

地域おこし協力隊が 三原で過ごす日々

みはライフ!

市外から移住して来た8人の隊員が、地域課題の解決に向けて活動中!



今月の担当は
四方 諒
です!

【出身】大阪府大阪市
【趣味】大工仕事、ものづくり、マーケティングの勉強
【活動エリア】市内全域
【活動テーマ】空き家の利活用を通じた関係人口創出



大工経験を生かして まちづくり活動中!

大工の経験を生かして空き家の再生による関係人口の創出やまちづくりに関わっており、令和5年10月からは、空き家を使ったたこ焼き屋とゲストハウスの運営を行なっています。テレビ番組で紹介されたことで地元の人にもたくさん訪れていただき、愛されるお店になりました。

さて、「組織を変えるのは若者、ばか者、よそ者だ」という言葉があります。これを聞いたとき、まさに移住者である私のことだと思いました。多くの人にはかなえない夢がありますが、実際に行動に移せる人はほとんどいません。でも、そのお手伝いを大工の私ができるかもしれません。みんなで夢に挑戦し、三原を一緒に盛り上げましょう!



▲ゲストハウスを併設したたこ焼き屋「たこくん」を運営。

地域おこし協力隊の活動は
市公式noteで!



問 地域企画課
TEL 0848-67-6011



(Vol.21)

市民による
まちの
PRチーム

三原市シティプロモーション

ぐっとみはら編集部

近海にはタコ以外にも海産物が!



依頼者のいう漁協の看板とは「三原やっさタコ」でおなじみの「三原市漁業協同組合」のロゴマーク。タコと4種の魚のイラストが描かれています。

このイラストは三原近海で季節ごとに取れる漁協自慢の旬の魚たちなのですが、それぞれの魚の名称が分かりますか? 左上が「サワラ」、その下に「カサゴ」、右下は「マアナゴ」。ん、右上の魚? 確かにマンボウに似ていますが、これは「マナガツオ」です。一体どんな魚でしょうか?

ロゴマークに描かれた
魚の正体とは

名前にカツオと付きますが、カツオとは分類が異なり、姿も全く似ていません。旬は夏で、漢字で書くと「真似鰹」。実は、瀬戸内海ではカツオが取れなかったため、マナガツオをカツオに見立てたのだそう。

三原市漁協の組合長 濱松照行さんは、「脂の乗った白身がとておいしいので、ぜひこの味を知ってほしい」と話していました。関西では懷石料理にも使われる高級魚のマナガツオ、スーパーなどで見掛けたらぜひ食べてみてください。

瀬戸内海のカツオ!?
「マナガツオ」



今回の調査依頼

漁協の看板に描かれた右上の魚…マンボウにも見えますが、何の魚でしょうか?



ぐっとみはら
編集部とは?

市や市民に関わる
人たちが集まり活動する
まちの広報チームです。

Instagramを
チェック!



三原の魅力を発掘・発信
しています。

まちの疑問を募集中!

皆さんからの
まちの疑問や調
べてほしいこと
を受け付け中!



応募フォーム▲

Kia Ora! MIHARA

ニュージーランド出身の
国際交流員コラム

● Vol.9 ●



CIR (国際交流員)
ジェイク・ロコプさん



「The Haka (ハカ踊り)」1915年のポストカード

ニュージーランド (NZ) の先住民

NZの先住民はマオリ族です。1250～1300年頃に、ポリネシアから大型カヌーで航海し、無人島だった北島に到着。この土地を「アオテアロア（白く長い雲の土地）」と呼んで移り住み、17～18世紀にヨーロッパの探検家や貿易商がやって来るまで、何世紀にもわたって独自の生活を送っていました。

1840年に大英帝国（現在のイギリス）の植民地となり、入植者との10年以上にわたる戦争などのため、推定7～9万人のマオリ族の人口は、1892年には約4.2万人にまで減少してしまいました。このような激動の時代を乗り越え、マオリ族の文化と言語はNZで大切にされるようになりました。現在、約90万人のマオリ族が自分の文化を守り、次の世代に伝えています。

知ってる?

ニュージーランド

マオリ語のあいさつ

JR三原駅前の「キオラスクエア」は、マオリ語の「Kia ora（キオラ）」という言葉に由来しています。キオラは「お元気で」「長い人生を」という意味で、NZのあいさつです。私に会ったときは「キオラ」と声を掛けてくださいね。

Information for foreign
nationals in Mihara

＜ CIRが三原の
魅力などを発信中! ＞

Instagram & Facebook



Instagram

Facebook▶



●多言語相談窓口(市役所本庁4階)

問 経営企画課 TEL 0848-67-6270 FAX 0848-64-7101

ニュージーランドの伝統&人気レシピを紹介!

ジェイク'Sキッチン

6～8月号限定企画

材料 (4人分)

豚肉 (骨付きなど)	キャベツ (大きめの葉) …… 6枚
…………… 4切れ (150g)	水 …………… 90cc
鶏肉 …………… 4切れ (150g)	★パン粉 (粗め) …………… 100g
サツマイモ …………… 2個 (400g)	★玉ねぎ …………… 1個
ジャガイモ …………… 4個 (400g)	★ミックスハーブ …………… 大さじ2
かぼちゃ …………… 1/4個 (400g)	★塩 …………… 小さじ2
塩 …………… 少々	★溶かしバター …………… 100g

作り方【オーブンを使用する場合】 所要時間:3～4時間

- 1 オーブンを200℃に予熱しておく。
- 2 玉ねぎは1cm程のみじん切りにし、★の材料全てと混ぜ合わせる。
- 3 肉を塩もみし、野菜は皮をむき3cm程のさいの目切りにする。
- 4 キャベツの葉4枚を「かご」のように使い、肉、野菜、2の順にのせて塩を振る。
- 5 ロースト皿に4のをのせ、残りのキャベツの葉2枚でふたをして、アルミホイルを二重にかぶせ隙間なく閉じ、水を注ぐ。
- 6 オーブンに入れ約1時間焼き、温度を160度に下げてさらに約2時間蒸し焼きにする。皿に盛り、完成。



マオリ族の伝統料理「ハンギ」

「ハンギ」はマオリの新年行事「マタリキ」や、お祝いごとで振る舞われる料理です。地面に穴を掘って下から焼いた石、植物の葉で包んだ食材、湿らせた布の順に置いて土で埋め、3～4時間かけてじっくりと調理します。肉や野菜は柔らかくなり、燻製のような「Earthy Flavor (土を感じる香り)」がほのかに漂います。家庭ではオーブンで作れます。