地域の皆さんに支えられて19年目
〝CTKのキャスター〟が私の天職

コミュニティーテレビこもろ　チーフキャスター　後藤　理恵さん（40歳）

ケーブルテレビ局「コミュニティーテレビこもろ（CTK）」でメインキャスターを務める後藤理恵さんは今年で入社19年目。今ではすっかり小諸の顔になっている。出身は山形市。東京の大学に進学し、幼い頃からの夢を叶えるべく通っていたアナウンサー学校で、CTKの求人を見つけ就職した。

「小諸の皆さんは入社してすぐのころから気さくに受け入れてくれました。それからずっと市民の方に元気をいただいています。敬老会の取材で90歳くらいのおばあさんに『いつも見てるよ』と手を握っていただいた時は、嬉しくて涙が出ました。落ち込むことがあっても、忘れてしまいます。私には小諸が合っていたのでしょうね。〝CTKのキャスター〟という仕事が私の天職だと思っています」。

おなじみの笑顔で旬の話題をお茶の間に届ける後藤さん。「『小諸のことはCTKを見ればわかる』と思ってもらえるよう、いろいろなジャンルの情報をお届けしたいです」

大きな局とは違い、キャスターは企画・取材・原稿作成のほか、時には撮影や映像編集も手掛ける。やりたい企画が通りやすいという小規模ならではの利点と、色々兼務しなければならない環境が後藤さんを鍛え、8年前からは報道制作部をまとめる立場となっている。ライフワークともいえるのが、入社3年目から毎年制作している健速神社祇園祭の特番。入社初年に取材したとき、地元の人が「人生に無くてはならない行事」というほどの祭りとはどんなものか知りたいと思った。戦後70年の節目に制作した特攻隊のドキュメンタリーは、全国のケーブルテレビ局が制作したご当地歴史番組を集めた「ヒストリーアワード」で準グランプリを受賞。外部で評価されたことは、更なるやる気に繋がったという。

「ケーブルテレビは小さなことでも吸い上げる力が魅力です。今後は、まだ取り上げていない小諸の魅力や歴史を取り上げたり、人間ドラマやドキュメントを撮りたいです。視た方に『自分もやってみよう』『頑張ろう』と思ってもらい、小諸を元気にすることに繋がれば嬉しいです」。

最近、話し方講座の講師を頼まれるようになったという後藤さん。「CTKのキャスターという立場で活動が広がっていることが自分の財産です」と、とびきりの笑顔を見せてくれた。

（取材・文　村松　マヤ）

例えば同じ行事でも、毎年違った表情が見えるからこそ、相手や状況に合わせて取材の仕方や伝え方をその都度工夫する

ゆらさんの四季の薬膳

日本人はごぼう好き!?

6月は新ごぼうが出回る時期。ところで、ごぼうを食用にしているのは世界中で日本だけって知ってました？ごぼうは縄文時代にすでに中国から伝来したといわれ、平安時代の書物には「タキス」の名で記載されています。しかし、中国では牛蒡子（ごぼうし）の名で果実が薬として用いられ、食用されることはないようです。このごぼう、野菜の中でも食物繊維が飛び抜けて多く、大腸で発がん性物質を除去したり、高血圧を改善する働きが期待されています。

薬膳でも熱を持った腫れものやできもの、便秘、口の渇き、コレステロール値の改善効果が。ごぼうというときんぴらが一般的ですが、今回はごぼうソースをご紹介します。ごぼう100gはすりおろし、だし汁3／4カップ、しょうゆ、みりん各大さじ1・5、酒大さじ2を加えて中火で混ぜながら煮ます。刻み葱を適量加え、片栗粉でとろみをつけて出来上がり。野菜、白身魚、肉、何にでも合うので、ぜひ。

（国際中医薬膳師　小清水由良）