



うどん打ち
部隊

押さば押せ、引かば
押せはすもうの極意。
やれ押せ、それ押せ、
伸ばせや伸びろ。伸び
た先には我喰わん！



天ぷら
部隊



デザート
部隊



大根餅
部隊



ベジチェック体験中

◀ 調理後、管理栄養士
さんにベジチェック
(推定野菜摂取量測定)
してもらい、父さんた
ちは数値に一喜一憂
していました



苦勞した分、うまかんべ。うどんに天ぷらに舌鼓。
うんまく焼けた大根餅は初体験。
苦勞のデザートは大好評！
みんなで食べるとホントに「うんめーなあ！」

浜益の父さんたちの愉快なひととき！

浜益「男塾」

×

料理に挑戦！

固まらないゼリーを尻目に慣れない手つきでホイップクリームを泡立て、硬いカボチャを切り分け天ぷらを揚げる作業に、眉間と額にしが寄る父さん。大根餅の焼き具合に「俺の焼きあんばい見ろー」と得意げです。主役はうどん打ち！91歳のベテランを筆頭に生地をこね、足で踏む。伸びぬ生地を相手にオヤジたちが力こぶと玉の汗の力技で見事完成です。「ああしろ、こっしろ」とにぎやかに、チームプレーは100点満点！笑顔はち切れんばかりの料理教室となりました。

午後はモルック大会でまた大盛り上がり。浜益のコミュニティの豊かさを実感した一日でした。

浜益区集落支援員かわむらです！今回は浜益「男塾」の料理教室をご紹介します。

浜益「男塾」は「父さんの台所」として浜益村時代にスタート。スポーツレクなどを経て今の名称になったというお話です。コロナ禍以降の集いの場の縮小、特に男性陣が集う機会が貴重な中、浜益の父さん方の笑顔とチームワークの良さに元気をもらおう私です。本年度は「エスコン野球観戦ツアー」も行われ、逆転勝利の瞬間の歓声が今も耳に残っています。

今回はうどん・天ぷら・大根餅・トマトジュースゼリーに挑戦！4チームに分かれ、20人の父さんたちが奮闘（格闘？）しました。



浜益区集落支援員
川村佳広さん

プロフィール ■ 元浜益中学校長。当時名実ともに陸の孤島、旧浜益村千代志別で人生スタート。浜益に魅了され令和4年から浜益区集落支援員として単身赴任中。地域課題収集のため、地域の方々や文化団体、学校との交流を図っています。

広告