



撮影場所・元気プラザ

狭山の元気 発見
いきいき狭山人



にちこ
土田丹智子さん

プロフィール

管理栄養士、懐石料理師範、薬膳アドバイザーなど、8つの料理に関する資格を持ち、日本はもとより、海外の食文化を現地で学び、料理研究家として「料理工房つちだ」を主宰する。

広報さやまの裏表紙に毎月掲載している「もぐもぐsayama」。狭山市産の旬な食材を使ったメニューを紹介するのが、今回ご紹介する料理研究家の土田さんです。

主に市内を拠点として活動している土田さんは、自身が主宰する料理教室や、公民館などで開催している講座などで多くの方に料理の楽しさや文化を教えています。

お父様の仕事の影響で小さい頃から海外の料理を口にする機会が多かった土田さん。日本料理に興味を持ったのは、社会人になって初めて行った料亭で出された料理の華やかな盛り付け、繊細な味わいに感銘を受けたからだそうです。それから日本料理の師範や日本茶アドバイザーなどの資格を取得したといいます。

なぜ、数多くの資格を持ちながら現在の料理研究家になったのかを伺うと「単純に『食』そのものへの興味を追求した結果でした。さまざまな国の料理を作るのもその食文化を学ぶのもすべては私の好奇心が原動力なん

です」と答えてくれました。

最後に、もぐもぐsayamaに込める思いを伺うと、「狭山は緑があり、川があり、畑があり、田んぼがあり、料理研究家の目から見ても良質な食材が採れる恵まれた素晴らしいところです。薬膳には「身土不二」という、その土地で育った旬のものを食べるのが健康にいい」という思想があります。狭山に住んでいる皆さんに、地産地消の素晴らしさを伝えたいという気持ちで、毎月レシピを考えています」と笑顔で話してくれました。

今月は狭山の名産サトイモを使ったレシピを紹介しています(28ページ)。ぜひ今晚の献立に加えてみてはいかがでしょうか。



キャベツの重ね焼き



お茶豆知識

「抹茶」と「煎茶」の違い



「抹茶」はどのように作られているかご存知ですか？

抹茶の原料は、日光を遮って育てた茶葉を蒸した後、揉まずに乾燥させて作った「碾茶」です。これを茶臼などで挽いたものが抹茶になります。「粉末茶」や「パウダー茶」は煎茶を細かく挽いたお茶、また、「粉茶」は煎茶を作る工程でふるいにかけてお茶のことで、それらは抹茶とは別のものです。

茶葉の生育段階から異なる方法で製造する煎茶と抹茶。狭山茶の葉で作られた「明松」という抹茶もありますので、煎茶との違いを楽しんでみてください。

監修 狭山市茶業協会
問合せ 農業振興課へ内線2531

分かるかな？

今月の写真クイズ

写真は、今月号に掲載した写真の拡大写真です。何ページの何の写真でしょうか？



正解者の中から、抽選で5名に記念品を差し上げます。郵便はがきに、氏名、住所、電話番号、クイズの答えを記入して広報課宛(住所は裏表紙に記載)にお送りください。答えと一緒に広報さやまの感想やご意見もお寄せください。

締切り11月29日(金)

10月号の答え

26ページ・「ひと・まち・写真館」の「入間川で感じる体験学習」の写真でした。



目で見える「さやま」

人口と世帯(市民課)
※10月1日現在()内は前月比

男	75,785人(-35人)	転入等	449人
女	75,116人(-53人)	転出等	484人
合計	150,901人(-88人)	出生	65人
世帯	69,221世帯(+31世帯)	死亡	118人

Contents



目次

今月の表紙



今月の表紙は、「さやま子どもフェスタ」です。前日の大雨から一転、青空が広がる智光山公園の芝生広場では、保育士による出し物や段ボールタウンなどが行われ、子ども達の笑顔が弾けた1日となりました。

- P3 躍 土田丹智子さん
- P4 【特集】STOP! 児童虐待
- P6 【特集】平成30年度一般会計決算の概要と主な事業
- P9 まちの今…これから、市長が走る
- P10 情報ガイド
- P22 保健センター 12月のお知らせ
- P23 12月の相談案内
- P24 市民リレー「私の宝物」、いきいき自治会、ハロー仲間たち
- P25 さやまち探訪、Zoom up どうぶつ園
- P26 ひと・まち・写真館、みんなの掲示板
- P28 残しておきたい狭山の風景、もぐもぐsayama

10月の火災・救急件数(狭山消防署)
※令和元年9月16日~10月15日の累計

火災件数	救急出動件数
1件(車両1件)	582件(搬送人員509人)

交通事故・振り込め詐欺件数(狭山警察署)
※平成31年1月1日~令和元年10月15日の累計(狭山市分)

発生数	人身事故	死者	物損事故	振り込め詐欺
2,670件	282件	1人	2,388件	31件