

道の駅よって西土佐9周年イベント開催します！

いつも道の駅よって西土佐をご愛顧いただきまして、ありがとうございます。令和7年4月10日に、開業9周年を迎えます。ご来店いただきました皆様、毎日多くの出品をしていただいている皆様のおかげと、スタッフ一同深く感謝しております。これからも皆様に喜んでいただける道の駅よって西土佐にしていきたいと思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願い致します。

4/13 [日]

9:30-15:00

[会場] 道の駅よって西土佐

- 四万十川流域のおいしい出店
- 道の駅つらた 鶴の里あるじゃ 出店(青森県)
- 先着100名 出店で使えるクーポンプレゼント！！
- 豪華景品を勝ち取れ！
四万十市市制20周年特別企画 四万十クイズ大会！
- 西土佐穂太鼓 演奏
- 幡多舞人 よさこい演奏
- みんなで踊ろう！西土佐音頭、手ぬぐい音頭
- ストローベイルSANKANYA特製
9周年パースデーケーキふるまい
- もちまき 四万十川天然鮎も空に舞う！！

ご注意

当日は駐車場が混みあうことが予想されます。係員の指示に従っての駐車のご協力をお願いいたします。

出店やイベントの詳細は、道の駅よって西土佐HP、SNSなどで随時情報を公開いたします。(イベント内容は2月末時点のものであり変更となる場合があります。)



駅長 林 大介



9周年だよ！

よって

おきやく！

日本一の
笑顔が
お待ち
しています！

にしとせに
春が来た！
ご家族そろって
たのしい一日
ぜひお越し
ください！

詳しい情報
発信して
いきます！



はな

80

よって
西土佐
タイムス



2025年3月号

3月から11月末まで、水々しい市場、西土佐食堂、ストローベイルSANKANYAは、毎日営業！鮎市場は、3月は火曜定休です。

生産者さんに
よって
みた！

98

川村 泉さん

かわむら いずみ
【西土佐
長生地地区】



62



今回は、日替わり弁当・三色ごはんや手芸品(アクリル たわし)を出荷して下さっている川村泉さんにお話しを伺いました。道の駅がオープンする前の西土佐ふるさと市の頃からお弁当を出荷して下さっているのので24年ほどになります。

お弁当のおかずは買い物しながら決めるそうです。たまご料理は必ず一品入れて、肉・魚・野菜のバランスを考えながら、さらに季節の野菜を使ったおかずも入れるように心掛けています。子供の頃から料理や編み物が好きで、高校3年間のお弁当は自分で作ったり、小学生の頃から帽子やセーターなどを編んでいたそうです。「編み物は肩が凝るけど、好きやけんできるがやろうね」とおっしゃっていました。

水々しい市場には、かぎ針で編んだ季節の果物や野菜のアクリルたわしが並んでいます。ぜひ一度、川村さんのお弁当を食べてみてください。また、可愛いアクリルたわしも手に取ってみてくださいね。

川村さんは、JR江崎駅構内にあるふるさと案内所で観光案内のお仕事をしています。営業時間は8時30分～18時(水曜日定休日)。但し、GWと夏休み期間は無休です。

西土佐の地食

46 中協裕美

春になりました。啓蟄、虫たちも土の中から顔を出す頃になりました。これからどんどんどんどん木の芽もめぶきたくさんの山茶が探れはじめるのもこの頃からです。

鬼は外のトゲトゲの木の「タラの芽」も、もう道の駅に出ていますけど、「ふきのとう」「竹の子」もそろそろかな。「つくし」も。最近の春の野菜の仲間入りしたのは「はるつぼみ」。あたり前の様に棚に並ぶけれど新しい味。姿が何だか可愛らしい。少しピリリとからいけれど、お漬物にするとうまごたえと、さわやかな味が後をひく。

まずは春を食べてみよう。

揚げるのが手っ取り早いけれど、最近では余り揚げ物をしないのが風潮。では、ゆでてみよう。後はおしょう油でも、マヨネーズでも、ポン酢でも。寒さとともに、段々と暖かさがやって来て、春が来ます。

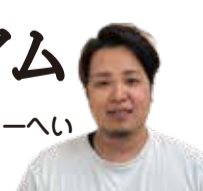


はるつぼみ

ゆみさん

西土佐の食材に合う世界のワイン販売中！

◎今月オススメのワイン
ヴァイン イン フレイム シャルドネ
【ルーマニア】



しゅへい

魚や鶏のクリーム料理に!!

今回はスモーク料理に合う、ヴァイン イン フレイム シャルドネの紹介です。ルーマニアで作られているこの白ワインは、トロピカルフルーツの様な香りと樽の風味のあるワインです。樽の感じとスモークの組み合わせがよく合い、心地よい酸味が口をさっぱりとしてくれます。是非試してみてください。



2,310円

駅長・林 大介の
本日快晴

寒さのピークも過ぎ去り、暖かくなる日が待ち遠しい気持ちです。今年の2月の寒さは全国的に酷い災害をもたらした、道の駅としても大変な月でした。

さて、B.B.Q.の事ですが、今月は本場アメリカカテキサスで開催されるステーキコンテストに、全国の猛者を押し除け、日本代表として3年連続で出場する我が道の駅のスタッフがいます。昨年はアジアの選手として初めて予選を突破し本戦に上がり、他の出場選手や応援してもらった方々に、希望と夢を与えたのではないかと思っています。今年も頑張ってもらいたいです。本人もプレッシャーがあるみたいです。春らしく、花咲く知らせを待っています。頑張れ、頑張れ。彼には今後においても西土佐の食材を使って、このでしか出来ないB.B.Q.をしてもらい、地域が盛り上がる事を願います。

生産者の皆さんも出荷も大変だとは思いますが、今月もスタッフ一同頑張っていますので、どうぞよろしくお願い致します。

9周年



駅長



鮎市場 ダヨリー



みっちゃん

鮎市場では、年に3回のペースで『鮎市場ダヨリー』というお便りを発行しています。編集長はマルちゃん。5年前まで、地域おこし協力隊として鮎市場で大活躍してくれていた一員です。マルのおかげで鮎市場の平均年齢が一気に若返ってたな。当時のマルは、主に商品開発や情報発信に力を入れてくれました。

特に情報発信は鮎市場の苦手な分野だったので、若いマルにおんが抱った状態。地域にせよ、足を運び、川に入り、漁場を知り、地域の方や漁師さんたちのつなかりを、へりあひりごまします。なかなか、そのよすぎタイムスもそうですが、書き手の思いの土音には、西土佐を知って楽しんでほしいな、って思っています。マルの決心も頂き、復活もやっただってマル以外そんなと出来なごよ...



そしてその時誕生したのが『鮎市場ダヨリー』。マルの転職をきっかけに途絶えていた便りですが、あの鮎市場便りはお出さなかっただけで、マルの決心も頂き、復活もやっただってマル以外そんなと出来なごよ... 今回の「鮎市場ダヨリー」は4月発行予定です。お楽しみに〜。バックナンバーは鮎市場HPで読むことができます。

9周年 ストローベイル SANKANYA ケーキ



ゆめちゃん

3月ですね。これから桜が咲き始め色鮮やかな季節を迎え、西土佐を訪れる人も段々と増えてくると思います。花粉症の方は大変そうですが... 私事ですが、上の娘が4月から小学生になるのでいろんな事がとても楽しみです。ほんと、早いですねー。

また、道の駅が9周年を迎え10年目に突入するという節目の年です。4月13日のイベントでは、ストローベイルSANKANYAは9周年ふるまいケーキを作ります！これまでの感謝とこれからもよろしくお祈りします！と、心を込めて作りますのでぜひ食べに来てくださいね！

天然鮎の ほぐし身丼

(みそ汁・漬物付)
※小骨に注意！

980円



◎今月のおすすめ



今回は四万十川の天然鮎を使用したメニュー「天然鮎のほぐし身丼」をご紹介します。ミネラル豊富で清浄な四万十川のコケを食べて育った鮎は、雑味や臭みがなく、自然の旨みと香りを含んでいます。道の駅よって西土佐に併設されている鮎市場で、炭火でじっくり焼いた鮎の塩焼きの身をほぐして使用しています。ごはんはカラッと油で揚げたほぐし身と、季節の野菜をトッピングしてタレをかけた完成です。ぜひ一度、揚げたての四万十川の天然鮎のほぐし身丼を賞味ください。

※提供していない曜日がございます。あらかじめご了承ください。

カラッとあがってます！



料理長
タニモトさん

【ほうれん草と切り干し大根のナムル】

TOKU'S キッチン 79



【作り方】

- ①切り干し大根は軽く洗い、水に10分程つけておく。もどしたらしっかり絞って水気を切る。
- ②にんじんは細切り、ほうれん草は3cm程の長さに切り、耐熱容器に、にんじん→ほうれん草の茎→葉の順に入れラップをしてレンジ600wで3分加熱する。
- ③②を水にさらし冷まして、しっかり絞って水気を切る。
- ④③の調味料を混ぜ、①③と混ぜ合わせたら完成。

味が濃ゆそうな香りがしますが、食べるとそうでもなく、切り干し大根の歯ごたえが癖になる食感です。よく噛んで食べてください！濃ゆめの味が好みの方は、調味料を1.5倍にしてもO。



マネージャー
とくちゃん

- 【材料】
- ほうれん草 200g
 - 切り干し大根 30g
 - にんじん 100g
 - ◇ごま油 大1
 - ◇醤油 大1
 - ◇砂糖 小1
 - ◇白ごま 大1
 - ◇んにくすりおろし 3cm
 - ◇コチュジャン 3cm

BBQしよ！ 君にもできる BBQ シリーズ

[Smoked Deviled Eggs (スモークデビルドエッグ)]

今回紹介するBBQメニューはSmoked Eggです。今回はゆで卵をスモークしデビルドエッグにしてみます。デビルドエッグはBBQのアパタイザーとして定番で、黄身をサワークリーム、ピクルスなどと混ぜて、白身に飾る卵料理です。

- ①固ゆでのゆで卵を作ります。
- ②グリルの庫内を150℃程度に保ち殻を剥いた卵を直火にならないように並べます。
- ③30分程度したらスモークエッグの完成です。
- ④スモークエッグを半分にカットし黄身を取り出します。
- ⑤サワークリーム、マスタード、黄身、ピクルス、RUBを混ぜペースト状にします。
- ⑥を白身の黄身が入っていた部分にスプーンなどで飾りつけて完成です。

パーティのフィンガーメニューとしてもおすすめなので是非試してみてください。



BBQ担当
しゅーへい

新連載 2 ビバにしとさ

Youは何しに西土佐へ？！

今回は、神戸出身・大宮在住で、地域の皆さんにお世話になったことへの恩返しとして、様々な仕事に携わってきた須山美樹(すやまみき)さんに突撃インタビュー！

Q. Youは何しに西土佐へ？！

子育てしに来ました。娘の体調を気遣い子育てに悩んでいたこともあって、川のある暮らしを望んでいた夫とともに、2002年に家族3人で移住。地域の方々に声をかけていただき、様々な仕事をしながら20年余り。今では子どもも巣立ち、四万十市の集落支援員として、黒尊川流域の方々の「やりたいこと」をサポートし、仕組みづくりを行う仕事をしています。

Q. お仕事は大変ですか？

楽しく仕事をさせてもらっています。将来に向けて、通院や買い物の環境を整えておきた

い」という声もあり、今は機能している助け合いの仕組みを支えるお手伝いをしています。以前は、土用の丑の日に、目の前の黒尊川で獲れた鰻をお裾分けしてもらったこともあり、こうした素晴らしい文化が今も残っているのが魅力です。

Q. これからやりたいことはありますか？
人と人とのつながりが生まれる場所をもっと増やしたいです。ここで子育てして本当によかったと思っているので、多くの人に西土佐で子育てをしてほしいです。あたたかい人々と自然に囲まれた素晴らしい環境なので、若い人たちにもぜひ来てもらいたい。私自身も地域の皆さんに本当にお世話になったので、これからも地域のためにできることはやるという姿勢で、仕事を続けていきたいと思っています。



聞き手 いなかパイブレオくん 須山さん

80
また来月！

よすぎタイムス

【編集後記】三月は別れの節。しばしの別れと永遠の別れ。卒業引越し・異動・失恋・離婚・死別... 別れもそれぞれ。いずれも人生の節目となり成長となる。別れは突然やってくる。でも新しい出会いも突然やってくる。

川柳のしい
募集
中！

採用の方には粗品をプレゼント！
投稿はこちらから

読み手
ともちゃんさん
(四万十市)

【読み手のこころ】
親子4人でとった屋敷にのったレモン。あまりの大きなサイズにゆずと思った母。「ゆずなら」と思い一口がぶり。その後はもちろんムセ、家族で大笑いしました。

よすぎ川柳
ゆずじやない？
母に言われま
父がぶり

井戸端
インタビュー

インタビュー
とくちゃん

入学調査票をせせと作成していた息子。

息子「写真貼りたいき糊貸して」
私「え、糊ないき米でつけよきや〜」
息子「は？米?!」
私「うん、昔は糊ない時は米で代用しよったっておばあちゃん言いよったよ」
ピーッ(ちょうど米が炊けた音)
私「ほらほらナイスタイミング」
息子「...〇〇(弟の名前)、糊貸して」
私「米でもちゃんとくつつのに...」

3月は卒業、新生活への期待ふくらむ季節ですね。

はな画伯の
今月の
おえかき

4

さくら

【お絵描きエピソード】
子どもの頃や、学生時代、友達や家族とシートをひいて、おべんやいちご大福を持って、みんなでわいわいとお花見をしたことがいまだに忘れられません！桜を見ると思いたす、いい思い出です！

講師はな
にしとさの
標準語
講座

おつくなみ 25

＜例文＞
「ちゃんとおつくなみして食べんか！」

「おつくなみ」とは「正座」のことです。西土佐の中でも知っている人とそうでない人がいる方言のようです！私は小さい頃からよく親に言われてました！

3/14(金)19:30からNHKの「とさ金」でよすぎタイムスの方言コーナーが紹介されます！ぜひ見てみてください！