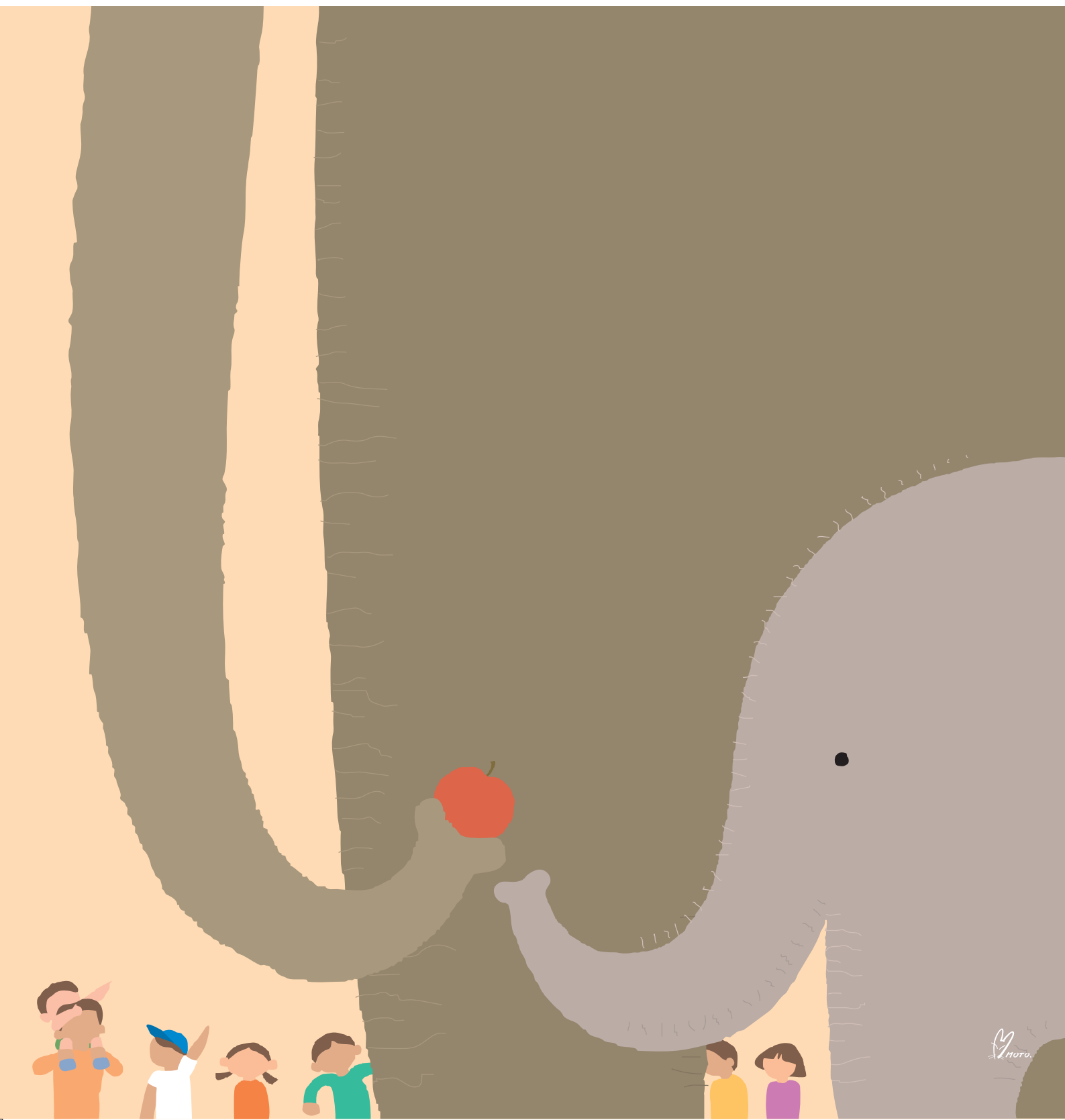


YUTORI

ゆとり

生きがいのための情報誌 38
2002年・春夏号

京葉銀行





92歳の今なお旺盛な創作活動が続いている詩人のまどみちお氏が、昭和26年、雑誌編集者時代に即興で作ったというごく短い詞です。のんびりとした象の動作を連想させる曲調は今も親しまれているこの歌の大きな魅力。作曲は昨年亡くなった作曲家の團伊玖磨氏で、童謡の世界でも多くの秀作を残しました。歌が生まれたのは、ちょうどインドのネール首相から贈られたインディラが上野動物園にお目見えした頃で、象舎前での初演奏には児童合唱団も参加しまし

た。太平洋戦争中、動物園の隣の東京音楽学校（現・東京芸術大学音楽学部）に通っていた團氏にとつて、戦争の犠牲となった動物たちの記憶が鮮やかによみがえってきたことでしょう。子どもの明るい笑い声が戻ってきた動物園は平和な時代の象徴となりました。開園120周年を迎えた上野動物園ではオス1頭、メス3頭のアジアゾウが飼育されています。また、まど氏の故郷である山口県徳山市の市立動物園前に「ぞうさん」の歌碑があります。

東京都台東区

ぞうさん ぞうさん
おはながながいのね
そうよ
かあさんもながいのよ
ぞうさん ぞうさん
だれがすきな
あのね
かあさんがすきなよ

作詞 まどみちお
作曲 團伊玖磨

童謡賛歌③

平和の使者を迎えた喜びの歌

「ぞうさん」

ゆとり

生きがいのための情報誌 38

2002年・春夏号

童謡賛歌③

「ぞうさん」……………2

いい旅、二人旅、心の旅 現代版「西国巡礼の旅」……………4

十八番札所 **頂法寺**／十九番札所 **行願寺**

家庭で作れる郷土の漬物③ ……………8

●指導／千葉伝統郷土料理研究会 間山 美佐子

ちばのいい話 ……………10

富里市誕生、県民の森、全国棚田サミットほか

ちばのいちばん物語 Vol.3 ……………12

全国唯一の“金の鈴”古墳／銚子漁港の水揚げ日本一

オープンカレッジ ……………14

俳句／短歌 ●選者・黒田 杏子／田谷 鋭

病をふせぐ ……………16

かゆみ予防にひと工夫「皮膚掻痒症」 古川 玄教

生涯現役 ■伴流 幸夫さん ……………17

建築大工で唯一の名工

ゆうゆう 遊湯ハイキング③ ……………18

秩父御岳山と大滝温泉

生き生きネットワーク ……………20

野球好きの固い絆で20年 **千葉シルバーボーイズ**

おいしい時間 ③ ……………22

「江戸ッ子寿司」 「ラ・パニエ」 「童子」

「大門」 「船橋更科」 「SCHEME」

表紙イラスト■野田市在住のイラストレーター・本橋 尚徳さんが童謡「ぞうさん」をイメージして描いたCG作品。本橋さんは野田出身の作曲家・山中直治の童謡の世界をCGで表現し注目を集めています。2000年、絵本『ようこそ歌の童画館』（新科学出版社）発刊。個展はじめ各種展覧会へ出品、ポスターやタウン誌の表紙イラストなども手がけています。



約1100本の桜が咲き揃う上野公園。張り出した枝は淡いピンクのトンネル



■ 旧東京音楽学校奏楽堂(国指定重要文化財)

明治23年に建てられた日本初の洋式音楽ホール。木造2階建てで、日本最古のパイプオルガンがあります。年間130回程度の演奏会が開かれます。

交通／JR上野駅から徒歩約10分

開館／日・火・木曜日、ホール等使用のない日

入館料／一般300円、小・中学生100円

定期コンサート／日曜日、第3木曜日

☎ 03-3824-1988

■ 上野公園総合案内所 ☎ 03-5685-1181

4月中旬～5月上旬 上野ぽたんまつり

5月25、26日 五條天神大祭

6月1日～7日 さつきフェスティバル

7月17日～8月上旬 上野夏まつり

先輩に混じって愛らしいしぐさのスーリヤ(中央)





ちようほうじ ぎようがんじ
十八番札所 頂法寺 / 十九番札所 行願寺

京都の町中であって「六角さん」^{ろっかく}「革堂さん」^{こうどう}の名で親しまれ、ともに広く町衆の信仰を集め、「町堂」のような存在として時を重ねてきた頂法寺、行願寺を巡ります。



今も昔も京都の中心・へそ石

現代版「西国巡礼の旅」



隣りに建つWEST18ビルからは本堂の見事な六角の屋根が一望できます



本堂前の縁結びのしだれ柳。おみくじを結ぶと願いがかなうといわれます

頂法寺

■京都の中心にある華道発祥の地

本堂が宝形造りの六角形であるところから、六角堂の通称で知られています。京都市街を東西・南北に走る地下鉄の交わる烏丸御池駅からすから四条通に向かうと、ちょうどその中間付近に位置します。オフィスビルが立ち並ぶ烏丸通から東に入ると、左手が六角堂です。境内には香が立ち上り、鳩が羽を休ませています。



一夜にして移動したという伝説を持つ六角堂の鐘楼は、六角通を隔てた場所にポツンと建っています。移動は事実かも？

■名物・へそ石

境内にある「へそ石」には、こんな話が伝わっています。平安京造営の際に地割をしたところ、六角堂が都の東西を結ぶ道路にあたる場所に建っていました。聖徳太子建立のお寺です。どうしたものかと観音様にお伺いをたてると、一夜のうちに堂が北へ15mも移動し、六角通造営がなったという話です。後に残ったへそ石は、明治初期まで道路の真中にあり、その後境内に移されました。現在の六角堂は幕末の戦乱で焼失した後、明治8年に再建されたものです。

て、その仏像、如意輪観音像を安置したのが始まりと伝えられています。

また、太子のお教えにより仏前に花を供えたことが「華道」の始まりとされ、子孫に受け継がれて華道家元・池坊いけのぼうとなりました。太子沐浴の泉の傍らに坊舎を建てたところから池坊と名づけられ、この寺の住職は代々池坊の家元が務めています。

創建は用明天皇2年（587）。四天王寺建立のための用材を求めていた聖徳太子がこの地を訪れ、湧き出る泉で身を清めようと、脱いだ衣服と念持仏を木の枝にかけて沐浴したところ、念持仏が木の枝から離れなくなっていました。その夜、夢のお告げがあり、太子はここに六角堂を建て

行願寺

■革聖のお堂

六角通を寺町通まで出て北上すると、丸太町通の一筋手前にあります。創建時是一条小川にあり、その後戦乱や火災でたびたび場所を移り、現在地に移ったのは天正年間といわれます。また、現在の堂は文化13

千鳥破風の屋根を重ねた本瓦葺き入母屋造り





本堂の軒先は唐破風の檜革葺き



文化元年（1804）建立の鐘楼。一間四方の本瓦葺き切妻造り

年（1816）に再建されたものです。

開創は寛弘元年（1004）。行円上人が一条北

へんどう
辺堂を復興し、

「行願寺」と名

づけたことに始

まります。この

名には、すべて

の人々の成仏を

「ねがい、行じる」

との思いが込め

られています。

行円は、もと

は九州で狩人を

していました

が、ある日雌鹿を射

止め、その腹の

中に小鹿が生き



境内にある3メートル余の加茂神社石塔。行円上人が、本尊を彫る霊木をいただいた加茂の明神を祭ったと伝えられています



古くから現在まで「都七福神めぐり」の寿老神札拝所としても信仰を集めています

ているのを見て、自分が行ってきた殺生の罪深さを知り、仏門に入ることを決意したといひます。

出家したのち、行円上人は暑さ寒さにかかわらず、そのときの鹿皮を衣にしたものを身にまとい、首には観音像をかけるという姿で、千手陀羅尼を讀誦しながら京の町中を布教して歩いたということです。このため行円上人は皮の聖、革聖と呼ばれるようになり、創建した寺は、通称「革堂」と呼ばれました。また創建当時、京都御所の北（一条）大路にあつたことから「一条かわどう（かうどう↓こうどう）」とも呼ばれました。

■絵馬の伝説

近所の質屋で子守り奉公に来ていた娘・おふみが毎日のように革堂に遊びに来るうち御詠歌を覚え、口ずさんでいたところ、怒った主人に殺されてしまいます。おふみの両親は娘を捜して革堂に祈願し、真相を知ります。両親が奉納したという絵馬は、毎年8月の盂蘭盆に供養されます。



山門前は寺町通と竹屋町通の合流点



●新島旧邸



京都御所東に建つ築後114年の同志社大学創始者である新島襄氏旧邸。コロニアルスタイルの洋風建築だが、日本人の設計と和風の手法によって建てられた貴重な文化財。

●本能寺



天正10年(1582)当寺に宿泊中の織田信長を、明智光秀が襲い天下をとる「本能寺の変」で有名な寺。市役所と御池通を隔てた南側にある。法華宗本門流の大本山。



●町家生まれの地麦酒

京都の銘酒を育んだ名水「桃の井」。今もなお絶えることなく湧きでるこの良質な水と、京の酒を守り抜いた酒蔵の歴史が仕込んだ搾りたての地ビール。キンシ正宗堀野記念館にて販売。

●キンシ正宗堀野記念館



キンシ正宗を創業した堀野家の旧本宅を公開。館内では帳場や座敷など昔ながらの造り酒屋の歴史と文化を、利き酒コーナーでは銘酒を味わえる。写真は名水「桃の井」

●京都文化博物館



日本のふるさと・京都。千年余の歴史、伝統文化がわかりやすく紹介され、旧日本銀行京都支店をそのまま利用している別館は古風なデザインと外壁の赤レンガが美しい。



●紫雲山「頂法寺」(六角堂)



京都市中京区六角通
東洞院西入ル堂の前町 ☎075-221-2686
■拝観無料
■御詠歌 わが思ふ心のうちは六の角ただ円かれと祈るなりけり
■交通 地下鉄烏丸御池駅徒歩3分

●霊應山「行願寺」(草堂)



京都市中京区寺町通
竹屋町上ル行願寺
門前町17 ■拝観無料
☎075-211-2770
■御詠歌 花を見ていまは望みも草堂の庭の千草も盛りなるらん
■交通 六角堂から徒歩約30分

キュウリとイカの 甘酢漬け

夏野菜を代表するキュウリ。

県内では旭市、九十九里町、大網白里町が主な生産地です。

ちょっとした包丁遣いで見ためも美しく、

食欲が減退しがちな夏向きの、さっぱりとした一品です。



● ● ● 材 料 (4人分) ● ● ●

キュウリ…3本 (1本約100〜120g)
 イカ(胴)…1パイ(約150g)
 ショウガ…1片 赤唐辛子…1本 塩…少々
 ゴマ油…大さじ1杯
 つけ汁(甘酢) 酢…大さじ5杯
 砂糖…大さじ4杯
 塩…小さじ1杯



1 キュウリに塩をふって板擦りし、ヘタを取ったら斜めに切り込みを入れます。裏返して同様にし、蛇腹の状態にしたら、2、3センチの長さに切っておきます。



● ● ● 作 り 方 ● ● ●

2 ショウガは皮をこそげて千切り、赤唐辛子も種を取って細かく切り、混ぜ合わせた甘酢に加えます。

3 イカは内臓と足を除いて皮をむき、表面にかのこに切り込みを入れたら裏から一口大に切ります。さつとゆでてすぐに甘酢に漬けます。

4 水分が出てきたキュウリを固く絞って甘酢に加え、最後にゴマ油を回しかけ和えます。30分程度して全体によく味がなじんだら出来上がりです。

● 仕上げのゴマ油は酢味をまろやかにし、酢が苦手な方も食べやすくなります。

● ゆでたイカはすぐに甘酢に漬けた方が味がしみ込みやすくなります。

● イカの切れ込みは、美しさや味の浸透とい

夏は新鮮な生イカ

日本近海で一番多く獲れるスルメイカは夏に漁の最盛期を迎えます。県内の主な漁港は勝浦、御宿、鴨川。新鮮なものは背に黒褐色の斑点があり、弾力性がある目が出ています。血中コレステロール上昇抑制効果や血圧低下作用があるタウリンを多く含んでいます。



キュウリと酢

酢がキュウリに含まれるビタミンC破壊酵素の働きを抑えるために、相性は抜群。またキュウリをぬかみそ漬けにするとビタミンB₁が増加することとはよく知られています。



うだけでなく、加熱時に丸まらない、食べやすいという利点もあります。

指導／千葉伝統郷土料理研究会

間山 美佐子



ちばのいい話

県内33番目の市制施行

富里市はどんなまち？

4月1日に誕生した富里市の特産品は、昭和8年から栽培が始まり現在出荷量全国2位を誇るスイカ。生で味わうだけでなく、摘果した小さなスイカの漬物、昨年から風味豊かな「富里すいか葛ゼリー」も販売されています。また牧場が多く毎年6月の競争馬の競り市は全国で北海道と同市だけで行われています。

◆◆◆イベント予定◆◆◆
6月15・16日 市制施行記念富里市すいかまつり

6月23日 市制施行記念富里スイカ



同市中沢にあるガスホルダー(千葉ガス)もスイカの産地をアピール

ロードレース大会

7月20日 富里市誕生記念コンサート

8月3日 市制施行記念富里ふるさとまつり

とまつり

11月3日 市制施行記念ふれ愛の祭典

房総海洋深層水に注目

地域振興の期待高まる

魚介類の養殖や食品、化粧品、海洋療法など多分野で利用が進む海洋深層水。県内でも白浜、館山、鴨川などで有効利用に向けた研究が始まっています。

水深約200メートル以上からくみ揚げられた水は太陽光線が届かないために細菌が少なく、栄養分やミネラルに富んでいます。将来の大規模な取水を想定して海岸から5キロ以内が適当とされる取水ポイントの一つが鴨川沖で、海底谷と呼ばれる深い溝があります。鴨川沖海洋深層水利用研究会は地元団体と共同で2度目の試験取水をする予定です。「気

象条件が合えば4月中にもやりたい。できれば海水を一般に配布していい利用法があればぜひ使って欲しい」と同会の島村隆夫事務局長。

森林浴でリラックス

県内6カ所の県民の森

①東庄県民の森 約100ha

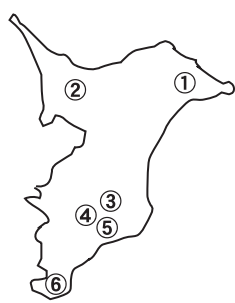
県北部の下総台地にありカモ類やオシドリなど水鳥が多くみられます。テニスコートや弓道場もあります。

②船橋県民の森 約15ha

都市部に近いながらも変化に豊かな樹林が広がります。フィールドアスレチックやバーベキュー施設など。

③大多喜県民の森 約61ha

県下有数の竹林面積を誇る地域に



★県民の森イベント(5月~10月)一部抜粋

実施日	イベント名	定員	主催
5/12	野鳥観察会	30	内浦山
5/18	早春の森で野鳥に会おう	30	館山
5/19	竹かご教室	30	大多喜
6/15	森林浴100選の森でハイキング	50	館山
6/16	山野草ガーデニング教室	30	東庄
6/22	幻想の世界ほたるウォッチング(1)	150	清和
6/29	幻想の世界ほたるウォッチング(2)	150	清和
7/6	幻想の世界ほたるウォッチング(3)	150	清和
7/21	あじさいハイキング	200	内浦山
8/4	写生教室	30	東庄
9/21	野鳥の森で巣箱作り	20	館山
9/22	山野草ガーデニング教室	30	清和
9/23	飾って楽しむ押し花作り	20	内浦山
10/6	竹皮ぞうり教室	30	大多喜
10/13	森のキノコ観察会	50	清和
10/19	森林浴100選の森でキノコや野草を観察	30	館山
10/20	自然観察ハイキング	50	内浦山
10/27	竹かご教室	30	大多喜

- 保険料や材料費などの参加費がかかります
- 申し込みは実施日の1ヵ月前から
- 日程や内容が変更される場合もあります

■東庄県民の森	香取郡東庄町
小南639	☎ 0478-87-0393
■船橋県民の森	船橋市大神保
町586-2	☎ 047-457-4094
■大多喜県民の森	夷隅郡大多喜町
大多喜486-21	☎ 0470-82-3110
■清和県民の森	君津市豊英
660	☎ 0439-38-2222
■内浦山県民の森	安房郡天津小湊
町内浦3228	☎ 0470-95-2821
■館山野鳥の森	館山市大神宮
553	☎ 0470-28-0166

あり、竹笹園や竹工芸センター、キャンプ場などがあります。

④清和県民の森 約3200ha
高岩・鹿野・大塚山系に囲まれ、小糸川流域の2つの人造湖を含む国内有数の規模。水源の森100選。

⑤内浦山県民の森 約294ha
清澄山系の南東斜面に広がり、シカやリスなどの野生動物の宝庫。ログキャビン、オートキャンプ場など。

⑥館山野鳥の森 約22ha
房総半島南端にある古くからの渡り鳥の中継地で、特別鳥獣保護区にもなっています。森林浴の森100選。

鴨川で全国棚田サミット

8月30日(金)～9月1日(日)

長狭米の産地として知られる鴨川市で8月31日からの3日間、第8回全国棚田サミット(全国棚田連絡協議会主催)が開かれます。首都圏での開催は初めて。市内西部、愛宕山のすそ野にある大山千枚田は都市と農村交流の拠点で、2年前に始まった棚田オーナー制は中高年層や若いフア



平成11年「日本の棚田百選」に認定された大山千枚田

ミリー層に希望者が増えています。全国76市町村から約10000人の関係者の参加が予想されていますが、今回の大きな特長は広く一般参加を呼びかけ、第一部の分科会、第二部ではステージショーや郷土料理教室など棚田の魅力を知るイベントも多数用意されている点。さらにスタン

ブラリー(4月29日～9月1日)、第1回房総の棚田写真コンテスト(6月30日締切)など、サミット関連イベントも充実しています。



大山千枚田(鴨川市釜沼地区)
●JR安房鴨川駅下車、日東バス・金束または平塚本郷行き「釜沼」バス停下車、徒歩約15分。
☆棚田サミットお問い合わせ
実行委員会事務局 ☎0470-99-8033

県内11番目の道の駅

栗源町に8月オープン

南房総を中心に県内10カ所にある道の駅。昨年多古町にオープンした「あじさい館」に続き、8月



道の駅「栗源(仮)」完成予想図

が仲間入ります。サツマイモやブドウなど地元特産品の即売所やレストランはもちろん、調理室では手作り教室が開かれたり、町内の体験農園の基地。立ち寄るだけでなくたっぷり一日過ごせる観光拠点になりそうです。

★県内の道の駅(ルート・☎)★

●しょうなん	県道船橋我孫子線	0471-90-1131
●やちよ	国道16号	047-488-6711
●栗源(仮)	県道成田小見川鹿島港線	0478-75-2111 (町産業課)
●あじさい館	沼バイパス	0479-79-3456
●ふれあいパークきみつ	国道千葉・鴨川線	0439-39-3939
●たけゆらの里おたき	国道297号	0470-82-5566
●ぎよなん	国道127号	0470-55-2111
●とみうら	国道127号	0470-33-4611
●三芳村	県道富津・鴨川線	0470-36-4116
●ローズマリー公園・丸山町	国道410号	0470-46-2882
●鴨川オーシャンパーク	国道128号	0470-96-1911

夢と冒険の画業総覧

松戸市の昭和ロマン館

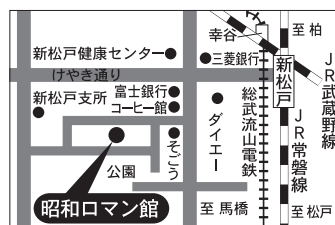
戦艦大和やサンダーバードなどのイラストで幅広い年齢層を魅了してきた柏市在住の挿絵画家・小松崎茂氏が昨年12月に亡くなりました。享年86歳。松戸市にある昭和ロマン館では彼の追悼展を9月7日から開催。一片の雲、一本の線にも魂を込め、最期まで筆を握り続けた画家の仕事多彩なジャンル別に展示します。



作品のほか空母模型などが並ぶ同館内の小松崎茂常設展示室

読者プレゼント

★招待券を10名様に！
ハガキに住所、氏名、電話番号を明記して、〒260-0032千葉県中央区登戸一ー九海潮社「ゆとり」編集室まで(締切り4月30日必着) 応募多数の場合は抽選の上、当選者に郵送します。



- 松戸市新松戸3-55 ☎047-341-5211
- 高校生以上/500円 中・小学生/300円 ☆65歳以上2割引
- 10:00～17:30 火曜休館
- JR新松戸駅から徒歩約8分
- そのほかの企画展 4/25まで昭和の挿絵展開催中 5/1～8/31童画による金子みすず展

京葉銀行の 税務相談会 をご利用ください

税理士が個別にお応えします

実施店	実施日	時間	お問い合わせ先
本店営業部	毎月18日	10:00	043-222-2121
柏ローンプラザ	毎月第2金曜日		04-7163-7272
船橋駅前支店	毎月8日		047-422-5501
本八幡支店	毎月16日	15:00	047-378-2511

- ★税務相談会は予約制となっておりますので、参加ご希望の方は実施店の窓口、またはお電話でお問い合わせください。
- ★実施日が銀行休業日の場合は、翌営業日に実施いたします。

ちばの

THE
FIRST
STORY
IN CHIBA

輝くばかりの金の鈴写真／木更津市教育委員会所蔵

全国唯一の“金の鈴”古墳

ま く た く にのみやつこ
古墳時代後期の豪族・馬来田国造の墓？



金鈴塚は古墳時代後期の西暦600年前後に作られたといわれています。墳型は全長100m余りで、大形の前方後円墳であったことが確認されています。木更津駅の北東約800mの浜長須賀地区に後円部墳丘と石室部が残っています。

昭和25年の発掘調査で石室から大刀や金銀細工などのほか、直糸9mmの金の鈴5個が出土したことから金鈴塚古墳と呼ばれるようになりました。長さ1・7mの石棺は埼玉県秩父産の緑泥片岩で作られ、当時すでに荒川―東京湾を経て物資交流の道が開けていたことを物語っています。古墳時代後期の木更津は上総国の玄関口であり交通の要衝でした。

注目すべきは、同古墳から仏教儀式で用いる銅容器が出土したことです。千葉県内で最古の寺院、上総の大寺は金鈴塚古墳より後の西暦680年ころに建てられています。



金鈴塚古墳実測図



す。金鈴塚が作られた時代に、すでに奈良県には寺院が存在していました。同古墳に祀られた豪族は大和政権下に組み、先進的な文化を受け入れていたものと考えられます。奈良・平安時代の書物にも名前が書かれていることから判断し、同古墳は木更津一帯を支配していた馬来田国造の一族の墓であると推察されています。

金鈴をはじめ、石棺などの出土品は昭和36年に国の重要文化財に指定され、市内太田山公園内にある「木更津市立金鈴塚遺物保存館」に保管展示されています。

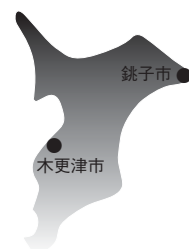
住所／金鈴塚遺物保存館・木更津市太田2-16-1
(太田山公園内) 0438-223676

開館／午前9時～午後4時30分 無料特別展は有料
休館／月曜日午後、火曜日、祝日の翌日、12月28日～1月4日

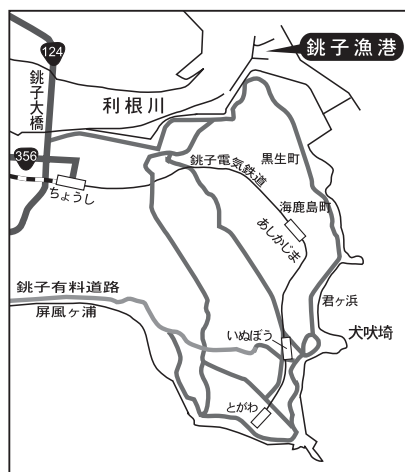
交通／JR木更津駅東口下車徒歩15分。または日東・小湊バスで駅前通り下車徒歩3分

銚子漁港の水揚げ日本一

八戸港を抜いて23万6千t (平成13年)



千葉県の最東端、利根川河口にある銚子漁港



漁港では港内の静穏を確保するための防波堤をはじめ、航路泊地などが整備される予定です。水産加工業は銚子市の基幹産業です。サンマ、アジ、イワシの干物のほか、しょう油味が生きるカツオの角煮、サンマ、サバ、イワシの缶詰などは銚子市を代表する味覚です。

銚子漁港は古く寛永年間
2位は平成11年、12年に
連続1位だった八戸港(青
森県)で21万4863t。3
位が平成12年には2位だっ
た焼津港(静岡県)で19万3
01t。4位は福岡港(福
岡県)の17万3027t。5
位が石巻港(宮城県)の16万
8854tと続いています。

銚子漁港は古く寛永年間
(1624~44)に紀州などから大勢の漁
業者が訪れ、漁港および商港として栄えま
した。本格的な漁港整備は大正14年に始ま
り、昭和21年に第1期計画が完成しました。
平成13年度には第9次漁港整備長期計画が
終了し、平成14年度から「漁港漁場整備10か
年計画」がスタートします。銚子

銚子市水産課の集計によると、銚子漁港
の平成13年水揚げ量は23万6017tで3
年ぶりに日本一に復帰しました。水温やプ
ランクトンの影響で、サンマが銚子沖まで

南下して平成12年の3704tから1万2
602tに増加したほか、イワシ11万34
12t、サバ5万8505tなど、銚子を代
表する魚がいずれも豊漁だったことにより
ます。

いちばん物語

Vol.3



海流や水温、プランクトンなどの影響でサンマが銚子
沖まで南下し、豊漁につながったと考えられています

志ん朝を偲ぶぶぐちり冬至かな

白井市 渡辺 岩夫

作者の想いは一読よく伝わってきます。師匠の芸をたのしみにしていた人は多かった筈ですし、私もそのひとりでした。逝去されたことは周知のこと。偲ぶという文字を使わずに気持ちをこめて詠むことも大切です。

《添削例》志ん朝を語るぶぐちり冬至の夜

ささやきの如く落葉の降りかゝる

安房郡千倉町 安西 スミ

こんなとき、誰でも一句読んでみたくなります。このままで十分意味は伝わります。俳句としての調べや表記をととのえてゆくと、この方のナイーブな感性が一層生きてくると思われます。

《添削例》ささやけるやうに落葉の降りかゝり

弟の命日偲ぶ原爆の日

千葉市 田邊 良治

この場合も命日ですから偲ぶという言葉はどうでしょうか。弟さんのお命日が即ち原爆の日であるという痛切な想いは読み手の心にもまっすぐ響いてくること。それらのことを考えて、次のように直してみました。

《添削例》弟の命日原爆の日なり

お遍路の足軽やかや山^{よせお}糖ふ

松戸市 布施木 和子

実際に高知県の方に旅され、そこでの所見と記されていました。秋遍路という季語ながら、みなさんほんとうにリズムカルに歩いてゆかれる。そこを詠まれた気持ちのよい句です。字余りにしたくないので、下五を秋の山と五音字で納めましよう。

《添削例》お遍路の足軽やかや秋の山

病む父に吹きてすすめる葛湯かな

習志野市 君成田 寛子

葛湯を父上のために作る。そのやさしいところが吹きてすすめるというあたりによく出ています。あまり熱いものは危険ですし、適温にしてというその思いやりのところを次のようにして表現したいと思います。

《添削例》病む父に吹きさましたる葛湯かな

二重三重槌音ひびけり神無月

千葉市 水上 秀吉

面白い句だと思います。神無月という季語がこの句の味わいをもしているようです。すこし言葉の位置を置きかえてみましょう。それで一句の表情がぐんと変るはずですよ。

《添削例》槌音の二重^{ふたえ}に三重^{みえ}に神無月

暁の虫の高まり闇深く

安房郡千倉町 鈴木 祈与

感じは分かります。暁方に高まってくるあの虫たちの大合唱は一度体験したら忘れられません。しかし、虫の高まりだけではちよつと無理。やはり虫の音ですね。ということで次のように。

《添削例》暁の虫の音闇に高まり来^く

曼珠沙華知らせずひとり逝きし人

千葉市 川名 つるの

連絡もなく、病んでいたことも知らせがないままに……というような想いを詠まれていると解して、直してみます。逝くを発つというだけで分かるかと思われませんが。この世を発つということ。季語の曼珠沙華で一句の世界は十分出ているとおもいます。

《添削例》曼珠沙華黙ってひとり発たれけり

母の名の墨色うすれし二尺指し
賃縫ひしたるまろき背の顯つ

茂原市 河野 ひさ江

昔の人は、よく物指しに名を記した。そこから、
背を屈めたお姿を思い出している。

《添削例》母の名の墨うすれたる二尺指し
賃縫ひ励みしまろき背の顯つ

ニューヨークに死すひとびとをとむらいて
ペールギユントを若者奏す

千葉市 伊ヶ崎 佳弘

アメリカにはアメリカの市意の現わし方があり、
それが描かれた。

《添削例》ニューヨークに死せるひとびとをとむらいて
ペールギユントを若者奏す

恒例の神田古本市にゆき
六冊購入秋夜の楽しみ

船橋市 矢萩 俊

重い本をかかえても心は満たされている。読書
好きの人の至福の世界だ。

《添削例》恒例の神田古本市にゆき
六冊購入す秋の夜のため

ITの講習受けて時流知り
パソコン買って未来に挑む

船橋市 植草 彦次

作者七十代のような立派。下旬、倒置してや
や改作。

《添削例》ITの講習受けて時流知り
未来ひらくとパソコンを買う

杖つきてバスに乗るのも一苦勞
茶髪の子席立ちくれぬ

市川市 谷口 貞子

若者はそれだけで世を明るくするが、やさしい
行動があつてさらに光る。

《添削例》杖つきてやうやくバスに乗りたるに
茶髪の子席立ちくれぬ

冬の日の集まれる処水仙の
青葉直ぐ立ち香は我を包む

君津市 原田 和子

透明な世界を敏感に表現している。「集まれる」
も正しいが、より直接的にしてみた。

《添削例》冬の日の集まる処水仙の
青葉直ぐ立ち香は我を包む

ひんやりと葉かげにひらく沙羅の花
梅雨の晴れ間の陽を透かしをり

鴨川市 小原 秀子

「婆羅」とも書くナツツバキか。その頃の季節感が
濃い。花に即して品よく「ひんやり」としてみる。

《添削例》ひんやりと葉かげにひらく沙羅の花
梅雨の晴れ間の陽を透かしつつ

大賀蓮数えきれない花の数
老いの我等にほほえみ見せて

船橋市 寺田 静

同窓会の折、見学された由。「ほほえみ見せて」
が純真な表現です。

《添削例》大賀蓮数えきれない花の数
老いし我等にほほえみ見せて

刈入れに励む農夫に光溢れ
コスモスの蔭道祖神佇む

我孫子市 本多 ミサ子

秋の季節がよく出ている。上下の句に関連性を
持たすため、天候をさきに言ってみた。

《添削例》晴るる今日刈入れに励む農夫あて
コスモスの蔭道祖神立つ

※1月31日までに到着したものの中から掲載しました。
今回の締め切りは平成14年6月30日です。

●病をふせぐ●

かゆみ予防にひと工夫「皮膚掻痒症」

(医) 古川医院 院長 古川 玄 教

皮膚に病変が見られないのに、かゆみだけを訴える病気を皮膚掻痒症そうようしやうといいます。

皮膚掻痒症には、全身性のものと限局性のものがあり、全身性掻痒症は、老人性掻痒症を含めて、高齢者に多く見られます。

老人性掻痒症は、加齢に伴い皮脂の分泌が低下し、角質の水分が少なくなり、皮脂が乾燥することによってかゆみが起こると考えられます。冬は空気が乾燥するのでかゆみは強まり、暖かい季節になると弱まってきます。

皮膚を乾燥させない、かゆみを起こさせない生活環境を作る工夫をしましょう。

かゆみが起きない生活環境とは

入浴時には、石けんは使用してかまいませんが、必要以上に使わないこと。またタオルなどでゴシゴシこすらないこと。皮膚の水分を保持している皮脂を取ってしまいません。

部屋の湿度に注意することも大切です。冬は、ほかの季節よりも空気が乾燥していて、暖房器具を使うので、室内は一層乾燥します。加湿器などを使い、部屋の湿度を保ちましょう。電気毛布などの保温器具も、体が温まる

とかゆみは増すので、注意が必要です。

下着は木綿のものををつけるようにしましょう。毛糸や化繊が直接肌に触れると、刺激になって、強いかゆみを感じさせます。

アルコール類は控えるにしましょう。体が暖まるトウガラシやワサビ、カレーなどの刺激の効いた食べ物も控えたほうがよいでしょう。

症状によるぬり薬と飲み薬の使い分け

老人性皮膚掻痒症の治療には、ぬり薬と飲み薬を用いますが、症状が軽いときはワセリンや尿素軟膏など、皮膚に保湿作用のある薬をうすくぬるのがよいでしょう。かき傷や湿疹などの二次的病変がみられれば、ステロイド外用薬も用います。

かゆみが強いときは飲み薬も有効です。抗ヒスタミン薬は、ねむけやふらつきを起しやすく、前立腺肥大症の方は、排尿障害を増悪させます。ねむけの少ない抗アレルギー薬がよいと思います。

全身性掻痒症は、糖尿病や腎臓、肝臓の病気、血液疾患など内科の病気に伴って起こる

こともあります。このときは、普通のかゆみ止めの薬は効きにくく、とにかく原因となっている病気を治さなければなりません。ほかにストレスやコーヒー、たばこなどの嗜好品が原因のこともあります。

限局性掻痒症の多様な原因

限局性掻痒症は、陰部や肛門周囲などに限局してかゆみがみられるもので、排尿障害や便秘、下痢などのほか、カンジダ、トリコモナス、ぎょう虫など、寄生虫が原因かも知れません。

皮膚に異状が見られないのかゆくてしょうがないという方、イライラせずに、一度かかりつけ医師にご相談なさってはいかがでしょうか。かゆみから解放されて、快適な日常生活をお送りください。



協力・(社)千葉県医師会



建築大工で唯一の名工

伴流 幸夫さん(74歳) 〈安房郡富山町〉

ハンチングがよく似合う建築大工の伴流さん。平成13年度、厚生労働省が選んだ全国の「現代の名工」491人のうちの一人で、社寺建築の再建を中心とした日本建築に長年携わり、社寺建築古来の技術を生かした修復活動が認められて受賞しました。今回選ばれた中で建築大工の部門は伴流さんが唯一一人です。

活動範囲は主に地元の富山町とその周辺です。同町吉沢の成願寺や同町川上の正寿寺の屋根ふき替え工事をはじめ、八雲神社（鋸南町大崩）の新築工事は伴流さんの代表的な仕事です。特に社寺の屋根ふき替えは技術と経験を要します。藁ぶきから瓦屋根に修復する場合、桁（けた）から上部の水平材など一切を外して4本の隅（すみ）木を入れ直します。この作



業は寸分の狂いも許されず、相当の年季と高度な技術が要求されます。

技術の裏付けは「経験だけです」と謙遜するが、同家に古くから伝わる数10冊の社寺建築資料を読破するなど、不断の勉強と実地体験の積み重ねによるものです。18歳で同じ建築大工だった父親に弟子入りし、親子の関係を断ち切って厳しい修業に没頭。伴流さんは身に着けた日本建築の技術を5人の

お弟子さんたちの求めに応じて伝えていきます。「この齢まで続けてこられたのは弟子たちのおかげ。弟子入りがあ

る限り忘れてなんかいられません」社寺建築で培った高い技術と丁寧な仕事ぶりは一般住宅建築にも生かされ、高い評価と信用を得ています。仕事以外に興味がないという伴流さん。「情けないけど女房と一度も旅行したことがない」と苦笑。（伴流工務店経営）

信用を得るためには確かな技術はもちろんですが、余りもうけすぎないことです、と。見習うべくは伴流さんの商売哲学です





うつむいて咲く姿が特徴的なカタクリの花



葉がでる前に花をつけるミツバツツジ(上)と、釣鐘状の小さな花がかわいらしいチチブドウダン(左)。いずれも花期は5月～6月



普寛行者の生家があった地に建てられた普寛神社。毎年5月3日は例大祭でにぎわいます

カタクリが群生する山岳修行の場 秩父御岳山と大滝温泉

埼玉県
秩父郡大滝村

秩父鉄道三峰口駅から秩父湖行きバスで約5分、強石^{こわいし}バス停で下車。少し引き返して左へ入り、しばらく行くと山道になります。東屋のある杉の峠までは杉林の中の急な登りが続きますが、その後は緩やかな尾根道です。4月の中旬から下旬にかけては、足元に可憐に咲くカタクリも姿を見せます。剣ヶ峰の少し先の伐採地からは秩父市街や、採石跡の山容が特徴的な武甲山が望めます。古池方面への分岐を過ぎるとまもなく

山頂です。広くはありませんが展望はよく、北西に秩父の名山・両神山、南には東京都の最高峰である雲取山が見えます。下山は大滝温泉のある落合地区へ。山頂付近の急坂を注意して下り、分岐を左へ行くと、つづら折りの道が続きます。やがて木橋が整備された沢沿いの道となり、いくつかの堰堤を過ぎて鉄の橋から車道に出ます。右に降りるとすぐ普寛神社に到着です。国道に出て5分ほど下ったところ

東京から荒川を1000キロ余りさかのぼった源流部にある秩父御岳山(標高1080m)。木曾御岳山の王滝口を開いた普寛^{ふかん}行者の出生地で、清らかな流れと杉の美林がハイカーを迎えます。また、今年は秩父三十四ヶ所観音霊場の午歳総開帳(3月1日～11月30日)に当たります。秩父鉄道の駅に近い札所もありますので、立ち寄ってみるのによい機会です。11月までは人気のSL「パレオエクスプレス」も運行されています。



山頂近く、古池方面への分岐点から見下ろす秩父市街。
やや右寄りに見えるのが武甲山

山頂にあるお宮。毎年4月の第3
日曜日に開山式がとり行われます



大滝温泉

平成6年にオープンした日帰り入浴施設で、すぐそばを荒川が



流れます。お湯は透き通っていて弱アルカリ性。また、近くには温泉スタンドもあります。

◆泉 質／ナトリウム・塩化物温泉

◆効 能／一般的適応症、切り傷、やけど、慢性皮膚病、慢性婦人病、アレルギー性呼吸器疾患(花粉症)など

●利用時間／10:00～17:00 木曜定休

●利用料金／中学生以上600円、小学生300円、乳幼児150円 ☎0494-55-0126

- 電車の場合(往き約2時間半・片道2,780円)
千葉駅(JR総武線)→御茶ノ水駅(営団地下鉄丸ノ内線)→池袋駅(西武池袋・秩父線特急)→西武秩父駅(徒歩)→お花畑駅(秩父鉄道)→三峰口駅(バス)→強石バス停
- 車の場合
関越自動車道・花園ICより国道140号で約60km
- ★大滝観光協会 ☎0494-55-0707
- ★大滝村役場H・P <http://www.vill.otaki.saitama.jp/>
- ★秩父フリーきっぷ(池袋発2,260円、2日間有効)

ろに道の駅「大滝温泉」(遊湯館)があります。隣接して村立歴史民俗資料館や特産品の直売所があります。ゆつくりと疲れをおとしたら三峰口駅まではバスで約20分です。夕方はバスの本数が少なくなるので入浴前の確認をお勧めします。

〈モデルコース〉
三峰口駅↓(バス)↓強石登山口↓杉の峠↓剣ヶ峰↓御岳山山頂↓普寛神社↓大滝温泉 ◎約4時間40分

※参拝・休憩時間等除く。



野球好きの固い絆で20年

『千葉シルバーボーイズ』

(千葉市稲毛区)

千葉県還暦軟式野球連盟に加盟する8チームのうち最も伝統のある千葉シルバーボーイズは結成から20年。メンバーは千葉市内を中心に市原や松戸などシニア(50代)を含めて33人です。

この日は毎週水曜日に仲よし公園(稲毛区小仲台)で行われているシルバー(60歳以上)のみの練習。グラウンド整備を終えると、準備体操に続いてキャッチボール、ノック、フリーバッティングなど休憩をはさんでたっぷり3時間。シーズンオフでもやる気は十分です。朝の寒さをはね返す元気なプレーに、散歩中の歩みを止めてじっと眺めて行く同年代の姿もちらほら。

「皆さんキャッチボール程度の経験はあるもので、若い頃がよみがえってくるんですよ。確かにゲートボールに比べれば危険はありますが、ケガをしないよう無理せず楽しくやっています」と語る会長の近藤栄治さんは最年長の80歳です。野球を通じての健康と生きがいづくり、地域社会の連帯を深めたいと定年



本番さながらのフリーバッティングの投手は交替で務めます



この日、霜の降りていたグラウンド。早速砂をまいて整備



休憩を兼ねたミーティング。チームをまとめる相川監督(手前)と近藤会長(中央)



熱の入ったフリーバッティング練習。還暦野球の塁間距離は25メートル。バッテリー間は16.3メートルです



シーズンオフでもコツコツ練習。ケガをしないように準備体操も念入りに

後すぐに仲間集めに奔走しました。

「人口移動の激しい街ですから全員が幼なじみというわけにはいきません。今は和気あいあいとやっていますが、信頼関係を築くには時間もかかります。まず互いに尊重し合うことが大切」と苦勞ものぞかせます。それぞれの野球歴や仕事人生はさまざまですが、声を出し合って白球を追うメンバー達には野球好きという単純かつ強い共通点があります。

休日にはシニアも参加しての合同練習。そのほか練習試合や公式戦など年間10回程度の遠征をこなして技術を磨いています。1985年には第4回還暦野球関東大会で見事優勝を果たしました。今シーズンも4月6日〜27日に開催される第11回千葉県還暦軟式野球大会が始まります。弘前市で行われる全国大会への出場権をかけ、スカイブルーのユニフォームのもと心を一つに優勝を目指します。

●チームへの参加希望の方、還暦軟式野球チーム結成に興味のある方は近藤さんまで……

☎ 043 (251) 8905

●タネの大きさ他店の3倍

「江戸っ子寿司」

(千葉市若葉区)

寿司の命はシャリとタネ。その両方を満足させてくれるのが老舗「江戸っ子寿司」。しかもリーズナブルな値段とあって、遠方から家族連れやサラリーマン諸氏が連れだつて訪れます。

タネの大きさは噂通り。なまはんかではありません。マグロなどの「切りもの」は、すべて他店の3倍。ご主人の鈴木正三さん(48歳)は毎朝、船橋と成田の各市場へ交互に出かけ、マグロ10kg(約100人前)をはじめ、季節の魚を当日分



だけ仕入れるので新鮮。にぎり1500円〜2500円が人気。変わり種でアボカド刺身400円、くじらの竜田揚げ700円、あんきもポン酢800円も好評。

所 千葉市若葉区千城台東1-20-3
☎ 043-237-9136
交 千葉都市モノレール千城台駅から徒歩3分
営 11:30〜14:00
 17:00〜20:00
休 月曜日(祝日の場合振替)
P あり
席 座敷16畳・テーブル30席



●食を豊かにするハーブの香り

「ラ・パニエ」

(山武郡九十九里町)

片貝漁港のそばにあるハーブガーデン・サンコーファミリー農園。ここで栽培されるハーブ(200種以上)と、水揚げされたばかりの魚貝類をふんだんに使ったヘルシーメニューを園内のレストラン「ラ・パニエ」で味わうことができます。特に、シェフ田中君典さん(57歳)おすすめの「イワシのローズマリー」(600円)と「白身魚のクリームソース」(セット1500円)は逸品。ハーブの香りが絶妙です。食後にハーブ入り手作りケーキも美味。園内にはリース作りが体験できるハーブ工房、遊具施設、小動物小屋もあり、家族連れで楽しむことができます。



所 山武郡九十九里町片貝4477-2
☎ 0475-76-6581
交 車で千葉東金道路→R126→東金片貝線
営 4〜11月9:00〜18:00(入園料¥300)
 12〜3月9:00〜17:00(1・2月9:30〜) 無料
休 火曜日(祝日の場合振替)
 ※オートキャンプ場完備



●自然を味わう炉端焼

「童子」

(夷隅郡大多喜町)

春はタケノコ料理や山菜料理。夏にはホタルや山の涼風、虫や鳥の声など自然を肴に舌鼓。秋には栗ごはんやきのこ、山イモ。冬は炉端で地酒や竹酒で体の芯までホットに。

炉端焼「童子」はいすみ鉄道総元駅から南へ約4km、平沢ダム近くの竹林に囲まれた店。純和風の構えが周囲の自然にとけ込んでいます。食材は魚介類に肉と町特産のタケノコなど。単品のほか魚介類が中心の3000円コースから



シーフードとステーキの10000円まで7コース。「食は遊び。子供のように遊びながら楽しく食べてほしい」とオーナーの渡辺多美子さんの店名も渡辺さんの食の哲学から付けられたものです。

所 夷隅郡大多喜町平沢1605
☎ 0470-84-0354
交 いすみ鉄道総元駅からタクシー
営 11:30〜22:00
 要予約
席 本館4室 離れ2室
P あり



●門前で食す創作割烹

「大門」(松戸市)

“あじさい寺”として有名な松戸市の本土寺。夜桜や紅葉の季節にも多くの参拝客が訪れています。その参道に今年2月にオープンしたばかりで、店名は「大門通り」という地名にちなんでいます。初めての出店に意気込む店主の長谷川さんが毎朝、市場や魚河岸で仕入れてきた素材を、旅館や料亭で長年磨きあげた腕で存分に楽しませてくれる日替りのメニューの数々。

1階はカウンターとテーブル、和室。2階は最新カラオケを備えた御座敷です。



大理石のカウンターと白木のモノトーンで落ち着いた雰囲気の1階。サービスランチ750円。おまかせミニ会席2,000円～。おまかせ創作料理3,000円～。

- 所** 松戸市東平賀42-2
☎ 047-346-0057
交 JR常磐線北小金駅から徒歩約7分
営 11:30～14:00
 17:00～22:00
休 不定
宴 50名様まで
P 約10台 ※送迎バス有



●粹人に好みの味と風情

「船橋更科」(船橋市)

同店に、知る人ぞ知る人気メニューがあります。地酒とお蕎麦コース(1650円～2200円)がそれ。全国の銘酒一合をそば味噌、板山菜、卵焼きなどを肴に味わうもので、仕上げは北海道・沼田産のそば粉100%のもりそば、またはかけ。ご主人の蕪木さとしさん(31歳)が作家・池波正太郎の世界に憧れて演出した舞台です。

自らが石臼をひいて作るそばには香りと甘みが十分。かき揚げ天もり(1500円)、鳥汁そ



ば(830円)なども人気メニューで、季節を問わず食されています。「昔の仕事がしたくて」この道に入った蕪木さん。素材を生かすために薬味や大根おろしなど、すべて手作り。味は保証付きです。

- 所** 船橋市湊町1-2-21
☎ 047-433-3383
交 JRまたは京成船橋駅から徒歩5分
営 平日11:30～14:00
 17:00～20:30
 休日11:30～15:00
 17:00～20:30
休 月曜日 **P** あり
席 畳20人・テーブル32席



●手作りフランス菓子

「SCHENÉ」(佐倉市)

平成12年12月に北習志野の住宅街から国道296号(成田街道)沿いに移転。明るく雰囲気のカフェ・スペースもある店内には、ケーキやタルトなどの焼菓子が30種以上も並び、1個150円～350円。「香り、味、食感のバランスが大切」と語る店主・長屋さんは新商品作りにも意欲的です。不定期ですが、お菓子講習会や男性向けの菓子教室も実施しています。

飲み物は200円。4種類のランチセットも好評で飲み物付きで780円。



(手前から時計回りに)モンブラン、イチゴのショートケーキ、ヴァレドージュ(各350円)。ケーキ、焼菓子は1個150円～350円。

- 所** 佐倉市上座558-58
☎ 043-463-6662
交 京成線ユーカリが丘駅北口から徒歩3分
営 10:00～20:00
 ランチ11:30～15:00
休 不定
P あり



※特に記載のお店以外は消費税別途となります。