

このスポット・おすすめ!

ふわふわもちりの新食感。県外・海外でも評判の人気店
ハワイアンパンケーキハウス **パニラニ**

スイーツ系から食事系まで
期間限定メニューも要チェック

「一口食べた瞬間、「あっ」と思わず声が漏れるほど、ふわふわもちりとした食感が自慢。牛乳の代わりに特製のバターミルクを使った生地は栄養価が高く、カロリーは控えめ。注文後に一枚一枚丁寧に焼き上げて、いつでも熱々を提供してくれます。

「生地にはおうちで使うような混ぜてあるので、スイーツ以外のフードとの相性も抜群。食事としても十分満足していただけます」と説明してくれているのは、同店を統括する松田央都さん。メニューを眺めると、「ナッツナッツ」、「トロピカル」などのスイーツ系から、「ステーキ」、「フライドチキン」といった食事系まで幅広い種類を揃えています。

開店は2012年。世界各地のパンケーキを食べ歩きしたオーナー夫妻が、それまでの経験をヒントに独自のレシピを考案。東京都内で一日限定のお店を出したところ大好評を博し、「パンケーキの本場ハワイと肩を並べるリゾート地の沖縄で出店したい」とオープンに至りました。

恩納村瀬良垣という立地柄、観光客・外国人客の姿が目立ち、GWや夏の繁忙期は開店前から行列ができるほど。松田さんは「ぜひ県内の皆さんにも味わってほしい」と話し、「お食事は取っつきやすいので、期間限定のメニューも登場し、2月はバレンタインデーをテーマにした新作がスタンバイしています。

住所 / 恩納村瀬良垣 698
電話 / 098-966-1154
時間 / 7:00~17:00 (L.O.16:30)
休み / 無休
駐車 / あり (国道58号店舗向かい)

〈おもなメニュー〉
・ナッツナッツパンケーキ(数量限定)……900円
・ベリーベリーパンケーキ……900円
・トロピカルパンケーキ……1000円
・フライドチキンパンケーキ……1000円
・フィッシュ&チップスパンケーキ……1000円
・ステーキベーコンパンケーキ……1000円
※すべてのパンケーキにプラス300円で、コーヒー・紅茶(ホット/アイス)が付けられます
※各種トッピングも用意(第1個:チース・ホイップバター各150円、パンケーキ1枚・バナニアイスクリーム各200円など)



読者プレゼント

このスポット・おすすめコーナーで紹介の『ハワイアンパンケーキハウスパニラニ』で使える



Q なぞなぞ
まだ出来上がって
いないのに、
世に出てしまった
果物って何?

- 1月号当選者 前号の答え(トラック)
- ★仲宗根 末薫さん(読谷村在住)
 - ★島尻 直樹さん(沖縄市在住)
 - ★喜友名 智子さん(読谷村在住)

ワイワイ広場

読者プレゼント応募方法

宛先 読谷村字伊良皆237-1
ウインズ『広報誌係』

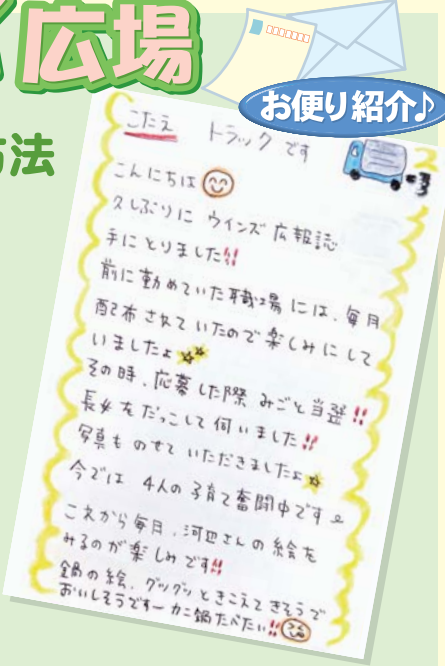
①住所 ②氏名
③年齢 ④職業
⑤電話番号

裏 ⑦ご意見
ご感想

応募者の中から抽選で、読者プレゼントを進呈致します。どしどしご応募下さい!

締め切り
2020年2月20日消印有効
「当選者は次号(Vol.186)にて発表致します」

『Freshウインズ』は、建築でお手伝いをさせて頂いた施主様をはじめ、地域にお住まいの方など、ご縁をいただいた皆様に配布致しております。諸事情により配布不要となった際は大変お手数ですが、その旨ご連絡下さい。(ウインズ広報誌係)



Fresh ウインズ

人と人のつながりを大切に...池原建設が大切なお客様にお送りする手作り広報誌



Photo: ホントウアカヒゲ(やんばるの森にて)

今月の歳時記

- 2月1日(土)~9日(日) 第13回 今帰仁グスク桜まつり
会場・開催地/今帰仁城跡
- 2月8日(土)・9日(日) 第22回 恩納村産業まつり
会場・開催地/恩納村ふれあい体験学習センター
- 2月9日(日) かでなGO! GO! フェスティバル
会場・開催地/嘉手納町役場内 文化センター及び地下展示室等
- 2月22日(土)・23日(日) 第27回 読谷やちむん市
会場・開催地/読谷ファーマーズマーケット ゆんた市場前広場

2月は県内各地でプロ野球の春季キャンプがスタート。今年も読谷平和の森球場には中日ドラゴンズ2軍チームがやって来ます。活躍が目立つ沖縄出身の選手をはじめ、「推し」の選手を間近に見られる絶好のチャンスです。開花時期が平年より8日早かった桜の見頃はいつまで持つでしょうか。旬が短いからこそ、冬の風物はしっかり味わっておきたいですね。



↑那覇市 読谷村 嘉手納町 名護市 →

↑読谷村 読谷高校 読谷小学校 読谷幼稚園 読谷公民館 読谷郵便局 読谷消防署 読谷警察署 読谷福祉センター 読谷公民館 読谷公民館 読谷公民館 読谷公民館

↑読谷村 読谷高校 読谷小学校 読谷幼稚園 読谷公民館 読谷郵便局 読谷消防署 読谷警察署 読谷福祉センター 読谷公民館 読谷公民館 読谷公民館 読谷公民館

(株)池原建設 企画事業部ウインズ
〒904-0303 沖縄県読谷村字伊良皆 237-1
営業時間 / 9:00~18:00 (年末年始を除く)

住宅のメンテナンスや
補修等のご相談は、お気軽に
スタッフへお声掛け下さい!

☎0120-229-512 ウインズ 池原建設 検索



Smile Vision!

「明るく元気な病人」を目指し、難病の線維筋痛症と向き合う 毎日楽しく絵を描く楽描家 河辺友代さん



「病気を抱えていながらも、明るく元気に振る舞う人がいたって構わないでしょう?」と笑う河辺友代さん。絵画以外の分野にも興味を広げ、楽しみながら挑戦を続けています

のことを発信するのが務め」とどこまでも前向きに受け止めています。

■偶然参加した絵手紙教室で自身に潜む「絵心」を発見

そんな河辺さんが絵を描き始めたのは、ご主人の仕事の関係で千葉県に住んでいた2007年。「義父母の結婚記念日にプレゼントを贈りたいけれど、何がいいだろう。病気の私を支えてくれている主人にはできるだけ負担をかけたくないから、高価なものを買うわけにはいかないし…」と考えながらシヨッピングセンターへ買い物に来たとき、たまたま入り口付近で開かれていた「絵手紙体験教室」の案内が目にとまりました。

「体験料100円。感謝の気持ちを絵と言葉で素直に表現できるし、ちょうどいいかも」。真剣に絵と向き合うという経験はおそらく高校の美術の授業以来でしたが、思いもよらず絵筆が進むこと進むこと。わずか10分程度の間「完璧!」と納得のいく作品が完成し、「あれ、ひよっとして私って天才じゃないかしら(笑)」と隠れていた絵心を発見しました。以来、静養中の毎日の暮らしの中で見たものや気付いたことを、は



■2008年に初めて開いた個展の一場面。会場となった千葉市稲毛のギャラリーの観客動員数新記録を樹立しました

がきサイズの絵に表すようになりまし。

「寝ている間も脳は痛みのサインを感じているせい、以前は毎晩のように悪夢にうなされていたんです。それが絵を描き始めてから、不思議とピタリと収まった。だから私にとって絵は、安らかな睡眠を得るための不可欠な手段にもなりました」。

義父の強い勧めもあり、初めて個展を開いたのは翌2008年。それは描きためた作品をお披露目する機会であると同時に、「病名も実名も公表し、私が線維筋痛症の宣伝塔になる」との決意の表れでした。期待していた通りに新聞・テレビをはじめ多くの注目を集め、患者同士のネットワークも広がり、千葉県在住時はほぼ毎年、個展・グループ展を開催しました。15年の帰沖後は、「線維筋痛症の仲間がいることを県内

■「読谷のレディー・ガガ」として線維筋痛症の情報発信

今月は改めて、2020年の本誌ポストカードのイラストをお願ひしている画家の河辺友代さん特集します。難病の線維筋痛症と向き合いながら創作活動を続け、毎日を明るく前向きに生きる活力の源泉について話を聞きました。

線維筋痛症とは、体のあちこちに強い痛みやこわばりが生じる病気です。痛みは急に発症して慢性化し、一般的な検査をしても原因が見つからず、睡眠障害やうつ状態などさまざまな合併症を引き起こすこともあります。最近では、アメリカの人気歌手のレディー・ガガさんが闘病中であることを告白して活動を休止し、昨年暮れには元フジテレビアナウンサーの八木亜希子さんが同じように発症を理由に休業に入ることが大きなニュースになりました。



■2014年の個展の一場面。当初ははがきサイズの絵画がほとんどでしたが、この頃から大きめの作品にもチャレンジ

に広く発信し、病気についてもっと気軽に語り合える場をつくりたい」と自身の作品を常設展示したギャラリーカフェを一昨年まで運営するなど、ますます意欲的に活動しています。

その日そのとき描きたいものを題材に選び、色鉛筆でも水彩でも墨汁でも画材にこだわらなく、自由に楽しく描くのが河辺流。そのスピードたるやすさまじく、絵手紙サイズのイラストなら、コーヒーを飲み飲み一緒にゆんたくしている間に、1枚、2枚と次々と仕上がっていきま。純粋に美術作品としての評価も年々上昇し、2013年に2つの展覧会で千葉市長賞を受賞したのを皮切りに、帰沖後はこれまで2回、県内最大の総合美術展「沖展」で

入選を果たしました。「描いた絵は自分の手元に残すより、それを見て喜んで下さる方の手元にあつたほうが幸せ。原画にしか出せない味があるから、複製画はほとんど残していません」。

そんな話を中学3年時のクラス会ですると、「でもせっかくだから形に残そうよ!」との声が上ががり、同級生の協力の下に「366日の誕生花とどうちゅいむぬい(沖繩の言葉でひとり言の意)」を18年に出版。今年『フレッシュ! ウィンズ』と共にお届けするポストカードにも、同書掲載のイラストが幾つも含まれています。

「私の絵を見て、元気をもらった!」と言って下さる方は多いけど、おかげで私の元気がどんどん吸い取られて弱っていくわ。本当なら病気の私が元気をもらいたいのに(笑)」とどこまでもちゃめっ気たっぷりな河辺さん。とはいえ体調が優れないときは何日間も動くことさえままならず、過去には悪性腫瘍の手術も経験しました。それでもなお、絵を描き続ける強さは一体どこにあるのでしょうか。

「こんな変な病気になったりするって、人はなんで私なの?」って悲しむかもしれま



■右:1回目の個展の新聞取材をはじめ、メディアに取り上げられること多数 中:2015年帰沖後は三線教室に通い、新人賞を受賞。手話の習得にも励み、嘉手納・読谷のボランティア通訳士に登録 左:筋委縮性側索硬化症(ALS)患者の友人、現・参議院議員の船後靖彦氏と。数多くの作画依頼を受け、さまざまな絵画を贈呈しました

河辺友代さんは線維筋痛症の話をするとき、よく冗談交じりで「読谷のレディー・ガガ」を自称しますが、その根底には「病気のつらさを周囲に理解してもらえず、あるいは自分でも不調の原因が分からず、苦しんでいる人がたくさんいることを知ってほしい」との思いがあります。新聞の説明によると、国内での推定患者は200万人。医師の間でも認識度が低く、「詐病」と言われてしまうこともあるそうです。

「私が発症したのは19年前。原因が一向に分からず、病院シヨッピング」を繰り返して、病名を突き止めるまで5年かかりました。

痛みの現れ方は人によって異なり、河辺さんは自身の状態について「深い裂傷を負った直後に消毒して、傷口がジンジンしみていて、感覚」と説明します。また重症患者の中には、光に反応して痛みが激しくなったり、痛さのあまり失神したり、喉が痛くて食事が取れなかったりするケースもあるとのこと。河辺さんも普段は薬の力で激痛こそ抑えているとはいえ、痛み自体は四六時中継続しており、「それでも幸いなことに首からは無事なので、私のような口達者(笑)は病気



■2018年出版の作品集『366日の誕生花とどうちゅいむぬい』。皆さんの誕生花には、河辺さんのどんな言葉が添えられているのでしょうか?