

●木風呂職人●

残念ながら、土浦市の木風呂職人は坂本さん一人になってしまった。「受け継いできた技術をなんとか後世に残していきたい。今は、金属やプラスチックが普及し便利な生活になりましたが、もっと木を身近に感じてもらいたいですね。木の香りやぬくもりには代えがたい奥深さがありますから」と伝統技術の本質はそのままに、次の時代に役立つものは何かを考え続けている坂本さん。ひたすら木を愛し、職人という仕事に誇りと責任をもって生きる姿がとても印象的だった。

「木のお風呂に入ってみりゃ、それは気持ちがいいもんですよ」と話すのは5代目木風呂職人の坂本さん。「今は、あまり見られなくなっちゃったけれど、昔の風呂は木製が一般的でした。風呂のほかにもおけやたらいなど、日本人は、木とともに生活してきたんです」と懐かしそうに話す。不思議な形の道具を見せながら、「道具はおもしろい形をしたものばかりでしょう。でも風呂職人の本当の道具は、『経験と手の感触』。水漏れがないように板を張り合わせ、しっかりとたがで巻いていくこの作業が浴槽の命になります」と語る。坂本さんの職人技ともいえる作品が市立博物館に展示されている。それは、明治38年に日露戦争の凱旋式で使われた花火の大筒。朽ちかけていたたがを一寸の狂いもなくきれいに巻き直した。「こんな大きなものは初めてで、仲間とあれこれ悩みました。最後はクレーンで吊り上げ、足場を組んでたがを巻いていきました。筒の太さが少しずつ違うので、合わせるのは手の感覚次第。びったりはまったときは感無量でした」と当時のことを振り返る。



「木の香りやぬくもりを
身近に感じてほしい」

坂本 武志さん
(小松一丁目)

食生活改善推進員の
健康料理

材料・分量(2人分)

鶏むね肉	160g
「粒マスタード	大さじ2
A はちみつ	大さじ1
しょうゆ	小さじ1
塩麴	小さじ1/2
レモン	3～4枚
トマト	1/2個
オクラ	4本
レタス	少々
ジャガイモ	2個



作り方

- ①鶏むね肉を1.5～2.0cmくらいの厚さにそぎ切りして、塩麴をまぶし20分位置く。
- ②ジャガイモは茹でて、粉ふき芋にする。オクラを茹でる。トマト、レタスは食べやすい大きさに切っておく。
- ③①をグリルで、8～10分少し焦げ目が付くぐらい焼く。焼き上がったら熱いうちに薄い半月切にしたレモンを上のにせる。
- ④Aを混ぜ合わせておく。
- ⑤②と③を器に盛り、④を添える。

1人分の栄養素

エネルギー	238kcal
たんぱく質	21.3g
脂 質	3.5g
カルシウム	50mg
食物繊維	3.0g
塩 分	1.3g

食生活改善推進員



柿谷涼子さん 八文字由利子さん

No.88 鶏むね肉の塩麴焼き

夏真っ盛り。太陽の光をたっぷり浴びた、いろいろな夏野菜がおいしい季節となりました。今回は、そんな夏野菜を添えた「鶏むね肉の塩麴焼き」を紹介します。

グリルで焼くため、余分な油を使用せずに調理することができます。そして今話題となっている塩麴は、塩と麴のチカラでたんぱく質をアミノ酸に代える過程で、素材の旨味を引き出し、肉をやわらかくします。

オクラのネバネバの正体は、ペクチンという水溶性食物繊維などからできています。ペクチンには整腸作用があり、便秘解消の働きがあると言われています。

塩麴で引きだした食材の旨味に酸味のあるレモンを涼しげに添えて、夏の暑さを吹き飛ばしましょう。