

# ふくしま

## モノ作り百科

かれんな花々の絵が彩る  
伝統のろうそくを次代へ



2月に開催される  
「会津絵ろうそくまつり」

では、市内のろうそく店が作った約1万本のろうそくが会津若松市内を彩ります。

「お客さまの喜ぶ顔が何よりの原動力」と話す小澤成子さん



團小澤ろうそく店  
☎0242-27-0652  
会津若松市西栄町6-27

※巻の中の白い部位

## 会津絵ろうそく [会津若松市]

会津では室町時代から、ろうそくが作られてきました。安土桃山時代に城主・蒲生氏郷が近江より職人を招いたことで品質が高まり、やがて美しい花の絵が描かれるようになります。贈答品として全国に名をせました。その伝統の絵ろうそくを昔ながらの製法で作っている小澤ろうそく店を訪ねました。「ろうそくは、いぐさの髓すいを巻いた和紙の芯に、溶かしたろうを何度もくぐらせて作ります。その後、絵を描き、さらにろうを上掛けして完成です」と職人の小澤成子さんは実演を交え教えてくださいました。「伝統工芸を知ってもらえるよう努力することは私たち世代の責任。今後は意欲のある若者に積極的に技術を伝え、この伝統を守りたい」と決意をにじませていました。



小澤ろうそく店の詳細はこちら

## 丸ごとかぶご飯

かぶの魅力が丸ごと詰まった食卓を彩る栄養たっぷりご飯。

### 材料 [4人分]

- かぶ…2個
- しょう油…大さじ1
- 米…2合
- 和風だし…小さじ1
- 酒…大さじ1
- バター…10g

### 作り方

- ①米をとぎ、30分水に浸す。
- ②かぶの葉は色鮮やかになるまでゆで、食べやすい大きさに切っておく。
- ③①をざるに上げて水を切り、炊飯器に入れる。酒、しょう油、和風だしを入れ、2合の線まで水を加えて軽く混ぜる。
- ④皮をむいて一口サイズに切ったかぶ(白い部分)を加え、炊飯する。
- ⑤炊き上がったらバターと②を入れて全体を軽く混ぜ、盛り付ける。



約280kcal (1膳分) 調理時間 / 約90分

クックパッド福島県公式キッチン  
「はら食っち〜な ふくしま」で  
レシピ公開中



学生が  
考案!

## 旬彩 ヘルシー! クッキング

### かぶ

[主な収穫時期 / 2月~6月]

旬を迎え、甘みが増してきたかぶには、美肌効果があるビタミンCや、むくみを解消するカリウム成分、さらには、食後の血糖値の上昇を緩やかにする食物繊維が豊富に含まれています。

福島学院大学短期大学部食物栄養学科学学生が考案したレシピを紹介します。



2024年  
2月号



読者から  
のお便り

ちりめん(常磐もの)はとてもおいしいです。皆さんにもぜひ食べてほしいです。(60代 広野町)