美味楽Shop

M's-café（エムズ カフェ）

料理もお店も手づくり 地元の人のための〝ちゃんとした〟カフェ

向かって右がシェフの大野さん、左はスタッフの仙石さん

木の香りと手塗りの白壁が寛げる空気を生み出している

近隣ショッピングセンター内の店舗。交差点にあるのでわかりやすい

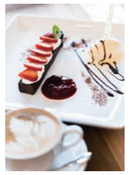
オープンしたてのまっさら感が漂うキッチン

魚のエムズランチ。メインディッシュは天然鯛のグリエ バニラ風味の新玉ネギ添え 軽いバターソース／マリネサーモンのサラダ／パテドカンパーニュ／ブロッコリーとベーコンのマリネ／豚バラのコンフィ／じゃがいものグラタン／牛肉のクリーム煮／リュスティック。デザートプレートは紅茶のシフォンケーキ／カヌレ／サブレ／カフェオレのアイスクリーム。カボチャのポタージュが付いて1,500円

オープンしたてだというのに、早くもランチタイムはお客様の足が絶えないM's-caféさん。20年以上ホテルやレストランでフランス料理の修行を積み、料理学校の先生も務めていたシェフが「近辺に中高年の方も気軽に入れて寛ぐことができるお店が少ない」という理由で始められました。場所は河内長野市大矢船中町の近隣ショッピングセンターの一角。交差点に出されたメニューボードが目印です。

「手づくりにこだわり、基本的に既製品や冷凍物は使用していません。コーヒー豆はすぐ近くの同級生のお店から仕入れているので新鮮ですよ」とおっしゃるシェフも大矢船中町の出身。レストランにしてしまうと敷居が高くなるので、コーヒー一杯でも立ち寄れる〝ちゃんとした〟カフェをイメージしているそう。店内は古木材を使い、白壁、窓枠はスタッフの手づくり。シンプルな中にも暖かみが漂います。

ランチは肉または魚の2種類。いずれも旬を考えて2週間程で素材を変更し、最良のものを提供。品数が多いのも特徴で、出てきたお皿を見るだけで幸せな気分に浸れます。ランチ後のデザート、デザートセットに添えられるアイスクリームは全て異なるテイスト。



濃厚ガトーショコラ バニラアイスとイチゴを添えて

クリーム・ブリュレ アーモンド風味のアイスクリーム添え

デザートが最も美味しいただけるように風味づけされています。

「朝はご自宅では召し上がれない、ふわふわオムレツが人気です。午後はデザートセットでゆっくり過ごされる方が多いですね。店の雰囲気、メニューは若い方も楽しめるようにしていますので、どんどんお越しください」

地元の人が地元の人のために始めたカフェ。大矢船自治会館もすぐ近くにあり、M's-caféさんが中高年の方と若い方の交流の場になりそうな予感もします。

M's-café

- 住所：大阪府河内長野市大矢船中町3-5
- tel：0721-69-8726
- 営業時間：8:30～18:00（ランチタイム 11:30～14:30）
- 定休日：水曜日
- 駐車場：10台

色鮮やかな季節の食材が並ぶ

1/2 DAY TRIP 河内長野発▶

触れて、感じて、楽しむ酪農ファーム 葛城高原「ラッテ・たかまつ」

河内長野駅から車で約50分。葛城山麓にある「ラッテ・たかまつ」は搾りたての新鮮なジャージー牛乳から作った自家製アイスクリームやケフィアヨーグルト、モッツァレラチーズがおいしいと評判の酪農ファーム。学生時代に北海道の牧場で飲んだ1杯の牛乳のおいしさに感動した高松久仁子さんが酪農家に憧れて開きました。創業から半世紀、牛舎の向かいにあるロッジ「夢ラッテ」ではこだわりの乳製品が買えるほか、ブルーベリーなど自家産農産物を入れたアイスなど

農場を運営する高松さんファミリー

季節のアイスと濃厚ソフトクリームの盛り合わせ

こだわりの乳製品。素材から加工まですべてここで

古代のチーズを再現した「蘇」

夏休みにはブルーベリー摘み取りも

常時20種類のアイスや自慢のチーズを使ったピザが食べられます。農場では「触れる、感じる、楽しむ」をテーマに乳搾りやバター作り・アイスクリーム作りが体験でき、酪農体験を通じて食や命の大切さ、恵みのありがたさについて学べます。7月中頃～8月中旬はブルーベリーやラズベリー、フェイジョアの摘み取りも。8月には夏休み親子フェアーを開催。酪農体験やブルーベリー摘みは1週間前に要予約。

ブルーベリー摘みは30分間食べ放題（100gのお土産付き）大人1500円・子ども1000円

牛舎では20頭のジャージー乳牛が。乳搾り体験は1人320円

「ゴールはまだまだ」と製品開発に挑み続ける高松さん

●農事組合法人「ラッテ・たかまつ」葛城市山口278-3　Tel: 0745-62-3953
営業時間 10:00～17:00（12～3月は16:00まで） 火曜休み　駐車場あり
体験やイベント情報はホームページで http://www.latte-takamatsu.jp

三日市町駅前に完成した「多聞丸と大江時親」の石像について教えて

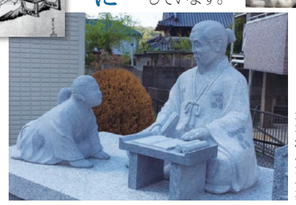
みなみかわち、なんでも調査隊 ～あなたのナゾにお答えします！～

「多聞丸」は楠木正成の幼名。「多聞丸 大江時親に学ぶ像」は、三日市小学校区まちづくり協議会が市民公益活動支援補助金（地域まちづくり型）を活用して今年3月10日に建立しました。同会の皆さんにお話しをうかがいました。

それによると大江家は代々学者の家系。15代当主だった時親も学者で毛利元就の始祖といわれます。当時、観心寺で僧・瀧覚に師事していた多聞丸は、加賀田に住む時親に兵学を学ぶため寺から約8㎞離れた大江邸に休むことなく通い詰めました。その道は三日市町駅前に今も「楠公通学路」として残っています。兵学の中心となった「闘戦経」は、時親からさらに6代前の大江匡房が書いた日本最古の兵法書。戦いだけでなく「和の精神をもって国の平穏を確立すべし」という教えは、建武の新政に寄与した正成の行動規範になりました。

同会実行委員長の山口親房さんは「三日市町が多聞丸を育んだ里であることを知ってもらうと共に、学ぶ姿が教育立市、河内長野市のシンボルになれば」と。また、時親の子孫の48代当主、大江嘉昭さんは「時親の像は日本中でもここだけ。光栄です」と話しています。

全身全霊で教え、学ぶ師と弟子。二人の真剣な眼差しに心打たれます



石像は白御影石製で高さ約2.1m。左上は原画となった大江家に伝わる掛軸（明治期）の絵

お話をうかがった竹鼻さん、山口さん、大江さん、渡辺さん（左から）

教育立市・河内長野市のシンボルに

質問を募集しています！「ここになぜこんなものが？」「この由来は？」など、街の中でふと感じたクエスチョンをお寄せください。あなたに代わってお調べします。応募先は欄外の宛先へハガキまたはFAXにて受付いたします。

スペシャル 夏のファミリーデー
申込みは6/11(月)より先着順にてショールーム窓口・お電話にて承ります
お問い合わせ 012-053-0012（ショールーム担当/尾崎）
7/29(日) 10:00～16:00
廃油deキャンドル&石けんづくり
七宝焼きとホーローセミナー
トールペイントでトアプレートを作ろう！

Rental
クッキングスタジオをご利用いただけます！
河内長野ガスクラッシモクッキングスタジオでは、レッスン日以外の平日（水曜日を除く）、地域の皆さまにご利用いただけるようレンタルを始めました（調理台1セットから貸出できます）。詳しくはホームページをご覧いただくかお電話にてお問い合わせください。
http://www.crassimo.jp クラッシモ 検索
0120-012-053-0012 受付時間／9:00～17:00（水曜日定休）
クッキングスタジオ担当／南出（ミナミデ）

「千代田天神祭」を仕掛ける　千代田神社 宮司　吉田昌友さん

飛びきりの祭りで まちをパワーアップ！

市町の千代田神社で7月14日に開催される第5回「千代田天神祭」。境内や鎮守の杜に地元のアーティストによる音楽ライブをはじめ人気飲食店の屋台やフリーマーケットが結集します。「神社は元来、地域の人々が集まって元気になる場」と祭りを仕掛ける宮司、吉田昌友さんにインタビューしました。

Profile　吉田 昌友（よしだ まさとも）さん　プロフィール

1980年 河内長野市生まれ。國學院大學神道学専攻科卒。2004年千代田神社に奉職、権禰宜、禰宜を経て2017年 宮司に。私生活では5歳・2歳の娘さんに続き昨秋に息子さんが誕生。「子どもが跡を継ぎたくなるような親の後ろ姿を」。好きな言葉は「感謝」。

「人と話すのが好きなんです。人が集まっている風景も、そこに自分がいることも」。熱く語る千代田神社の宮司の吉田昌友さん。神官の家の長男として生まれ、村の氏子さんに囲まれて育ちました。「役員さんが世代交代しながら氏神様をお守りされてきた中で、いつしか自分も神社を清々しく保って守っていくんだという使命感がふつふつと湧いてきて」。小学校の卒業文集には『神主になる』と書いていたそうです。

毎年7月に催される「千代田天神祭」は、そんな吉田さんの呼びかけで平成26年に生まれた飛びきり楽しいお祭り。「神社を未来につなぐためには賑わう神社にすることです。氏神様に感謝を捧げる祭りは人が集まる恰好の機会ですが、千代田神社では秋の『だんじり祭』しかない。そこで祭神・菅原道真に因んだ天神祭を夏に企画しました。ところが自分がいくら頑張っても一人ではできない。最初はそれに気づいた幼の1年でした」。

試行錯誤の末、吉田さんが掲げたテーマは「地域の活性化」。8町会の飲食店を巻き込み、みんなでつくるお祭りです。氏子会や青年団に理解と協力を求める一方、カメラマンやWEBデザイナーをしている友人たちと祭り実行委員会を立ち上げ、自ら地域の飲食店を一軒一軒回って出店依頼。その姿を見た同級生や先輩後輩、地元の人たちも運営に加わり、祭りの輪は次第に広がりました。そして1年の準備期間を経て迎えた祭り当日。境内には3千人を超える人が訪れ、開催に乗り気でなかった人たちからも「来年もやってや」のエールが。参加者は毎年増え続け、4年目の昨年は1万人に。雑貨店を含め出店者数も60店と広がりました。

また「神社を縁づくりの場に」と、昨年末に続き今年3月に千代田神社主催の婚活パーティを開催。20代から40代の男女計54人が参加しました。「先日は65歳の男性から自分も参加できないかと問い合わせをいただいて」。うれしそうに話す吉田さん。

「夢は花火も打ち上げ『北の天神祭』、南の千代田天神祭』と。大阪の二大天神祭としてこう呼ばれたい（笑）。いえいえ、夢物語ではなく実現しそうな勢いです。

菅原道真を主祭神とし「菅原神社」と呼ばれていましたが、明治時代に向野の伊予神社と市村新田の木戸神社を合祀し「千代田神社」に。御神体の道真像（平安末期）は市の指定文化財。境内には楠の大木が多い。
●千代田神社　河内長野市市町469 Tel: 0721-53-1713

市内の人気店による食べ物や遊びの屋台がズラリ。地元のアーティスト「化楽（bakegaku）」によるライブや社殿の後ろの森では「鎮守の杜マルシェ」も。9:00～21:00　近鉄長野線「汐ノ宮駅」から徒歩7分・Ⓟ有

参加 7月14日 「第5回千代田天神祭」開催

ホンモノはどれ？

応募方法

ホンモノの答え、住所、氏名、電話番号、年齢、職業、本誌の感想・要望などを明記の上、欄外の宛先「ホンモノはどれ？」係へハガキ、またはファックスでご応募ください。

※6月末日締切 消印有効。
※当選発表は発送をもってかえさせていただきます。
〈No.282の正解は⑨でした〉

正解の方から抽選で図書カード（2000円）を5名の方にプレゼントします。

社員からのおすすめ情報

バイクと夏と一人旅

三度の飯より仕事が大好き、休みは家族サービスに奮闘中です。

リビングセンター長野　寺岸 直次

友人の勧めでバイクに乗るようになったのが27歳の時。最初は400CCの中型で、2年後には大型バイクの免許を取得。発売当初から乗るなら「コレだ！」と決めていた憧れのヤマハV-MAXを中古で購入。1200CCの存在感溢れるデザインに一目惚れだったんです。

友人に紹介してもらったショップの店長さんとも仲良くさせてもらって、ツーリングにも参加していました。友人とは北海道にキャンプツーリングにも行きました。北海道はツーリングの聖地だそうで、バイクに乗ったら必ず北海道を走りに行くというのが目標でした。それぐらい魅力たっぷりなところです。

道ですれ違う時には必ず手を上げて挨拶をします。立ち上がったり、両手を挙げたりする人もいます。ライダーしかもらえないGSホクレンのフラッグがあるのですが、それを風になびかせ、美しい景色を見ながら信号の無いひたすら真っ直ぐな道を爽快に走る。とても気持ちいい夏の北海道。是非感じてもらいたいです！

唐突ですが皆さんは一人旅したことありますか？ 私は夏休みを利用してバイクで一人旅に行ったことがあります。群馬県の草津キャンプ場で泊まった時に、人との出会いに感謝しました。テントを張っていると、向かいに家族連れがきて、お父さんがせっせとテントを張り始めました。どうも初めて使うテントだったらしく、手伝ってほしいと言われたので少しお手伝い。その晩の夕食は1人キャンプでは当たり前のビール片手の1人パーティです。そしたら向かいの家族はBBQのいい匂いがするじゃないですか。夏の夜のBBQの匂い。もう拷問ですよ。そしたらお父さんがこっちに来て「手伝ってもらったお礼に一緒に食べよう」って誘ってくれたんです。

1人でキャンプしたのも初めてだったけど、こんな出会いも初めてでした。1人キャンプだからこそ人の温かみに感激した貴重な体験でした。いいもんですよ一人旅。

［プレゼント・読者企画のご応募先］　●ハガキ 〒586-0025 大阪府河内長野市昭栄町14-31 株式会社リビングセンター長野　●ファックス 0721-53-8775 ※FAX番号はお間違いのないようにお願いいたします。