

# 東京都防衛協会会報



**発行所**  
 東京都防衛協会  
 〒162-0844  
 東京都新宿区市谷  
 八幡町13番地  
 東京洋服会館9階  
 (TEL) 03-6280-8427  
 (FAX) 03-6280-8428  
 e-mail: info@tda.tokyo  
 HP: www.ajda.jp

## 東京都防衛協会

○東京都防衛協会は、区市町村の民間有志で構成されている地区協会を中心に、昭和41年3月に結成された任意の団体です。  
 ○「自分の国は自分で守る」の気概をもって、広く都民の間に防衛意識の普及と高揚を図るとも  
 ○会報紙「東京都防衛協会会報」を発行し、協会や部隊・自衛隊の活動を紹介し、都民と自衛隊の間の架け橋となっております。

## 謹賀新年



### 設立当初の志を胸に更なる活動を!

東京都防衛協会会長 佃 和夫



明けましておめでと  
うございます。

会員の皆様には、ご家族ともどもお健やかに新年を迎えられたことと、心よりお慶び申



東京都防衛協会の皆様、謹んで新年のお慶びを申し上げます。

旧年中は熊本地震に伴う災害派遣に従事した隊員への慰労や派遣海賊対処行動支援隊に対する激励、第1師団司令部庁舎竣工に伴い

し上げます。皆様には、く安全保障環境では、旧年中、真摯かつ積極的に防衛協会の活動にご参加いただき厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、世界の安全保障環境はシリア情勢、イスラム国をめぐる中東諸国の混迷化、世界各地で頻繁に発生するテロ等、国際的な連携努力にもかかわらず一向に好転の兆しが見えないまま不透明・不確実な状況が続いています。

一方、日本を取り巻く念日観閲式に本職以下第1師団に加え防衛大

お志を賜る等格別のご厚情に対し心から感謝申し上げます。

昨年、第1師団は、2月に派遣海賊対処行動支援隊第5次要員をアフリカ大陸ジブチへ派遣し、彼らはその任務を完遂して8月に無事帰国しました。また、4月に発生した熊本地

第1師団長 陸将 西 浩徳

震に際しては、第34普通科連隊を基幹とした部隊を現地に派遣して給水・給食支援、入浴支援、病院の患者輸送支援等を行い、被害にあわれた方々に寄り添った支援が実施できました。

これら国内外での活動により、国民の自衛隊に対する信頼と期待は一段と高まっています。

また国内では、4月に発生した熊本地震や8月の台風10号での人命救助活動など、多くの災害救助にも活躍されています。

このような中で、自衛隊の皆様は、周辺空域の警戒監視や海外任務はもとより、大規模自然災害等にも即応した対処をするため日々訓練に精励されており

整備され、国民の皆様からの自衛隊への期待がますます高まる中、第1師団は、本年もあらゆる事態に即動するため日夜訓練に励み、頭号師団の名に恥じぬよう与えられた任務を果たす所存であります

末筆ながら東京都防衛協会が創立50周年を迎えられましたことを心からお祝い申し上げます

協力をお願いいたします。

新年明けましておめでとうございます。

**創立50周年記念行事**  
 平成29年2月9日(木) 13:00~  
 明治記念館 蓬萊及び富士の間

東京地方協力本部長 陸将補 三宅 優



新年明けましておめでとうございます。

東京都防衛協会の皆様におかれましては、それぞれ健やかに新しい年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

さて、本年の十二支は「酉」です。西年生まれの有名人には、昨年記録的な大ヒット映画となった「君の名は。」で主人公の声を務めた俳優の神木隆之介さん

えていくことこそが、肝要ではないかと気がかされました。再度、初心に帰り、真摯に志願者に対応するよう事務所長、募集広報官に徹底を図った次第です。

昭島市防衛協会	会長 佃 和夫
あきる野市秋川地区防衛協会	副会長 山本正巳
あきる野市五日市防衛協会	副会長 浅野敏雄
板橋区防衛協会	副会長 川本裕康
江戸川区防衛協会	副会長 金澤博範
青梅市防衛協会	副会長 中島幹夫
奥多摩町防衛協会	副会長 山田志昭
北区防衛協会	副会長 澤山正一
清瀬市防衛協会	副会長 中島幹夫
国立市防衛協会	副会長 石井 一
小平市防衛協会	副会長 青木 豊
狛江市防衛協会	副会長 瀬尾正弘
品川区防衛協会	副会長 石田 健
渋谷区防衛協会	副会長 伊東鷹行
杉並区防衛協会	副会長 石田芳英
世田谷区防衛協会	副会長 小俣雅宏
立川市防衛協会	副会長 斉藤正彦
千代田・中央防衛協会	副会長 佐伯 寛
豊島区防衛協会	副会長 川里春治
新島村防衛協会	副会長 栗山欽行
西東京市防衛協会	副会長 狩野享右
練馬区防衛協会	副会長 関口 充
八王子市防衛協会	副会長 川元賢一郎
羽村市防衛協会	副会長 熊本哲之
東久留米市防衛協会	副会長 滝島秋生
東村山市防衛協会	副会長 中谷 照
日野市防衛協会	副会長 吉村辰明
日の出町防衛協会	副会長 前田靖男
檜原村防衛協会	副会長 山田志昭
福生市防衛協会	副会長 村上悦栄
瑞穂町防衛協会	副会長 森上秀男
三鷹市防衛協会	副会長 濱中俊男
武蔵野市防衛協会	副会長 石田 清
武蔵村山市防衛協会	副会長 倉林辰雄
目黒区防衛協会	副会長 土方尚功
	副会長 嶋崎 明
	副会長 清水久巳
	副会長 山崎皓久
	副会長 吉岡 忠
	副会長 金井富雄
	副会長 井口良美
	副会長 木場陽介
	副会長 小野瀬康裕

# 私たちの誇り 躍動する自衛隊!

## 第1師団 関係機関と 連携を強化

師団は各種訓練を実施し自治体・警察・消防等との連携を強化するとともに、その対処能力向上を図りました。

### 警察共同訓練

1 普通連は11月10日から11日の間、朝霞訓練場において警視庁と共同訓練を実施しました。本訓練は治安出動時における自衛隊と警察相互の連携要領の確認及び実効性の向上を図ることを目的として行われ、緊急輸送、武装作業員対処、共同検問



緊急輸送訓練中の様子

要領等を演練しました。緊急輸送訓練では警察先導下での部隊移動における警察と自衛隊の連携要領を、また武装作業員対処訓練においては、検問所に不審車両が進入し、抵抗する武装作業員を制圧・検挙するまでの要領を演練しました。

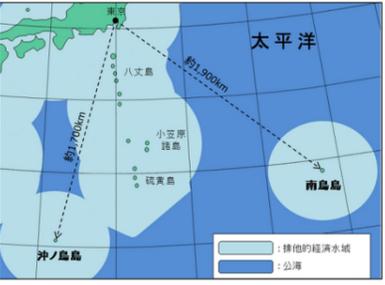
### 国民保護訓練

11月15日、東京文化会館及び上野恩賜公園において行われた東京都国民保護訓練に師団司令部、1普通連、1特防が参加しました。本訓練は文化施設等においてテロ災害が発生したことを想定し行われ、師団司令部は現

# 基地紹介

## 南鳥島航空派遣隊

新年あけましておめでとうございます。南鳥島航空派遣隊は、海上自衛隊の部隊であり、本州から南東方向へ約一八六〇km離れた日本領土最東端に位置する絶海の孤島、南鳥島(東京都)に所在しています。南鳥島は、排他的経済水域の確保



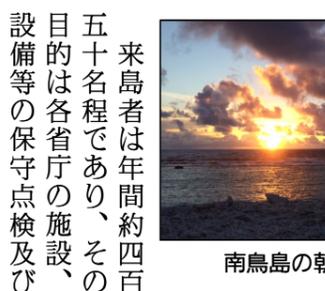
現在海上自衛隊、国土交通省及び気象庁の3省庁、約三十名が常駐しており、当該の任務は、日本最東端の防衛はもとより、南鳥島の生命線である航空輸送を円滑かつ安全に

支援できるよう日々、滑走路や航空援助施設の整備を実施し、南鳥島場外離着陸場として必要な設備の維持・管理に努めています。

具体的には、航空管制業務、気象情報の提供、航空燃料の給油及び物資の積み下ろしなどです。また、必要に応じて来島者の宿泊、食事支援等の多様な業



南鳥島を離陸中の第61航空隊C-130R



南鳥島の朝日



石碑「南鳥島 日本最東端」

来島者は年間約四百五十名程度であり、その目的は各省庁の施設、設備等の保守点検及び

この様に厳しい環境ではありませんが、南鳥島は日本の主権が及ぶ離島であり、私たちが日本の最東端の護りであることを誇りに、今後とも任務に邁進していく所存です。

# 国家的行事を支援!

師団は10月10日・11日、羽田空港及び皇居宮殿東庭において、ベルギー王国 フィリップ・レオポルド・ルイ・マリー国王、王妃両陛下の来日に伴う礼砲・と列を実施しました。



日本・ベルギー両国国旗を捧持する34普通連隊員

※「と列」は、皇族や国賓等訪問途上における送迎の意を表し、一般的に到着した空港、港などのその地域の玄関口から目的地までの適度な区間の公道に一定の間隔で並び送迎します。自衛隊においては、主として皇族に対してのみ実施します。



礼砲を行う1特隊員



子供に引っ張りだこのトウチ君



試着で賑わった広報ブース

東京地本は、「東京ラーメンショー2016」に広報ブースを開設しました。「東京ラーメンショー」とは、一般社団法人日本ラーメン協会が主催する日本最大級のラーメンイベントであり、来場者数は過去8回の開催で累計240万人に上っています。東京地本が参加した4日間で、約17・4万人の来場がありました。

また、会場のある駒沢公園中央広場と隣接する陸上競技場や体育館では、Jリーグの試合等様々なイベントが実施され、普段防衛省・自衛隊とあまり関わらない方が多数広報ブースに訪れていました。広報ブースでは、関東・東北豪雨における災害派遣活動のパネル展示・制服等の試着を行うとともに、第1普通科連隊の支援を受けて、軽装甲機動車・高機動車の展示を実施し来場者の関心を集めていました。

# 地本コーナー

## 東京ラーメンショーで軽装甲機動車の人気爆発!!

また、会場のある駒沢公園中央広場と隣接する陸上競技場や体育館では、Jリーグの試合等様々なイベントが実施され、普段防衛省・自衛隊とあまり関わらない方が多数広報ブースに訪れていました。広報ブースでは、関東・東北豪雨における災害派遣活動のパネル展示・制服等の試着を行うとともに、第1普通科連隊の支援を受けて、軽装甲機動車・高機動車の展示を実施し来場者の関心を集めていました。



人気を集めた軽装甲機動車

# 相続・事業承継対策と税務申告



税理士・事業承継士 秋田 耕治郎

## 「命の樫」を繋ぐお手伝い

相続も事業承継も早めの準備が重要です。私たちは、皆様の大切な想いと財産を未来へと繋ぐお手伝いをさせていただきます。真心と感謝と祈りを込めて。

秋田会計事務所 | 相続支援センター  
〒101-0061 東京都千代田区三崎町3-2-16 三弘ビル3F  
TEL 03-3263-3458 FAX 03-3263-3459  
E-mail: akita@tkcnf.or.jp URL: http://www.akita-kaikai.jp

入隊入校説明会・一般公募について

時期：平成29年2月26日(日)  
1400~1620 (予定)

場所：新宿区文化センター  
(都営大江戸線/東京メトロ副都心線「東新宿」A3口から徒歩約5分)

第2部で実施する、第1音楽隊による激励演奏において、一般公募を実施します。

対象者：都内在住者  
都内学校の在校生

公募人数：350人  
応募要項：東京地本募集要項(時期：12月上旬)

職場研修(募集課イベント)

担当	時期(予定)	場所	事業名	地本HP公開時期
地本	2/8(水)	小平	オフィスツアー(語学 軍事英語等)	1月上旬
	2/15(水)	市ヶ谷	オフィスツアー(共通)	1月中旬

※対象：自衛隊に興味のある大学生・大学院生  
※お問い合わせ先：東京地本募集課03-3260-0543  
mail:rekul@rct.gsd.f.mod.go.jp

境の中で救助に当たってくれたことを初めて知りました。本当にありがとうございました。等、防衛省・自衛隊へ関心を持つきっかけになったとの声を多数頂きました。

東京地本は、より多くの国民に防衛省・自衛隊の活動について理解をさらに深めてもらえるよう、今後も様々なイベントの場を活用し広報活動を実施してまいります。

(東京地本協力本部)  
4ページに地本ウェブページ関連記事

# 活動最前線!

## 地区防衛協会コーナー

### 東村山市

東村山市防衛協会は、倉林辰雄新会長の下、組織拡充に当たり、先ず会員の増員が喫緊で、かつ最優先であると考え、多方面に会員募集を働きかけて、今年度新会員320名の入会を獲得した。

また、執行体制を見直し総務部及び事業部を新設し、人事を刷新し、国会議員、市長及び都議会議員等を顧問等に追加委嘱し、諮問機関の充実を図ると共に、市議防衛連盟の結

成を働きかけ起ち上げ、なおかつ、市議を役員に委嘱して、地元とより一層の連携の図れる新体制を確立した。総会は126名が出席し、木原誠二前外務副大臣に「外交と防衛問題」、澤山正一東京都防衛協会理事長に「自衛隊員の災害派遣」について講演をお願いして、会員等の見聞を広めた。



立川防災航空祭

また、富士総合火力演習、立川防災航空祭、観閲式は、新会員・市民を中心として例年の倍以上の人数が見学して理解を深めることができた。今後は、会員ファーストの原点に立ち返って、より一層の活性化・目的達成に繋がる地道な活動に努める所存である。

活動状況は、5月の定期総会・防衛講話・懇親会に始まり、富士総合火力演習等の自衛隊の行事研修・見学に参加しています。また、あきる野市主催の防災訓練には第一施設大隊、福生募集案内所、秋川地区防衛協会と、市産業祭には福生募集案内所、秋川地区防衛協会とともに参加し、自衛隊の活動状況紹介、募集支援、会

### あきる野市 五日市

あけましておめでとうございます。皆様のおかげで皇紀二六七七年の新春を無事に迎えることができました。あきる野市五日市防衛協会は今年で創設47年目を迎えます。会員数の減少が続いていますが、昨年は30代以下の若者が20名ほど加入していただき、活気ある総会を開催することができました。



市主催防災訓練時の隊員募集および会員募集

今後、近隣防衛協会と協力して自衛隊・自衛官の応援団として取り組んでいきますので宜しく願います。事務局 青木謙二

### 福生市

明けましておめでとうございます。皆様にはご家族ともどもお健やかに新年を迎えられたことと、心よりお慶び申し上げます。東京都防衛協会は昨年創立50周年を迎えられ、誠にめでたうございます。

当会は、昭和43年に福生町自衛隊協力を記して発足。来年度は記



日米友好踊りに参加する会員

念すべき50周年を迎えることになり、更に発展に努めてまいります。最近の活動状況を紹介します。平成28年6月25日(土)、28年度総会を開催し、福生市長加藤育男氏をはじめ多くの方々のご臨席をいただき、本会に対するご支援のご挨拶をいただきました。

### 八王子市

すっかり秋の装いとなった「高尾山」の麓、多摩、武蔵野両御陵に続く甲州街道いちよう並木沿道で開催される一大イベント「八王子いちよう祭り」。八王子市防衛協会では回を重ねて37回を数えるこの催しに今回も参加いたしました。

会長 山崎皓久

### シリーズ「地区協会の素顔」

#### 小平市防衛協会

◇小平市は、昭和37年10月1日にそれまでの小平町が単独で法で定められた要件を満たし、東京都で11番目の「市」として誕生しました。

◇当市の人口は18万9千余人(11・28・11・1現在)であり、都心から西に約26kmの距離の当市に陸上自衛隊小平駐屯地が、平成26年学校と小平駐屯地があります。

◇小平駐屯地は、昭和29年4月1日旧陸軍経理学校跡地(現在地)の一部に開設、移駐しました。平成13年3月



【駐屯地創立62周年・小平学校創立16周年記念式典】H28. 11. 19

◇また、当協会では、毎年自衛隊施設の見学



小平駐屯地納涼祭 H28. 7. 21

会を行っており、最近では、駒門駐屯地、航空自衛隊百里基地、航空自衛隊浜松基地、横須賀の記念艦三笠及び防衛大学校、富士総合火力演習、航空自衛隊入間基地航空祭および百里基地航空祭の見学等を実施しています。

◇当協会は、小平駐屯地の三大イベントのうち、多数の関係者を招

いて開催する小平駐屯地・小平学校の創立記念行事および一般開放祭に市民も楽しむ納涼祭には共催者として協力しています。また、自衛隊OBの清武会が駐屯地と共催して開催する観桜会にも積極的に参加協力しています。

◇小平駐屯地は、小平市に62年もの長きにわたって市民と共に不離不即の関係で今日に至っています。

理事(広報担当) 磯野政雄



### 世田谷区

弊会平成28年度定期総会は6月17日(金)区内スカイキャロットで開催された。執行部提出全議案承認、任期満了に伴う会長選任は、現会長熊本哲之氏が選出されました。

会長 森上秀男

### ピカピカの展示ヘリに大満足!

東京都防衛協会青年部会では立川駐屯地において「第1回展示ヘリ清掃応援プログラム」を実施しました。この企画は昨年栃木県青年部と交流中に教えて頂いた活動の一つで、各方面の皆様のご協力をいただき実施することができました。

人数が多いので清掃はあっという間に終わりましたが、綺麗に磨かれた展示ヘリに満足しつつお昼を食べて解散となりました。

10月1日開催の「立川防災航空祭」に合わせれば、自衛隊の支援はもとより来場する多くの地域の皆様にも磨いた機体を見て頂けると考え、9月26日に実施と決定し、参加者を募集したところ、20人を超える各地区青年部員と2名の新入会員に来て頂きました。作業は簡単です。4機の展示機を皆で清掃し、ワックスでピカピカにします。作業には、清掃用の水、雑巾/ハケツ、ワックス、ほうき、塵取り、軍手、マスク/帽子とおおよそ思いつく掃除用具の他に、発電機、ブロワー、脚立等を二台の軽トラックで持込みました。



今回の企画に際して陸上自衛隊立川駐屯地広報室に大変お世話になり有難うございました。

青年部会会長 小山茂夫

その後の懇親会には来賓として最高顧問堀江正夫元陸将、世田谷区板垣副区長、千先康二自衛隊中央病院院長、松木泰憲陸自衛生学校長、山崎 眞元海将、江口英孝陸自衛駐屯地司令、植田哲生海自東京音楽隊副長、他、多数参加を頂き大変意義深い会となり、和気藹々のうちに中締めとなりました。

幹事長 小畑敏雄

### 隊員及び家族の皆様の遺言アドバイザー

柴田 純一 行政書士 (遺言・相続 専門)

遺言書がなく揉める相続。揉めたら全員が敗者です。勝者は一人もいません。あなたの遺言書があなたの家族を守ります。「遺言書」づくりをサポート致します。

#### 遺言書は、あなたと家族の絆の証明書!!

### 秘密 厳守

行政書士 柴田法務会計事務所  
〒173-0035 東京都板橋区大谷口2-24-13 受付時間/10:00~18:00  
TEL 03-6780-1408 FAX 03-6780-1409  
E-mail/info@yuigonsyo.biz http://www.yuigonsyo.biz/

# 東京都防衛協会五十年の歩み(最終回)

## 2 連合会結成(平成元年)以降現在まで

「防衛協会会報」及び「政府等への要望」を連合会に引き継ぐとともに、自衛隊への激励・支援については、全国的規模の支援については連合会を通して、東京都所在部隊の支援については本会が実施することになりました。

この間、平成4年からは山口信夫氏(旭化成工業株式会社社長)が第5代会長、平成17年からは仲和夫氏(三菱重工業株式会社相談役)が第6代会長に就任され本会の充実・発展に尽力頂いています。

### (1) 主要な活動

**ア 国内現地研修**  
 ○平成2年 北海道東部地区  
 ○平成19年 連合会の実施する北海道研修に参加。以後連合会の実施する国内外研修に参加。

○平成12年から本会の事業として、第1師団防衛訓練研修、立川駐屯地防衛航空察研修、平成25年以降女性部会部隊研修を実施

### イ 自衛隊激励・支援

《連合会員として参加》

- 平成3年 ペルシヤ湾掃海派遣
- 平成4年 カンボジアPKO慰問
- 平成7年 阪神・淡路大震災激励
- 平成9年 グラン高原PKO帰国歓迎会出席
- 平成18年 イラク派遣激励
- 平成23年 東日本大震災激励募金
- 《東京都単独で実施》
- 平成25年 伊豆大島土石流災害激励
- 平成27年 海賊対処行動激励

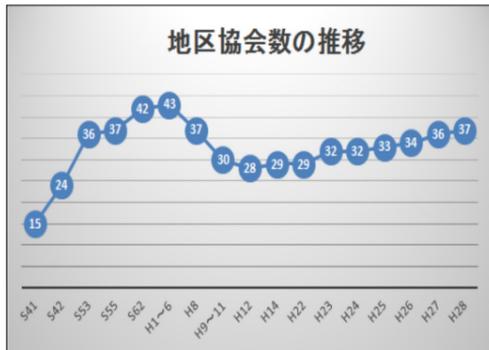
ウ オンラインピック等激励支援  
 《連合会員として参加》

- 平成2年 アジア競技大会
- 平成4年 バルセロナ五輪
- 平成8年 アトランタ五輪
- 平成10年 長野冬季五輪
- 平成24年 ロンドン五輪

### (2) 地区協会の状況

平成元年頃から数年は43個協会を数えましたが、バブル崩壊とともに地区協会も退会が相次ぎ、平成12年には28個協会

にまで減少しました。その後は、国内の経済が回復するとともに平成7年に発生した阪神・淡路大震災、平成23年に発生した東日本大震災に代表される自衛隊の真摯な災害救助活動、更には近年におけるわが国を取り巻く安全保障環境の劇的な悪化などが相俟って自衛隊に対する信頼が深まり、逐次新しい地区協会が結成されるようになり、平成28年10月現在、本会加入の地区協会は37個協会となっております。



### (3) この期間の活動の総括

連合会の中核的協会として連合会の主催する活動に積極的に参加する一方、本会の目的である「都内に所在する自衛隊を激励・支援する」とともに「防衛意識の普及・高揚」に向けて地区協会の増勢に努力中、と言えるところです。

### 3 創立50周年を迎えて

3回にわたって「東京都防衛協会五十年の歩み」を掲載しましたが、歴代会長はじめ会員の皆様の本会の活動に対する熱い気持ちを感じていただけたことと思えます。

私たち東京都防衛協会は、創立50周年を迎えるにあたり、わが国を取り巻く安全保障環境がこれからも厳しく推移する中、設立当初の志に思いを致しつつ決意も新たに「東京都民の防衛意識の普及・高揚及び自衛隊を激励・支援してその充実・発展を助長し、もってわが国の平和と繁栄に寄与する」という目的に向かって、手を携えて会勢の拡大及び各種事業を積極的に推進していきたいと思えます。

(会報担当理事 渡邊元貞)

# 散歩道

## 江戸川区

### 名所・名店



西から望む「新川千本桜」

江戸川区は東京都東に位置し、人口はおよそ69万2千人で千葉県に隣接しています。区内には、親水公園5箇所、親水緑道18路線など遊び場が多く、総合レクリエーション公園や葛西臨海公園などの大きな公園もあり、自然動物園、ポニーランドでは動物とふれあうことが出来、子育ての環境として充実しています。

紹介いたします。新川は、天正18年(1590年)徳川家康の命により千葉県の行徳までの船路として開削。以来、江戸市の中に様々な物資を運ぶ水路として多くの人に利用されましたが、その後、地盤沈下による護岸のかさ上げにより、人々の生活から遠ざかってしまいました。平成6年から護岸に耐震・遊歩道整備を実施し、平成26年度には、桜を718本植樹し、江戸情緒あふれる街並みとして整備され、全川3kmにわたる「新川千本桜」が完成しました。



新川さくら館



火の見櫓

近年完成した新川さくら館には、お休み処

は勿論のこと、四季折々に目を和ませてくれ、散歩にジョギングにと人々の憩いの場となっています。西側には火の見櫓が建ち、川には14本の橋が架けられていて、すぐ対岸へ行けるようになっていきます。



田舎そば「矢打」

我々、江戸川区防衛協会は会員数74名の小規模協会ですが、江戸川区と連携し自衛隊の活動を広報し区民に自衛隊の存在が不可欠であることをへの意識高揚をさらに図ってまいります。

や多目的ホールがあり、広場では各種イベントが開催されており、多くの人が利用されています。散歩の途中でお腹がすいたら、花見橋から少し北へ歩くと、田舎そばのお店「矢打(やうち)」があります。麺は太め、汁は辛め、鴨汁せいろは大人気です。

## 編集後記

明けましておめでとございます。皆様には素晴らしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。東京都会報も会員皆様のお力添えにより無事、新しい年を迎えることができました。今年も宜しくお願いたします。

M・W

**第1師団フェイスブック**  
<https://www.facebook.com/gsdflstdivision/>

**東京地本フェイスブック**  
 8月1日から東京地本のFacebookを始めました。こちらでも東京地本の活動や関東地区のイベント情報などを発信していきますので「お友達」「いいね!」よろしくお願いします。

※東京地本のトップページからFacebookに移動できます。

# 「簡単ですてき!!」元気の出る料理 牛肉の黒ビール煮



江上栄子先生  
 ☆江上料理学院 院長  
 ☆東京都防衛協会 女性部会会長

- ◇材料  
 牛スネ肉またはランプ肉・・・400g  
 (a)玉葱・人参の薄切り・・・適量、タイム・ローリエ・・・少々  
 にんにく・・・1片 玉葱・・・250g  
 (b)黒砂糖・・・大匙2〜1/2杯 ワインピネガー(酢)・・・大匙2杯、マスタード・・・小匙1杯  
 黒ビール・・・350cc 塩・・・小匙1/2〜2/3杯  
 挽き胡椒・・・少々  
 かぶ(中)・・・2個 オランダパプリカ・・・1/2個  
 油、バター・・・10g

- ◇作り方
- ①. 牛スネ肉は3〜4cm角に切り、厚手の鍋に入れる。水6〜7カップを加え、火にかける。煮立ってアクが出たら取り除き(a)の香味野菜とハーブを入れ、中火弱くらいの火加減で肉がやわらかくなるまで2時間位煮る。(圧力鍋に入れて煮てもよい) 煮汁は濾しておく。
  - ②. にんにく、玉葱はみじん切りにする。
  - ③. かぶは茎を3cm位残してくし形に切る。オランダパプリカはヘタと種を取り除き、かぶと同じくらいの大きさに切る。
  - ④. 厚手の鍋を温め、油を大匙1〜2杯入れ、③のかぶとオランダパプリカを炒めて塩、胡椒をし、別器に取り出す。
  - ⑤. ④の鍋に油大匙1〜2杯を足し、②のにんにくと玉葱を入れて炒める。玉葱が薄茶色になるくらいまでよく炒める。
  - ⑥. (b)を加え、黒ビールと①の煮汁1・1/2〜2カップ、塩、胡椒、①の牛スネ肉を加え、中火で煮込む。
  - ⑦. ときどき混ぜて、汁が少なくなってきたら味をみて調べ、④のかぶとオランダパプリカを加える。かぶがやわらかくなり、汁が煮詰まってきた頃にバターを加え、もう一度味をみて調える。
  - ⑧. 温めた器に盛る。  
 ※ 好みによっては香りづけにしょうゆ少々を加えてもよい。



寒い季節にはホカホカと湯気の上がる煮込みが魅力的です。テレビなど観ながら台所の火にかけておくだけで美味しくできる牛肉の煮込みは、明日の夜の為だと思えば、何となく心がはずみますね。ビール煮はヨーロッパではよくやります。例えば、簡単ですてきとできる貝のビール蒸しなどちょっと苦味を感じる乙な味です。お試しくださいませ。

《江上料理学院のお問い合わせ先》  
 TEL 03-3269-0281 FAX 03-3269-0285