

庄内町の ちょっと気になるひと

庄内町余目出身
1996年生まれ
地元の高校を卒業後、
美容師のスタイリス
トを目指し上京。
4年間東京の美容院
で働いた後、スタ
イリストデビュー。
2018年地元に戻
り、貢献したいと思
いから庄内町へUター
ン。現在は、鶴岡市の美
容院でスタイリスト
として働いているほ
か、得意の写真撮影
と動画制作を活かし
映像クリエイターと
してもマルチに活躍
の場を広げている。
地元企業のCM制作
や庄内町PR動画も
手がけている。



おかべ たっぺい
岡部 竜平さん(茗荷瀬)

Instagramアカウント @peco_movie

温和な表情とやさしい眼差しの奥に見えた強い庄内愛。岡部さんは次代を担う「まちづくりクリエイター」でもある。(取材班)

「美と映像を通して庄内の魅力を発信したい」

—Uターンのきっかけは？
「もともと庄内に住む方々のお洒落を後押しできればと思ったからです。今はオンラインで都会の一流美容師の技術を学ぶこともできるので地方でも便利です。
あと、やっぱり田舎が好きだったのかな。自然の中で暮らしたいなど。
昔は、流行りのスタイルが遅れて地方で流行るみたいな時差があったけど、今はそうじゃない。SNSで流行りに乗れる時代だし、都会と田舎のギャップはより少なくなっていくと感じました」
—庄内町暮らし。あらためてどうですか？

「正直、戻ってきた当初は遊ぶ場所に困りました(笑)。商業アクトビティがない。でも今は映像制作で撮影に出かけた時に会える風景や人、食などが新鮮で魅力的で満たされています。星空、水、空気：触れるもの全てがきれいで癒されますね。そして、出会った人や地域のあたたかさを感じています」
—庄内町に必要なものは？
「若者どうし同世代が交流できる場面や場所があればいいですね。家と職場の往復だけで時を過ごしている人も多いのでは？町(行政)からは仕組みを作ってもらえたらうれしいですね」



きのこごはん



エネルギー209kcal、たんぱく質5.5g、
脂質2.3g、食塩相当量0.9g
※茶碗に軽く1杯分(約140g)

材料(茶碗に軽く3杯分)

しめじ	1/2パック (50g)	みりん	小さじ2
しいたけ	2枚 (30g)	和風だしの素	小さじ1/2
薄揚げ	1/2枚 (15g)	米	1合
しょうゆ	小さじ2	小ねぎ	適量

- ①米はといでざるに上げて水気を切る。しめじは小房に分け、しいたけは薄切り、小ねぎは小口切りにする。薄揚げは熱湯をかけ油抜きし、短冊切りにする。
- ②炊飯釜に米、しょうゆ、みりん、和風だしの素を入れ、1合の目盛りまで水を入れて軽くまぜる。その上に、しめじ、しいたけ、薄揚げをのせ、30分程置いたら通常通りに炊く。
- ③器に盛り付け、お好みで小ねぎをちらす。

ポイント

お好みできのこの種類(まいたけ、エリンギ、えのきたけなど)を変えるのもおすすめです。野菜と同様に、きのこには食物繊維、ビタミン・ミネラル類が豊富に含まれています。きのこ野菜を組み合わせ、毎日の食事に取り入れましょう。



白山やよいさん 渡部敬子さん