



昆 真也さん (船越・22)

## 夢をかなえてバスの運転士に

「バスは地域の重要な移動手段。それを担う身としてがんばっています」と話すのは昆真也さん。去年の12月から町内でバス運転士として働いています。この仕事を選んだきっかけを伺うと、「子どもの頃からバスを利用し、運転士になるのが夢でした。以前は介護関係の仕事をしていましたが、やはり諦めることができませんでした」と、力強く答えて

くれました。就職してみた感想については「今はとにかく夢をかなえることができてうれしい」と目を輝かせます。日々の仕事で心懸けていることは「安全第一」。運行時間が決まっていますが、命を預かる仕事なので運転には細心の注意を払っています。特に大型の車両とすれ違う時は気を引き締めます」と話します。また、乗客とのコミュニケーションも大事にしているといい、「乗客の方が降りる際に声を掛けてくれるのがとてもうれしく、励みになります」と笑顔を見せます。

今後の抱負について「今は鉄道が無いための利用者も増え、バスの役割は大きくなっています。夢をかなえたことに満足せず、運転士として成長していきたいです」と話す昆さんは、きょうもハンドルを握り乗客を運びます。

## キッチンスタジオ No.75

# 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手軽にできるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は子どもの日にぴったりの「春巻きかぶと」を紹介します。

### 【材料（2人分）】

春巻きの皮…4枚 切り干し大根…45g<sup>ア</sup>  
ツナ缶（ノンオイル）…45g<sup>ア</sup> ニンジン…1/5本  
キュウリ…1/5本 生シイタケ…1枚  
ショウガ…1欠 片栗粉…小さじ1杯  
ごま油…大さじ1杯 サラダ油…大さじ1杯  
・A しょうゆ…小さじ1杯 ラー油…小さじ1/3杯  
酒…大さじ1/2杯 砂糖…小さじ1と1/2杯  
オイスターソース…小さじ1杯  
おろしニンニク…お好みで

### 【作り方】

- ① 切り干し大根はよく水洗いしてから戻し、水気を絞って1拵の長さに切る。ツナ缶は水気を切っておく。ニンジン、キュウリ、生シイタケ、ショウガをみじん切りにしておく。
- ② Aの材料を混ぜておく。
- ③ フライパンにごま油をひき、ショウガ、ニンジン、生シイタケ、切り干し大根、ツナ、キュウリの順に炒める。
- ④ ③に火が通ったら混ぜておいたAと片栗粉を加え、炒め合わせる。

### 春巻きかぶと



エネルギー（1人分）…244kcal<sup>ア</sup> 塩分…0.7g<sup>ア</sup>

- ⑤ ④を一度皿にあけ、粗熱をとる。
- ⑥ 春巻きの皮をかぶとの形に折る。この時、かぶとの後ろ側は折らずにそのままにしておく。
- ⑦ かぶとに⑤を詰め、後ろ側の皮を入れ込む。
- ⑧ ⑦にサラダ油を薄く塗る。トースターで軽く焼き目が付くまで焼いたら出来上がり。