

# 久重の里山レシピ

## ご飯泥棒！無限大葉 ～大葉のしょうゆ漬け～



- ・大葉 50枚
- ・ニンニクスライス 2かけ
- ・しょうゆ 50ml
- ・ごま油 50ml
- ・お好みでゴマ

※塩分控えめや薄味希望の方は、浸かり方も控えめになりますが、1対1でお好みの分量(15mlずつなど)も。

- ①ニンニクスライス、しょうゆ、ごま油を合わせたものを作る
- ②大葉数枚→①→大葉数枚…とミルフィーユ風に重ね冷蔵庫で一晩置く

\*おにぎりに巻いたり、そうめんの具にしたり、刻んで卵焼きに入れたり…お好みでどうぞ！

【紹介者】重倉 福谷 香恵さん

## 簡単ハマる常備菜的調味料☆ ～大葉味噌～



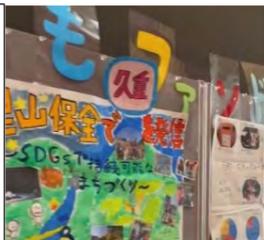
- ・大葉 20g 約20枚
- ・ごま油 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・味噌 大さじ2
- ・砂糖 小さじ3
- ・酒 大さじ1
- ・すりごま 大さじ2
- ・七味唐辛子(お好みで) 少々

- ①大葉を洗い水気を切ってみじん切りにする。大葉以外の材料を混ぜておく。
- ②フライパンに大葉以外の材料を入れ火を通し、大葉を加えて大葉がしんなりして艶が出たら完成。冷蔵庫で1週間ほど保存可能。

\*あたたかいご飯に、パンに塗ってトースト、冷や奴にのせてオリーブオイルを垂らす、塗って焼きおにぎりに、ご飯に混ぜてから焼きおにぎりに、納豆と卵にまぜる、ピザにのせてトッピングなども。

【出典】インターネット：クックパッド、ひとみっち、『簡単ハマる常備菜的調味料☆大葉味噌』  
<https://cookpad.com/recipe/2742195?view=single>

高知市役所本庁舎南入口に市民の方向けに「こどもファン活動紹介 by 地域コミュニティ推進課」の展示がスタートしました。9/5まで。機会があればぜひお立ち寄りください。



【編集後記】…コロナの猛威が止まりません。「コロナも山の上におったら安心」などと言っていたのは第6波まで。介護、保育、学校関係者などは本当に大変な思いをしながら毎日を過ごしています。市街の保育園、学校、職場で感染にあった陽性、濃厚接触者が私の身近なところでも次々と現れるようになりました。連携協議会の活動も「BA・5対策」宣言や「特別対策」の状況を見ながらしばらく休止することとしました。皆様も感染対策を抜かれないよう十分お気を付け下さい。(リン)



ご近所さんにたくさん食材をいただき、ありがたい♡自分が普段作るレシピ以外にもみんな、どんな料理を作っているのかな?と思った人は多いはず。

おばあちゃんから伝えられたレシピ。ご近所さんから聞いたレシピ。最近ではインターネットから検索して作っている人も。みなさんのお宅ではどんなメニューが食卓に並びますか。毎食の献立を考えるのがつらい🌀忙しくて時間が無いので時短料理を知りたい!という声もありました。

得意な方。知ってるよ!みんなに紹介したい!という方。みなさんのお宅の味をぜひ教えてください。

オレンジポストにレシピを投稿してください。レシピ名、材料、作り方、あなたの地区名、名前、電話番号(詳しく聞きたい場合は電話をさせていただくことがあります!)。また、本や、インターネットからの引用で「これおすすめ!」という場合は重ねて出典を記載してください。(インターネットの場合は、サイト名、レシピを作った人の名前、レシピ名、レシピのURLなど)

みなさんのアイデアで旬の食材が変身🌀コロナ禍で自宅で食べることが多くなったいま、食卓やくらしにいろどりを!

季節に限らずどんな食材でも大歓迎! レシピをお待ちしています。

# 久重地域連携協議会



—第41号—  
2022.8.25 発行  
発行責任者：林照男  
編集：広報委員会  
高知市重倉 1596-134  
電話：090-4501-3190



# 久重にも無数の光： ヘイケボタルを確認！

久重地域で、5～6月に観察できるゲンジボタル・ヒメボタルに続き、7～8月にヘイケボタルが確認されました。ヘイケボタルはゲンジボタルより少し体が小さく、ジメジメした湿地帯を好むのでゲンジボタルのすむ川付近とは生息環境が異なります。ひっそりと暗闇の安全なすみかです。無数の光が里山の夏の夜を明るくしていました。

地球温暖化で異常気象を感じる昨今ですが、この光景がずっと続くといいな…と願っています。「久重 natural チーム ～『ホタルの一生』の勉強会より～」

## 第7波「コロナ禍」の活動中止

久重地域連携協議会は、高知県が「BA・5対策強化」宣言を発し、対応ステータスを「特別対策」に引き上げた状況に伴い、当面の活動は次のように対応することとしました。

### ＝中止する活動＝

■久重のまちづくり計画策定会議  
現在すでに次回(第8回)策定会議の日程が未定となっておりますが、もうしばらく見あわせませす。

### ■諸会議の中止

開催日程が決まっている第2回飲料水問題意見交換会(8/30)と第54回連携協議会役員会は中止します。

### ■イベントの9月中の開催中止

連携協議会イベントとして第1回健康祭り(9/18)を計画していましたが、イベントは準備期間もいるため、9月中の開催は中止します。

### ＝継続する活動＝

■連携協議会ニュースの発行  
■HP(ホームページ)作成事業

10月から路線バスとテマンドタクシの運行が変わりますので、高知市からその説明リーフレットを全戸配布いただきました。同じくダイヤ改正となる土佐山鏡線の時刻表と一緒に配布します。

7月29日（金）、高知市役所にて『高知市長との中山間地域意見交換会』が開催されました。行川、七ツ淵、久重、蓮台など旧高知市の中山間地域の代表者による年に1回の意見交換会で、今年で8年目になります（鏡、土佐山地区は除く）。久重地域からは林、二川、橋詰辰男、市原校長、武林、山崎、山本の7名が出席し、提出していた11項目の意見要望の回答を受けるとともに、新たな意見も出し積極的に意見交換を行いました。

今回は、①介護認定を受けている者もマイレージポイントの対象としたこと、②久重地域内公民館を緊急避難場所や避難所として指定することになったこと、③通学路のグリーンベルト化や補修、横断歩道の改修など登下校の安全確保などで意見・要望が前進しました。

一方で、遠距離通学者定期券補助の長期休業中への適用拡大やスクールバスの運行、水道施設の市へ移管などでは今後課題を残すものとなりました。

### 1 地域共生社会推進に係る行政と地域の連携

①精神疾患などの場合、本人の自立支援だけでなく地域と連携した取り組みが必要でないか②個人情報連携の壁になっているがどう考えるか③行政、専門機関、地域の関係者で支援会議などができないか。

【回答】①「高知市型共生社会」の実現には、行政と地域の連携、地域の多様な主体がつながることが重要と考えているので、個別支援の充実とともに地域課題の解決に取り組んでいく。  
②③地域の皆様との情報共有は重要と考えているが、高知市個人情報保護条例では本人同意が原則とされている。慎重な対応を要するので、個々の事例ごとに検討していく。

### 2 いきいき百歳体操のポイント交換

要介護認定（要支援）を受けている人をマイレージサービスのポイント交換から排除している現状を改めるよう意見してきたがその後どうなっているか。

【回答】令和4年度から、従来の介護保険料を財源とする制度から地域共生社会推進に向けた事業としての運用が可能となったため、ポイント還元対象の制限を撤廃できるようになった。

### 3 避難所の指定と県単工事の導入

①イエロー、レッドゾーン地域内は避難所に指定しないとしてきているが、久重地域内公民館をすべて避難所として指定できないか。②緑ヶ丘団地公民館はレッドゾーン内にあるが、県単事業として防災工事を実施する制度があるが、導入できないか。

【回答】①久礼野公民館と重倉公民館はゾーンの外にあるので、「緊急避難場所」と「避難所」に指定。入定公民館（イエローゾーン）と緑ヶ丘団地公民館（レッドゾーン）は避難所としての指定が可能。  
②緑ヶ丘団地公民館のレッドゾーン解消に向けた工事については県と協議する。



右側に岡崎市長はじめ市の部課長。左側に中山間代表。



岡崎高知市長

# 久重地域の意見・要望を市政に！

## — 第8回市長との意見交換会開催される



### 4 通学路の改善

①通学路のグリーンベルト化を含む区画線の進捗状況について伺う。  
②県道久礼野公民館付近及び小坂峠五叉路の横断歩道改修についての現状は？

【回答】①一宮1号線の区画線は秋頃に残りの区間を施工する。グリーンベルトの設置は学校正門を中心に500mの範囲が設置可能となるので一宮2号線のみが該当する。一宮2号線の学校から西は通学路安全プログラムに位置づけされていないので、まず教委に要望してもらいたい。  
②横断歩道の改修は、年内に実施すると高知東署に確認している。

### 5 重倉川に架かる老朽橋の架け替え

改修方針案を作成して地元と話し合うことになっていたが、工事施工の見直しなどその後の状況？

【回答】今年度すでに実施設計委託業務を発注。11月頃に土台部分の工事を発注。桁部分の工事はR5年度に発注する予定。

### 6 県道改良工事完成後の修景施設の設置

①その後県からの情報提供はあったか、②騒音やゴミ対策などで不安の声が上がっており、環境面での検討・配慮も抜かれないよう要望する。

【回答】その後県からの情報提供はない。環境面の配慮については引き続き県に働きかけていく。

### 7 一宮2号線の早期完成

予算の増額による早期完成を要望。今年度事業の予算、工事時期、工事内容を問う。

【回答】本年度は予算額500万円で、昨年度整備済み箇所から東の約15m区間について、路側擁壁、側溝、アスファルト舗装を施工する予定。  
電柱移設が必要なので、工事は10月頃着工予定。

### 8 国土調査の実施

津波災害が想定される海岸線沿いの地域から優先的に実施されているが、中山間地域も土砂災害の危険性があり、両地域並行して実施できないか。

【回答】①現在は南海トラフ地震からの復旧復興に資するため、長期津波浸水想定区域を優先的にやっている。  
②中山間地域については高齢化による農地や山林の境界が困難になりつつある状況も踏まえ、第7次十カ年計画（R2年度～）のなかに調査実施を盛り込んでいる。

### 9 専用水道施設の移管

緑ヶ丘団地専用水道施設を市（上下水道局）に移管し、運営について直営が難しければ共同運営もしくは緑ヶ丘団地専用水道管理組合への委託という方式はとれないか検討を要望。

【回答】〇施設を移管するためには、緑ヶ丘団地は給水区域外なので事業認可の変更手続きを経て本市の給水区域を拡張する必要がある。  
〇給水区域を拡張とした場合、重倉・久礼野地域全体で検討する必要がある。安定的な水源確保と新たに負担することとなる維持管理費用が大きな課題。  
〇本市の水道事業は人口減少などで給水収益が減少、その一方で水道管の布設替えや設備更新等にかかる経費が増加する見込み。  
〇料金収入を原資として独立採算制に基づき事業運営を行っている上下水道局として、多額の経費負担を伴う給水区域の拡張は困難。

### 10 一宮2号線通学路の補修

久礼野公民館から久重小までの間は路面の劣化が進み、危険なうね水たまりなど通学する児童が困惑する状況にあり、早急な補修を望む。

【回答】路面に穴が開くなど緊急性の高い箇所は早急に補修を行う。

久重地域の支援漏れについても意見  
高知市は物価高騰から市民生活を支援するために、国の交付金を活用し、水道料金を基本料金の4か月分の80%を減免することを6月市議会でも決めた。上下水道局へ水道料金を払っていない私たちを対象にない私たちが対象にならないので、支援漏れにならないように支援を。市からは、交付金の活用期間の関係で急ぐ必要がある、事務処理が比較的容易な水道料金の減免という方法をとった。給水区域内でも6%の範囲で支援可能な限り範囲で支援したことに興味を持ってほしいとコメントがありました。

### 11 スクールバス（タクシーを含む）の運行

①スクールバスを運行している学校の児童やデマンドを利用して児童とどちらも利用できない久重小児童のバランスに問題はないのか、②一定数以上の校区外通学児童を受け入れている学校にはスクールバスを運行するよう規則の改正はできないか、③市街地のバス停から久重小まで児童を運ぶデマンドタクシーの運行はできないか、④校外学習などに土佐山学舎のスクールバスを利用できないか。

【回答】①特認校入学の条件は「徒歩または公共交通機関による自力通学、保護者の送迎」となっており自力で校区外から通学している児童との不公平感が生じる。  
②スクールバスの運行は、定期券補助と比較して多額の費用が発生するため規則の改正は考えていない。  
③行川地区ではバス路線の全廃止に伴い児童・生徒もデマンドタクシーを利用している。久重地域では平日・土曜日のバス運行が継続されるため、通学への影響は少ないと思われる。遠距離通学補助制度の補助を受けている児童・生徒は日・祝日のデマンド利用の運賃は無料にする。  
④「学校間の交流事業」等での利用は双方の学校で協議すれば現在も可能。



## 10月から変わる久重地域の交通

10月から久重地域の公共交通は、日・祝日のみバスが運休、変わってデマンドタクシーが中秦泉寺バス停・イオン方面へ延伸して運行されることとなります。デマンドタクシーの利用方法は現在運行されている小坂峠便や土佐山便と基本的に変更はありませんが、運賃や便数などで変更があるため、改めてデマンドタクシー（久重かわせみ号）の利用者向けリーフレットを高知市に作ってもらいましたので、改正バスダイヤとともに全戸配布します。

ここでは主な変更点について説明をしますが、利用方法など詳しくはリーフレットを、また質問等は、リーフレットの「お問い合わせ先」へお願いします。

### <10月から運行するデマンドタクシー>

- ◆土佐山便 診療所へ行くときに利用があると思われます。自宅付近～診療所まで無料。乗車時間も利用しやすいように10月から変更しますのでリーフレットをご覧ください。
- ◆小坂峠便 現在も利用が少ないが変更なし。
- ◆中秦泉寺便 日・祝日のみ運行。市街へ行く場合に利用。中秦泉寺バス停で下車し、棧橋通5丁目行きの方に乗り継ぐかイオン横（前里）で下車しイオンで買い物をするか、イオンを経由する路線バスに乗り継いで次の目的地へ。
- ◆運賃 中秦泉寺・前里便は大人600円、小学生300円。遠距離通学費補助金利用者は無料。
- ◆便数・時刻 中秦泉寺便は行き、帰りとも6便。時刻表はリーフレットに記載。
- ◆利用方法 リーフレットをご覧ください。
- ◆乗継便 中秦泉寺バス停からの乗継便は6便とも「みづき坂～棧橋通5丁目線」になります。経路はみづき→イオン→中秦泉寺→帯屋町→堺町→南はりまや橋→梅ヶ辻→筆山町（土佐高校は下車）→高見→棧橋通5丁目。