

冬の石見を満喫する旅

～温泉・グラセピソク・観光～

家族で楽しむ鍋シビ

～簡単だけどちょっと変わった～

Vol.158
2020年冬号



A LETTER+


KAZENOKUNI
Onsen Resort

最新情報は公式HP・Facebook・Instagramをチェック!

広島ICから車で約60分



冬の石見を満喫する旅

冬でも楽しめる場所が鳥根県石見地方にはたくさんあります。今回は冬の石見を満喫できるスポットを紹介。

～自然を満喫、風の国編～

幻想的な雰囲気 楽しむグランピング

広島市内から車で約60分の距離にある風の国。夏は緑に覆われるこの場所も、冬には一面雪景色となる。風の国の楽しみ方といえば、球体テントに宿泊するグランピング。冬でも利用可能となっており、雪景色の中に浮かぶ球体テントは幻想的な雰囲気を醸し出している。



寒い冬は温泉で ゆっくりリラックス

風の国内にある温泉は、アルカリ性単純温泉ならではのさらっとした柔らかいお湯で、お肌がツルツルすると評判の『美肌の湯』。雪が降った日には、大きな窓から雪景色を眺めながら温泉を楽しむ。



食事メニューが 冬仕様に!

グランピングの楽しみのも一つでもある、食事。そんな食事冬バージョンにリニューアル。11月末～登場するのは、地元のまる姫ポークと地元野菜のしゃぶしゃぶ「KAZENOKUNI鍋」。地元の素材が味わえる逸品だ。

往 鳥根県江津市桜江町長谷2696 ☎0855-92-0001

堂 レストラン 11:00～14:30 (LO14:00)、17:00～21:00 (LO20:00)

日帰り入浴 11:00～21:00 (受付終了20:00)

休 木曜 (GW・夏休み・年末年始を除く) ※1月中旬より改装に伴い営業日が変わります。営業の詳細はHP、SNSをご確認ください。

料 グランピングサイト:1泊2食付17,000円～(税別・2名1室利用時) ※1基につき定員2名

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため営業日・時間を短縮している日がありますので、詳細はHPやSNSを確認してください



家

族

で 楽

む し

鍋

レ

ッ ピ



寒い冬によく食卓に上がる鍋料理。最近ではさまざまな種類の鍋が登場しています。

そこで今回のA LETRA+では、ちょっと変わった鍋を紹介します。

餃子の皮を使った!

うま味が溶けたスープも絶品

白菜と豚肉の もちり鍋

材料(2人分)

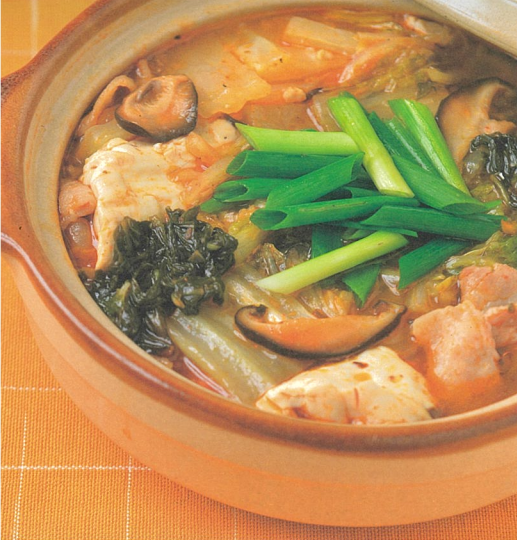
餃子の皮…1袋	ショウガ…1/2片
白菜…1/4株	ボン酢…適量
豚バラ肉(薄切り)…120g	

水…600cc	しょうゆ…大さじ1
塩…少々	和風だしの素…大さじ1

作り方

- ① 白菜は1枚ずつ剥がして、白菜・豚バラ肉・餃子の皮の順に5段ほど重ね、5cm幅に切り、鍋のふちから順に敷き詰める。
- ② ①に千切りにしたショウガ、Aを入れ、具材に火が通るまでふたをして中火～強火で15分くらい煮込む。
- ③ ボン酢を添える。





広島菜漬を使った!

あうちて韓国気分

スンドゥブチゲ

材料(2人分)

広島菜漬(キムチ味)…100g	シイタケ…20g
絹ごし豆腐…200g	青ネギ…20g
豚肉…80g	ごま油…少々
白菜…60g	水…250cc

ごま油…大さじ1 鶏がらスープの素…大さじ1
白ネギ…適量 しょうゆ…少々
砂糖…小さじ1 酒…小さじ1
おろしニンニク…小さじ1/2

作り方

- ① 広島菜漬、豚肉、白菜は一口大に、シイタケはそぎ切り、青ネギは斜めに切る。
- ② Aを合わせる。
- ③ 豆腐の水を切り、手で粗くほぐす。
- ④ 鍋にごま油を入れて豚肉をいため、水、具、Aを加えて加熱する。
- ⑤ 最後に青ネギを加える。

タコを使った!

地味なおでん鍋に
ド迫力の一足!

たこおでん

材料(2人分)

タコ…200g	コンニャク…1/3枚
オクラ…2本	ゆで卵…2個
ミニトマト…6個	結び昆布…4切れ
ちくわ…1本	だし汁…3カップ
ゴボウ天…2本	カラシ…適量

酒…大さじ2 塩…少々
みりん…大さじ2 砂糖…小さじ1
しょうゆ…大さじ2

作り方

- ① タコ、ミニトマト、オクラは竹串に刺す。太い場合は、細長く切る。
- ② ちくわは半分に切り、コンニャクは隠し包丁を入れて三角に切る。
- ③ Aと材料を鍋に入れ、だし汁を足しながら煮る。
- ④ カラシを添える。



気軽にできる とっておきレシピ

簡単におうちでできる
レシピをご紹介します。
お弁当にも
ピッタリな一品!

牛肉のチーズフライ



材料(2人分)

広島菜漬…2枚	卵…1/2個	揚げ油…適量
牛ロース薄切り…4枚	小麦粉…適量	塩…少々
とろけるチーズ…80g	パン粉…適量	こしょう…少々

作り方

- ① 牛肉に塩、こしょうをふる。
- ② ①に広島菜漬とチーズをのせてくると巻く。
- ③ 小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける。
- ④ 180℃の油で表面がキツネ色になるまで揚げる。

連載



引っ越しの大準備

来たる引っ越しの時期に向けて今から準備を始めませんか？ 直前になって準備を始めると、バタバタしてしまい、何をどこに入れたっけ……なんてことが。そんなことが起こらないようしっかり下準備をしましょう。

みくろママ(上山広美) *Mikuro Mama*

整理収納・生活環境コンサルタント・心・家・アリス。
東証15年連続の30年に東証6人・夫婦・子供4人であったり
りな整理収納家・東証15年連続の30年に東証6人・夫婦・子供4人であったり
プランニングや、個人宅から企業までの整理収納代行や
ポット、引越しアドバイザー、様々な会社や企業などで収
納セミナーを開催。



段ボール箱への詰め方

Cardboard Packing

point

段ボール箱に詰めるまでにすること

- 引っ越し後のデッドスペースを作らないよう、新居をするずみで計画
- その計画を基に生活動線を考えながら、じっくりと家具配置を決める
- そして家具の各引き出しに何を入れるかをしっかりと決める

緊急度でテープの色分けを

段ボール箱のふたをテープで止めるときは、緊急度に合わせて色を変えることをおすすめします。引越当日に使うものには赤色、三日以内に使うものには白色。その他は茶色。と使い分けると開ける順番に困りません。それに引っ越し屋さんに「赤は取りやすい場所に置いてください」とお願いすればすぐに必要な段ボール箱が山の一番下にある！ というようなことは起きません。



段ボール箱への入れ方

新居のモノの指定席が決まったところで、ようやく段ボール箱の登場。段ボールへの入れ方ですが引き出しの1段目、引き出しの2段目のように場所ごとにまとめて入れるのがおすすめです。一つの段ボール箱に複数の引き出し分をまとめて入れる場合は、紙袋や新聞紙などで仕切りを作ると引き出しに戻す時に迷いません。

段ボールには詳しく具体的に

箱の中身については、例えば「テレビボード・右側の引き出し1段目(DVD)」のように具体的に書いておく、箱を開けずとも一目で何が入っているかわかります。考えながらの荷造りはひと手間かも知れませんが、引っ越し後が格段に楽になります。

最後に

引っ越しはチャンス！ 家のモノ全てと向き合う機会って引っ越し以外にはないと思います。ひとつひとつのモノと向き合って、不要モノは新居に持っていないように心がけましょう。

今こそ防災! いざに備えよう

災害は、いつ起きるか分からない。何が起きるか分からない。そう、だから“今”こそ、防災グッズの見直しをしましょう。

POINT 01 いざ、という時のために 毎日でも持ち歩ける 一日分の防災ポーチを作ろう!

昨今増加してきたさまざまな災害ですが、災害に備える、という点で身構えてしましますよね。災害に備えて身構えるということももちろん大切ですが、まずは日常の中で楽しみながら準備することを心がけてみましょう。最初は一日分から。例えば友達の家に一日お泊りに行くような感覚で、準備を始めましょう!

POINT 02 あくまで生活の一部として、 無理せずに楽しみながら、 しっかりと備えることが大事!

例えば、家族構成や、年齢、性別、季節によっても準備するものは変わります。避難することをイメージして、必要なものを集めておくといでしょう。また、準備しているものを定期的に見直すことも大切になります。気が付いたら保存食の賞味期限が切れた! なんてことにならないように、季節の変わり目や、衣替えの時期などに定期的に中身を確認しましょう。

知っておくと便利なサイト

広島県防災Web



広島市防災ポータル



広島県「みんなで減災」
はじめての一步



話を
聞いたのは
この人!



横山 ゆかり

広島県出身。広島県自主防災アドバイザーの資格を持つ。現在二児の母。2014年8月に広島で発生した土砂災害の被害に遭った経験を元に、防災に関するボランティアや講演活動を積極的にやっている。

カバンにIN!



1日防災ポーチ

~カバンの中身はこんな感じ!~

- マスク ●カイロ ●充電器 ●消毒コットン
- ウエットシート ●絆創膏 ●折り畳みコップ
- ビニール袋 ●着替え(下着)
- ポリ袋(大) ●てぬぐい ●三角巾
- うがい薬 ●アルコールスプレー ●くし
- ハンドクリーム ●ふりかけ ●簡易トイレ

~あると便利! な日用品~

- ★生理用品…傷の手当てにも○
- ★ラップ…物の固定、ギブス、腹巻にも○
- ★ポリ袋(大)…袋・ゴミ袋としても、カッパにも○
- ★手ぬぐい…折ってバッグにしたり、持ち物に結んで目印にもできる○

Q.防災バッグの保管場所は?

A.玄関や靴箱の隙間に

Q.被災地の支援手段として最も有効なのは?

A.募金! 流動性があり、活用しやすい

Q.災害時の情報収集で活用しやすいものは?

A.やっぱりTwitterが一番早い!

