

# みて！きて！私の○○

テーマ：冬のおいしいもの

【わが家の定番！鍋焼きうどん】  
冬の朝、土鍋にアツアツの鍋焼きうどんの朝食、最高です！  
西新宿の父さん



【やっぱ！おでんでしょ??】  
知人からいただいた無農薬の大根が入ったおでんは病みつき  
てんとう虫まるさん



【熱々グラタンパン】  
食パン一斤使った熱々グラタンパン  
みゆのさん



【熱々中華粥】  
東京駅で冬の朝ごはんはここ  
鮎飲馬さん

【冬にピッタリ】  
和風カレーラーメン  
スッコケ大魔王さん



【痛風鍋】  
尿酸値くそくらえっ！  
7.0mgdlさん



【紅妃(こうひ)】  
父が育てて長い年月の作品  
たまごまるもさん

次回は「孫自慢」をご紹介します

“いざなりめんこい！”お孫さんのお写真を募集中です。下記の二次元コードにアクセスし、お写真1枚をアップロードの上、必要事項をご記入ください。みなさまからのご応募をお待ちしております。



【応募方法】  
応募フォーム  
「孫自慢」

「キジトラ珈琲舎」

店主・伊藤誠の気ままコラム



## 寝ているだけで褒められたい

といったわけで2026年でありませう。ほっといたらきちゃった。準備不足は否めない。

「ほっといたら」なんていうのが、先月号の締め切り直後にまた入院した。インフルエンザ。万能薬タミフルを10錠のんで無事退院したが、月末の支払い時期と重なっているいろんな方面に不義理しちゃった。インフルは治ってもそっち方面はすぐには回復しない。

心機一転。午年であります。あたしゃ子年なんでね、子午線なんちゅう縦線があるくらいだから干支も6周目のちょうど半分になっちゃった。66歳になる。ゾロ目の年に誰かお得なクーポンでも発行してくれないもんかのう。

早いもんで21世紀も四半世紀が過ぎちゃった。大正から昭和に改元したのが1926年12月だと。日露戦争から治安維持法まで、昭和以前の20世紀なんてこんなあっという間だったんだね。

そんな1926年生まれ的人物を拾い上げていくと、なかなか面白い顔ぶれが浮かんでくるよ。

フィデル・カストロさんと江沢民さんとエリザベス女王なんてのはどうだ。キューバと中国と大英帝国だ。江沢民さんは仙台にも来てる。市博物館に確か梅の木を植樹なさったんだが、それを切っちゃった陰湿なバカがこの街に関わってるかと思うと情けないよ。カストロさんは世に知られた野球好き。オータニさんを見たらなんていったらうね。

エリザベス女王で思い出したんだが、女優の菅井きんさんもこの年のお生まれだ。お年を召してから男性化粧品CMで若いイケメン君たちと共演した女王陛下の菅井さんは傑作だったね。

おらの関連業界ではマイルス・デイビス(tp)とジョン・コルトレン(ts)。一緒にクインテットやってたのは30前後だった。マイルスの方が偉そうだったんで、てきりもって年上かと思ってたぜ。

音楽ではさらに、EMIアビーロード・スタジオのディレクター、というよりビートルズのブレンだったジョージ・マーティンさんと、ロックンロールのインベーター、チャック・ベリーさん。すごいね。モダンジャズもロックンロールも1926年生まれじゃないの。

お。ミシェル・フーコーとイヴァン・イリイチだって。フーコーの唱えた「生政治(Biopolitics)」の概念が気になるよ2026年。法制度という外的な抑制から、内心の倫理レベルに踏み込んで個人を統制しようという権力の行使のありようだ。「日本人なら当たり前」なんていう言説が巷に溢れかえっているのはアブねんださ。イリイチの主要な概念「バナキュラー」も平たく言えば「当たり前」。当たり前が一人歩きして巷の個人をあらゆる方向に巻き込んでいったのは、1926年の昭和改元からわずか20年の間のことでしたとさ。くわばらくわばら。苦しいけれど、がんばれ個人。

キジトラ珈琲舎

仙台市青葉区一番町2-7-3 ベアビル5F  
☎022-796-3933 困水曜

## PRESENT

プレゼント

【応募方法】郵送

はがきに「希望の商品名」「住所」「氏名」「電話番号」を記載し下記住所まで郵送

〒983-0038  
仙台市宮城野区新田3-20-12  
河北仙販開発課  
「プレゼント」係

応募締切

2026年1月30日(金)

※どなたでも応募できます

本プレゼントを通じて得る個人情報、第三者に開示することは一切ありません。お客様からご提供いただきました個人情報はプレゼント商品の発送、当社からのDM発送以外の目的で使用することはありません。

【応募方法】応募フォーム

応募フォームへのアクセスはこちら



### 山形みうら食品

「冷たい鳥中華」 1袋(2人前)



鶏だしが香るスープに、縮れ風の揉み打ち麺を合わせた山形名物「冷たい鳥中華」。ツルリとした喉越しで、温かくてもおいしく味わえます。2人前入りを5名に。

5名様

### 暮らしにエール かがやき 家事代行2,000円サービス券



暮らしにエール かがやき  
☎仙台市太白区金剛沢1-22-6  
☎090-8610-9816  
☎9:00~17:00  
※土・日曜、祝日は要相談

5名様

家事代行に使える2,000円分のサービス券を5名に。生活支援など保険外の依頼も相談OK。気になっていた家事を、この機会にプロにお任せしてみてください。



### 味の素AGF

「ブレンドスティック すんだオレ」 1箱(8本入り)



5名様

仙台名物・ずんだのやさしい甘さを楽しめるインスタントスティック。枝豆の風味がふわりと広がるホッとする一杯が手軽に楽しめます。8本入りを5名にお届け。

### フジサワ「低糖質生活ミックスナッツ」 1パック(22g×6袋入り)



10名様

糖質を控えたい方にうれしい「ミックスナッツ」。無塩タイプなので、素材の香ばしさがそのまま楽しめます。食べきりサイズ6袋入りを10名にプレゼント。

香川県小豆島「宝食品」炊き込みご飯の素

いつものごはんがあっという間に釜飯に！＝国産素材・化学調味料不使用＝

舞茸と貝柱のご飯の素 2合用 税込500円

じゃこめしの素 瀬戸内産じゃこ使用 2合用 税込500円

たこめしの素 瀬戸内産真蛸使用 2合用 税込850円

さんまめしの素 三陸産さんま使用 2合用 税込550円

小豆島生のり 小豆島産生のり、小豆島産醤油を使用し、小豆島の正場で炊き上げたのり程度です。生のりならではのさらさら食感を楽しめます。 1瓶100g入 税込380円

伊勢志摩のり 三重県伊勢志摩産あおさのり100%使用し、小豆島産醤油で炊き上げたのり程度です。噛みごたえがあり、塩かどを抑えた味です。 1瓶90g入 税込380円

和歌山県かつらぎ町の食品

米ぬか由来の天然栄養成分を豊富に含有。江戸時代から続く、圧搾製法で製造した、希少価値の高いこめ油です。

100%国産の米ぬかを原料とした良質なこめ油です。  
・栄養機能食品【天然ビタミンE】

圧搾一番搾り「こめ油」 600g 税込1,200円

こめ油 100%国産「こめ油」 500g 税込480円

こめ油 1500g 税込1,100円

宮城・山形「いも煮食べ比べ」  
「宮城」いも煮 200g 味噌味・豚肉  
「山形」いも煮 180g 醤油味・牛肉  
2食セット税込1,100円

東京・福岡「鶏鍋食べ比べ」  
「東京兩國」鶏ちゃん鍋 180g 水炊き  
「福岡博多」鶏ちゃん鍋 180g 水炊き  
2食セット税込1,100円

inoho ボディソープ

米ぬか由来の天然成分を高配合。きめ細かい濃密泡で洗うたび、しっとりなめらか素肌に。赤ちゃんやデリケート肌の方でも使えます。

ボディソープ サンプルプレゼント!

こめ油お買い上げの方に inoho ボディソープのサンプルをプレゼント! ※サンプルサイズ・10g一個入り 数量限定! 先着順

「米ぬか由来の天然成分高配合」 inoho ボディソープ 4つの無添加 合成香料、合成色素、合成界面活性剤、アルコール

1箱100g×1個入り 税込1,100円

岩手県大船渡市 スリーランドシーフーズ

紅鮭めんたい 1瓶160g 税込750円

焼紅鮭あらほぐし 1瓶100g 税込800円

紅鮭しぐれ煮 1瓶100g 税込750円

たっふりの明太子に新鮮な紅鮭を漬け込んだ贅沢な一品。ご飯のおとも、おにぎりの具材にも最適です。

紅鮭に沖繩の名産「シママズ」をすり混ぜ熟成。香ばしく焼き上げたから、あらほぐしにしました。

紅鮭を一度焼いて、大船渡八木澤商店の醤油を白だしで丁寧に味付けしたご飯のおともにおすすみの一品です。

ご自宅まで無料でお届け! お申し込みはお電話で! 10時~18時・日祝休

河北仙販宅配サービス ☎022-353-7885