに並べ、ネギ以外の野菜を上に乗せてからまんべんなくタレをかけて全体になじませる。30分以上なじませ、皿に盛ったら上にネギを飾って出来上がり！

【ポイント】

酢の酸味と唐辛子の辛みが減塩にも効果的です。