

### もとみや特産品に 贈ける人たち

～しいたけ(菌床)～



渡辺紀幸さん  
美智子さん ご夫妻  
(白岩字竹ノ作)

菌床栽培を営んでいる、渡辺紀幸さんは、8年ほど前から栽培を始め、現在は妻の美智子さんとともに取り組んでいます。菌床栽培は、広葉樹のおがくずにフスマや米ぬかなど栄養源を混ぜて固め、水蒸気で常圧殺菌した約3キロのブロックに菌を繁殖させて収穫します。

昔から不老長寿の霊薬として珍重されてきた、しいたけ。福島県の生産量は、全国でも上位にあります。しいたけの栽培方法は、丸太に直接菌を植え付ける原木栽培と、ブロック状にしたおがくずを使う、菌床栽培があります。

昔から不老長寿の霊薬として珍重されてきた、しいたけ。福島県の生産量は、全国でも上位にあります。しいたけの栽培方法は、丸太に直接菌を植え付ける原木栽培と、ブロック状にしたおがくずを使う、菌床栽培があります。



ブロックをたいたい刺激を与え、しいたけを生えさせます。また、台風で気圧が下がると、一斉に生えてしまうそうです。

「まだまだ、勉強中です。今後は規模を大きくして、出荷量も増やしたい」と、今後の抱負を語ってくれたお二人です。

「乾燥すぎると菌が弱るので、湿度と温度管理には気を配っています」と語ります。自然栽培を行っている渡辺さんは、「特に夏場の温度管理は大変です。高温障害にならないように育てるのが難しい」とのこと。一年中、湿度と温度の管理に注意を払って栽培されている、苦労がうかがえます。また、菌床栽培のしいたけは、ビタミンDが豊富で、クセが少なく食べやすいのが特徴。「においもきつくなくて食べやすいと好評です」とほほ笑む美智子さん。

### ビタミンDが豊富で クセのない食べやすさ

# みんなのひろば

本宮市の皆さんを紹介するページ

今日の人  
高橋久美さん  
KUMI TAKAHASHI  
(本宮字葎ケ入)



### 私の随想録

### 「私の自慢」

今年成人式を迎える。若い目標をもったしっかり者である。介護福祉士か保育士になりたいという目標がある。なんと、毎日仙台の専門学校に通学している。しかも東北本線を使ってである。朝は始発の電車、帰りは21時ごろになる。自由時間は電車の2時間。貴重な睡眠時間!?でもあるが、携帯小説を見るのも楽しみと話す。将来は、地元で福祉の仕事に携わりたいと考えている、頑張り屋である。

私には、自慢できる大切な友達がいる。人は出会ってから初めて話し、いろいろなことと一緒に経験し、時間を共有していくうちに、どんなお互いを知り、友情が深まっていくのだと思います。私の友達は、男女関係なく仲良しで、みんな良い人ばかりです。つらいことがあったり、悩んでいると声をかけてくれ、話を聞いてくれたり、背中を押してくれたたりします。だから、逆の立場になったときには、少しでも解決につながるように自分ができる限りの事をしたいです。

私は、友達と関わっていく中でさまざまな事を学び経験し、成長できたと思います。今、あらためてみんなに支えられているんだなと思えました。いつもありがとう。これから先もずっと大切にしていきたい仲間です。  
◆ ◆ ◆  
来月は、渡辺光子さん(白岩字桑内)の予定です。

学校を卒業した今でも変わらず、大きな連休があるときなどには、大人数が集まったり、少人数でも会うなどしています。私は今、仙台の専門学校に通っています。そこでも、すてきな友達がたくさんできました。福島だけでなく、他県にも自慢できる友達ができて、幸せだなあと感じています。時にはけんかをして悩んだりするけれど、けんかをするのは仲が良い証拠だと思ったり、自分の思いを言い合うのは大切だと思っています。その時はつらいし、なるべくはけんかしたくないけど、仲直りした後は、もっと仲が深まった気がします。

学校を卒業した今でも変わらず、大きな連休があるときなどには、大人数が集まったり、少人数でも会うなどしています。私は今、仙台の専門学校に通っています。そこでも、すてきな友達がたくさんできました。福島だけでなく、他県にも自慢できる友達ができて、幸せだなあと感じています。時にはけんかをして悩んだりするけれど、けんかをするのは仲が良い証拠だと思ったり、自分の思いを言い合うのは大切だと思っています。その時はつらいし、なるべくはけんかしたくないけど、仲直りした後は、もっと仲が深まった気がします。

## こどもひろば

### 【岩根放課後児童クラブ】

入所者数：21人  
住所：本宮市岩根字下年神12  
電話：39-2585



本宮市の本宮地区には、4つの小学校にそれぞれの放課後児童クラブがあります。今回は、その中の一つ、岩根放課後児童クラブを紹介いたします。

### 放課後を 充実した時間に!

今年の7月、岩根小学校裏の教員住宅だった場所から、利用する児童の増加等により、岩根公民館の会議室へ移転しました。現在は21人の児童が登録し、利用しています。学校が終わると「ただいま」と元気に帰ってきて、宿題・お絵かき・縄跳びなど各自好きなことをして過ごします。1年生から3年生と学年の違う子ども同士では仲良く遊べることもあれば、たまにはけんかも。その中で友達を思いやること、許しあう気持ちを育てていければいいと思っています。



児童クラブでは学年が違う子どもたちが仲良く過ごします



児童クラブで静かに勉強に励む子どもたち

## FM Mot.Com 秘情報

### あの声は、私です...



《パーソナリティ紹介》  
◆ラジオネーム  
「mie & juri」の juri  
◆本名：××樹梨さん  
◆出身：郡山市  
◆趣味：フラメンコ、映画鑑賞  
◆担当番組：「MOT. JAM」  
(毎週火曜日午後9時)  
◆リスナーに一言：私たちの番組は、2ウェイコンタクト(双方向性)番組。リスナーの皆さんと番組づくりをしています。リクエスト、メールをじゃんじゃんお寄せください。楽しい話題もお願いしますね。

また、番組では自称恋愛マスター!?の私とmieが、恋の悩み事相談も受け付けてます。恋に悩んでいるあなた、気軽に相談してね♡