

和合

No.91
2013.2.20

題字：三浦修次



主な掲載記事

和合ってどんなところ	2
ふるさとを想う	2
年中行事（行事食）	3
和合の里のお地蔵様	3
老いないために	4
和合の交番	4
亀治からのメッセージ	5
せんせいあのね！	6
私の健康・健康レシピ	7
もっしえけの	8・9
地域インフォメーション	10

おからでドーナツも作ったよ！

1/27 親子元気塾（豆腐づくり）

和合ってどんなところ

「田んぼの水、どのくらい入れたらいいのか、わかりません。」「熊谷神社で、阿部亀治の話をしてください。」「畑の先生に植え方を教わりましょう。」「四公に行って、吉田堰のことを質問してきましょう。」「あの子のこと心配していますが、スポ少での様子はどうですか。」「突然ですが、子どもたちの発表を見て感想を言ってください。」学校の行事やお願ひに、何でも協力してくれる。あんなこんな無理難題にも、快く応えてくれる。それが和合の里の人たちだ。

保護者の方々、おじいちゃん・おばあちゃん、地域の方々。みんなにめっこがってもらい、みんなに育ててもらっている四小の子どもたち。いや、私たち職員こそ、地域から育ててもらっているのだ。

“和合ってどんなところ？”と聞かれたら、「それは、温かくて協力的で優しくて厳しくて、とってもとっても好きなところ。」と答える。あ、あともう一つ……「地吹雪が半端じゃなくものすごいところ。」猛吹雪の和合の里にも、もうすぐまた春がめぐってくる。



第四小学校 山本典子先生

ふるさとを想う

齋藤市朗さん(吉方出身 栃木在住)

仕事の関係上ふるさと庄内を離れたのは、まもなく40歳に手が届こうかという年代でした。その分庄内に慣れ親しんだ年月が長かったせいで、庄内弁(庄内ことば)の記憶も新しく、若くしてふるさとを後にしたクラスメート等に会う度、庄内弁の指導をする自分が気が付く事も度々でした。

それにしても公式文書に「和合」の文字を見るのは随分久しぶりの事に思えます。中学生時代を過ごした「和合中学校」はもはや無く、いくばくかの寂寥感を抱いたものでした。

中学時代には最上川の流域の変遷を知ろうとの大いなる好奇心から、和合の地、特に大和地区を仲間たちと走り回ったものでした。

長い会社人生を終えた今は、ふるさとから持続していたものであろう野菜作りと、年に数回の海外旅行やその合間に縫っての国内旅行にうつつを抜かしています。

テレビ等に例えば「西袋の金魚屋さん」等の映像が流れたり、藤沢周平作品に露出する庄内ことばに、自分の中に流れる「庄内人」を意識してしまいます。

変わって欲しくない「ふるさと」の自然や人情、私はそれを大事にしたいと思います。

おほの年中行事

●ひな祭り(三月)

四月に行われていたひな祭りだが、最近では三月に行なうようになつた。

二月二八、九日頃に子供の誕生祝いに買った瓦人形を節句に飾つたもので、昔ながらの色々な人形を飾り、甘酒、あられ、菱餅を作つておひな様に供えた。あん餅を食べる家もある。

子供たちは、おばあさんに連れられたり、また友達と一緒に家々をまわつて「おひな様見せてくれ」というと、どこの家でも喜んで入れて、甘酒やアラレなどを振る舞つてくれた。

春分の日と秋分の日を中日（彼岸の中日）として前後三日間を入れた一週間を彼岸（春の彼岸・秋の彼岸）といい、亡き靈を供養する彼岸供養のために寺院での法要に出向いたり、お墓参りをしたり、僧侶を招いて読経をあげてもらつたりする。

中日には田の神下ろしが行われ、農作業の上でも節目となる行事である。



●春彼岸・中日・田の神下ろし

春分の日と秋分の日を中日（彼岸の中日）として前後三日間を入れた一週間を彼岸（春の彼岸・

和合の里のお地蔵様

（語り手）阿部隆一さん
（聞き手）富樫

子どもを授かり、産まれると地蔵様の身支度を整えていたとの言い伝えもあつたようだ。

社会情勢の変化で講の維持も大変な時代ですが、現在も年一回、八月二十四日（月おくれ地蔵盆）に既婚の女性が村の地蔵様へお参りをし、公民館で食事会をして親睦を深めています。

皇大神社の境内にあるお地蔵様は、代々安産の神様といい伝えられている。
当部落には、昭和二十年代頃から地蔵講という組織があり、当時は三月と八月の二回、ごちそうを持ち寄つて集まつていたそうです。また、子どもづれで他町村（旧平田町砂越・旧立川町狩川）の地蔵様へお参りに行つた事もあつたと聞いており、当時の婦人方の楽しみの一つでもあつたようです。



～大和の行事食より～

★甘 酒

《材料》 こうじ900cc(1升)、もち米140g(1合)、水1500cc

【作り方】

- ①もち米と分量の水でおかゆを炊く。
- ②おかゆが80℃位に冷めたら、こうじをほぐしながら混ぜる。
- ③電子ジャーに入れ、3~4時間スイッチを入れ、こうじが柔らかくなつたらそのまま、また4時間蒸らしておく。
- ④冷めたらフタ付きの容器に保存する。



老いないために!!

介護予防③ 腹筋・背筋の運動で腰痛予防!!

平成23年2月に町が実施した高齢者ニーズ調査で女性の多くが背中が丸くなったりと回答していましたが、腹筋・背筋が衰えると姿勢が悪くなり腰痛を起こしやすくなります。日常的に良い姿勢を心がけることと、運動で筋力を維持・向上することが大切です。無理のない運動で腰痛を予防しましょう。

◎腰痛予防運動をする時の注意

- 反動をつけない
- 他の人に押してもらわない
- 痛みがある時は運動しない(運動中に痛みが出た時はすぐにやめる)
- 柔らかい布団やマットの上では行わない



◎高齢者向きの腹筋運動

1. 仰向きに寝て両膝を曲げ膝を立てておく
2. 手は腰の脇に置き
3. 膝を曲げたまま片足ずつゆっくり胸の方に引き寄せる
(10回位から少しづつ回数を増やす)

◎高齢者向きの背筋運動

1. 腹ばいに寝て両足を伸ばしておく
2. 両手を額の下に重ねて置く
3. 片足ずつゆっくりお尻の方に曲げる
(10回位から少しづつ回数を増やす)

◎運動教室への参加を希望する65歳以上の方に、教室のご紹介をしています。ご相談ください。

高齢者総合相談窓口(介護相談・心配事などお気軽にご相談ください)

庄内町地域包括支援センター
(介護センターほほえみ内)
TEL 45-1030

庄内町地域包括立川サブセンター
(庄内町役場立川庁舎内)
TEL 51-2505

和合の交番



利殖勧誘詐欺・振り込め詐欺にご注意!

～利直勧誘詐欺・振り込め詐欺を防止するために～

- | | |
|----------|---------------------------------|
| う | → うまい話にすぐのらない |
| そ | → 送金(ATM・レターパック・現金書留)しない |
| だ | → 誰かに相談する。本人に確認する |
| よ | → よその国の通貨、未公開株等の購入話には要注意 |
| の | → No! ときっぱり断る(これはあやしいなあ……と思ったら) |



平成24年中、県内の利殖勧誘詐欺の被害総額は

約1億5,000万円

また、県内の振り込め詐欺等の被害総額は

約1億3,700万円

と、深刻な被害金額となりました。

全国的には

オレオレ詐欺被害の高額化
還付金等詐欺事件の増加
金融商品等取引名下の詐欺被害の急増
も見られます。

「私はまだされない」
「どうせウチには電話(封書等)はこない」と、油断しているかもしれませんか?
犯人グループからの電話・封書は、いつ来るかわかりません……



亀治からのメッセージ

亀ノ尾の里資料館

●今年も「雛(ひな)人形展」が始まります。

今年度最後の企画展「清河八郎記念館収蔵品展～清河八郎没後150年を振り返る～」には、町内外から多くの皆さんにご来館いただきました。ありがとうございます。

さて、亀ノ尾の里資料館では、和合の里に春を呼ぶ「雛（ひな）人形展」の準備を進めています。この展示は、「日本海ひな街道」の一員として毎年恒例となっていますが、今年は2月27日(水)からの開催です。当館所蔵の古今雛（主殿新田石川文右衛門家より寄贈）と庄内地方特有の素朴な土人形はもちろんのこと、今年は、「古関獅子踊り」のミニチュア人形や余目第四幼稚園の子どもたちが作ったかわいらしいおひな様が皆さんをお迎えします。

企画展は4月3日(水)まで。夜9時まで開館していますので、夜間公民館を利用された時や、ちょっとした待ち合わせの時間などお気軽に立ち寄りください。



雛(ひな)人形展

期 間：2月27日(水)～4月3日(水)

時 間：午前9時～午後9時

入館料：無 料

休館日：3月19日(火)

昨年のロビーの様子です
今年はどんな人形が
出迎えてくれるかな？

今年度もたくさんの皆さんにご来館いただきました。ありがとうございます。

◆亀ノ尾の里資料館

1,687人

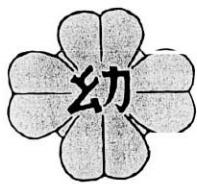
◆歴史民俗資料館（7月～8月まで）

209人（1月31日まとめ）

亀治の目

庄内の冬の代名詞、地吹雪。今年もすでに何回あっただろう。台風並みの強風は家をゆらすほど。風は庄内平野に降り積もった雪をとばし視界を奪う。日照時間の少ない庄内の冬だが、数えるほどしかない晴れた日の鳥海山を望む風景は本当にきれいだ。

冬は一面の銀世界、夏は暑く実りの秋は黄金色に輝く。自然豊かなこの地域は、四季折々の姿を楽しませてくれる。ばんけができる庄内平野の春はもうすぐだ。



よつばっこ通信 第四幼稚園

せんせい、あのね！

雪遊び だい好き!!

冬は、大人にとっては寒くて厳しくて、除雪の毎日で、大変な冬。でも、子どもたちにとっては、とっても楽しい冬の季節。

雪が降ってくると、「雪遊びする？」と目をキラキラさせて楽しみにしている。

「きょうも雪遊びできるよ～！」というと「ヤッター！」と飛び跳ねて大喜び。そういう時は、お片付けも早い早い。身支度もとっても早い。

雪遊びの必須アイテムは、帽子、手袋、防寒具（今はアノラックと言わないらしい）、カッパズボン（スノーズボン）、長靴の5つ。どれ一つなくとも寒くて、冷たくて遊べない。「忘れないでもってきたよー」とニッコニコ。靴下の中にズボンの裾を入れ、雪が中に入らないように真剣。身支度がとっても上手になった。

今年は和合めんごの会会員でもある南興屋の佐藤さんから昔ながらのワラ入り肥料袋のソリを作っていただいた。玄関にあるのを見たお迎えのお祖父ちゃんも「なつかしの～、これ一番滑っていなやの～」と絶賛！

子ども達はソリをかついで山を目指す。初めはバランスをうまくとれず、すぐに転がっていた。何度も何度も繰り返す。転がって落ちては山を登り、また転がっては登る。そこには、滑りたい、うまく滑りたい、シーッと滑りたい、その思いだけで何度も挑戦する。ソリもだんだん馴染んでき、形が滑り易くカーブしてくる。そこに座ってお尻をうまく動かしながら抜群のバランスで滑っている子ども達。身体がバランスのとり方を覚える。そのうち、うまく滑ることができた時の子ども達の笑顔。ヤッターという満足感の笑顔が輝いていた。

滑っても楽しい、転がっても楽しい。楽しいをいっぱい経験できることが、子ども達のいろいろな力につながっていくと感じた。楽しい体験を子ども達にいっぱい経験させたいと改めて思った。

（私も子ども達に負けじと滑って見た。何度も滑って見た。「楽しい！ 最高!!」思わず叫んでいた。）



～10才になつたよ！～

第四小学校

「感謝・成長・夢」をテーマに、10年間の、そして今の自分を振り返り成長を喜び、今までお世話になった家族に感謝の気持ちを伝え、10年後の自分を思い描いて将来の夢を語ろう！と二分の一成人式が行われた。子どもの成長・発達において“10才”はひとつの区切りといわれていて、4年生の授業参観で今では恒例となっているが、四小では約20年位前から行うようになったといわれている。



「僕は大きくなったら、サッカーの選手になりたい。」「たくさん勉強してお医者さんになりたい。」など、さまざまな目標や感謝のメッセージをしっかりととした口調で堂々と語っていた。ダンスやリコーダーの音も響き渡り、子どもたちを見守る、お家の方々の優しい表情も印象的だった。等身大の自画像が窓に貼られた講堂には温かな日差しが差し込んでいた。

私の健康

乙坂 茂さん（小出新田）



近隣の同年代の方々に接して思うことに、すこぶる元気で活動的な人々が多くおられる反面、体調を崩してしまう方々も少なくありません。

長寿社会なので必然なのかもしれません、わが庄内町では「元気でご長寿日本一」のスローガンのもとで盛んに活動を展開されておりますが、私たちも老人会等を通し、陰に陽に恩恵を受けさせてもらっております。健康管理は自ら行うことが原則であろうけど、なかなか思うようにならないのが実態だと思います。元気な方々は本来丈夫な体質なのかもしれません、それだけではなく適当に働き、各種のスポーツ、趣味のグループ、老人会の行事に積極的に参加している方が多いと思います。つまり自ら進んで人中に出ることが活力の秘訣ではないかと思っております。

私もそのように心掛けたいと思います。自分は植木の管理を趣味として25年以上になります。最初は「野っ子」のような苗木の植え付けから始めたのですが、本数もふえ年間を通して「花木」に花の咲いていない時期がなくなりました。（冬は寒椿が咲いているので）今は寒椿と蝶梅が咲いております。いろいろと手入れなど大変といえば大変ですが花が咲き、実を結び、紅葉の時は本当に心を癒されます。ささやかな趣味を通じ心身の健康を保ちながら、他者に大事にされ、他者に迷惑を掛けず、思いやりの心を失わず、穏やかな老後を送りたいと思っております。

健康レシピ

～豚肉とうずら卵のしょうゆ煮込み～



◎材料 (6人分) ●

豚もも肉(角切り)	250g
長ねぎ	2本(2cm位の幅に切る)
しょうが	1かけ(みじん切り)
板こんにゃく	1枚(1cm角切り)
うずら卵(水煮)	15~20個
～調味料～	
しょうゆ	40cc
砂糖	25g
酒	20cc
みりん	30cc

◎作り方 ●

- ① こんにゃくは湯通しておく。
- ② それぞれ切った材料を鍋に入れ煮る。
- ③ うずらの卵は他の材料が煮えてから入れる。
(煮くずれしないため!!)

酢を10~20cc位入れると肉が柔らかくなるのでおすすめです♪



もっしえけの♪ また、がたうでのー!



好奇心は健康の秘訣



◇私たちは開講式に始まり、年間7回の学習会や研修見学があり、12月4日で修了式がありました。館長さん、老人クラブ会長さん、職員、そして参加者と勉強したことが楽しい思い出となりました。

5月「酒田共同火力発電所」見学。昭和49年、公害防止細目協定締結で10月より、1号機運転開始、2号機翌年運転。環境に優しいと思いました。9月「コンサート鑑賞会」に須貝智郎氏を招き、体育館で幼稚園、小学校、大人まで参加して、子育てや命の尊さ、そして今ある幸せについて会場は大勢の人でぎわい楽しみました。

(工藤 岩美さん 赤渕新田)

◇大学院に入学して、仲間と一緒に、また子どもたち、地域とふれあいながら学習が始まるかと思うと、気持ちがわくわくして来ます。いろいろな企画も準備されているようですし、地域社会で豊かに暮らすことが人と人との絆



ではないでしょうか。そういうところからも有意義な学習生活ができたと今有難く思っております。なかでも第四小学校でのふれあいコンサート。須貝智郎さんと一緒に、体育館に響き渡る元気な声。あれが子どもたちの姿だと思い、私たちも感動・元気をもらひただただ驚くばかり。楽しく聞かせていただきました。毎回が楽しく、大学院を修了して絆を忘れる事のできない学習でした。皆々様に厚く感謝申し上げます。ありがとうございました。

(齋藤 専一さん 吉方)

【和合大学院】

まだ山さ登りつでえ~



◇ぼくは、月山登山が一番楽しかったです。またやれるならやってみたいです。みんなでなかよく力を合わせて、またやりたいです。
(4年 國井 優希さん 反吉)

◇わたしは、7つの活動全部に参加できてよかったです。



月山登山では、足がすごくいたかったです。わたしは料理をしないんだけどどうまく作れたのでよかったです。来年も参加したいです。
(4年 荒木 柚穂さん 南野)

◇今年のJr.カレッジはいろんな楽しいことがあって良かったです。グラウンドゴルフはみんなと楽しくやれたり、ドライカレーとナンもとってもおいしかったし、ミニ門松作りでも、地域のお年寄りの人がよろこんでくれたので全部楽しかったです。最後の雪遊びもとっても楽しかったです。
(6年 成澤 順子さん 西袋)



【Jr.カレッジWAGO!!】

地元の魅力、再発見！



◇24年度の「山形民族紀行Ⅰ」も大変楽しいものでした。5回の講座のどれが一番だったかと考えてみましたが、どれもが充実した内容で……。庄内の年中行事では伝統ある行事をなつかしく思い出し、関川のしな織センター、庄内の建造物では知ってたつもりが新たな発見がたくさん!! 県立博物館での国宝の縄文の女神との出会い、また黒川能のすばらしさには感動しました。

来年度はどんな講座を準備してくださってるかと、開講を心待ちしています。(波田 美保子さん 上朝丸)

◇今年度、第四公民館主催の町民大学「山形民族紀行Ⅰ(全5回)」を受講しました。現地研修が中心で、二回は昼食付きです。現地で実物を前に講師の話を聞き、各土地の名物を食べる楽しさを満喫しました。特に印象的だったのは、第5回目の黒川能の太夫による「仕舞」鑑賞です。庄内弁入りの地謡が面白く、太夫の舞は想像以上に迫力があり、一子相伝の芸の深さと技に感銘した一日でした。



次回の民俗紀行Ⅱにも大いに期待しています。
(佐藤 一さん 西袋)

【町民大学歴史民俗学部】

トレッキング、おもしろけの~

◇「おやこ元気塾」という私に、「行く！」と言つて申し込んでから、あつという間に一年が経ちました。

娘は三年生で、元気塾は最後のチャンス。

色々な体験をさせてあげたいと思っているので嬉しかったのですが、今の子どもたちはスポ少や習い事もあつたり、ちゃんと参加できるかな……と心配もありました。学年でたつた一人の参加はちよつぴり残念でしたが、トレッキングや物作り、娘の大好きなクッキングと親子で楽しく体験し、貴重な時間を過ごす事ができて良かったと思います。お世話になった皆さんありがとうございました。

(3年生 工藤彩稀さん
お母さん:久美さん 古関)



◇わたしは一年生の時から元気じゅくに入りました。今年一番楽しかったのは、親子トレッキングです。見たことのない大きなイチョウの木を見たり、山をのぼって、ちょうど上でおやつを食べたことがとても楽しかったです。三年生になってもまたさんかしたいです。



(2年生 斎藤 綾菜さん)

◇幼稚園の頃から二つ上の姉とお世話になっていました。身近で自然を感じることが出来たり、エコで車を作つて感激したりと普段経験の出来ない貴重な体験をさせていただきました。子どものいい笑顔、本当に楽しそうな姿を見ることが出来て、親子共にお互いを良く知りながら、より深く触れ合える場であると思います。公民館職員の方々、毎回楽しい企画を設けてくださり本当にありがとうございました。 (*^。^*)

(お母さん:鈴さん 沢新田)



◇今年度初めて参加し、普段経験出来ないこともいろいろ教えて頂きながら親子ともども、楽しむことが出来ました。登山、ざっこしめでは、自然に触れ、体を動かし生命の大切さを学ぶことが出来ました。工作が一番楽しかったようで、真剣に作成し、風の講義では一年生なりに学ぶことができ、夏休みの自由研究の参考にもしていました。なかなか、親だけでは体験させられないことも元気塾では親子、また、子ども同志、親同志交流を持つことができ、感謝しています。来年度は次男も入学するので、ぜひ兄弟で参加したいと思います。

(1年生 高橋 煌太さん
お母さん:真貴さん 前田野目)

【おやこ元気塾】

ともだち、いつまでござだあ♪

◇ひまわりっ子でいちばん楽しかったことは、みんなとかみで、ゆきをつくってあそんだことです。ゆかにばらまいて、さいごにてであつめたところが、とてもおもしろかったです。

(長南 青波さん)



◇ひまわりっ子が終わると、いつも次回が楽しみで待ち遠しい様子でした。同じ年令の子と何かを作つたり、遊んだり、いろんなルールを学んだり、家では出来ない体験をさせて頂きました。感謝しています。

(お母さん:彰子さん 沢新田)

◇娘は、月一回のひまわりっ子をとても楽しみにしていて、行く前には家族みんなに「明日は、ひまわりっ子に行くんだよ！」と教えていました。初めは、モジモジしてばかりでしたが、徐々にお友達とも仲良くなり、親子で楽しく活動することができました。様々な体験をさせていただき、ありがとうございました。



(相馬 桃ちゃん お母さん:由希さん 中野)

【ひまわりっ子広場】

◆『ひまわりっ子広場』ではみんなから元気っ子文化に触れ、地域の魅力を再発見してもらおうと、5回の講座を開講しました。地元の文化や伝統工芸・伝統芸能の歴史を現地で学び、昼食は郷土料理を食すという気軽に山形県の歴史を学べる内容となっています。和合の里の皆さんからも多数のご参加をお待ちしております。楽しいですよ!!

◆町民大学歴史民俗学部では、山形県の伝統文化に触れ、地域の魅力を再発見してもらおうと、5回の講座を開講しました。地元の文化や伝統工芸・伝統芸能の歴史を現地で学び、昼食は郷土料理を食すという気軽に山形県の歴史を学べる内容となっています。和合の里の皆さんからも多数のご参加をお待ちしております。楽しいですよ!!

◆お世話させていただきました

◆『おやこ元気塾』ではみんなから元気っ子パワーをもらいながら、探究心を育む体験ができる多くのことを学びました。また、お家の方の多大なるご協力に感謝申し上げます。来年度も「親子で感動！」を共有できる内容で待っています。

『和合大学院』は現地研修から地域に根ざした内容で開催しました。温かい雰囲気の中で、

◆自然とのかかわりを通じながら、世代を超えた交流の中で地域の子どもたちは育まれてきました。活動のたびにたくさんの笑顔に会え、子どもたち一人ひとりがたくましくなつていてくださいと信じています。そしてこれからも地域の方からのご協力をいただきながら絆を深めています。待つてます!!

(富樫)

