



いつも にこにこ



笑顔がいいねっ!!!

相・福 いまいき 便り

2019

12月

No. 69



11月生まれの生き生きさん

【お名前】

萩原 よし さん

【生年月日】

昭和8年11月2日

86歳

【お住まい】

波津

【一言】

●今年で「生き生き」10年目です。これからもよろしくお願ひします。



【お名前】

秋定 せつ さん

【生年月日】

大正12年11月8日

96歳

【お住まい】

波津

【一言】

●「生き生き」はとても楽しいですね。これからも頑張って通ひます。



お誕生日おめでとうございます!

【お名前】

杉山 道子 さん

【生年月日】

昭和12年11月14日

83歳

【お住まい】

福岡

【一言】

●これからもよろしくお願ひします。



【お名前】

原田 いさ さん

【生年月日】

昭和7年11月29日

86歳

【お住まい】

相良

【一言】

●とても楽しく通わせていただひています。これからもよろしく。



杉山道子さんが生まれた昭和12年の11月には・・・

俳優の林長次郎（後の長谷川一夫）が東宝京都撮影所前で暴漢に襲われ顔を切られました。

前月に松竹から東宝に移籍したばかりで、その移籍に関して新聞では『忘恩の徒』『背信者』と非難される中の事件でしたが、逆に顔を切られた事で同情が寄せられ人気が高まりました。

日本映画最大のスターの一人とも言われますが、昭和49年には宝塚歌劇団の【ベルサイユのばら】を演出し空前のヒットを招きました。

演出家としての才能も一流でしたね。



事件前の林長次郎（長谷川一夫）



令和元年度の活動記録(11月)



第15回(11月11日) ◎グランドゴルフで笑顔がいっぱい

はいれ!ハイレ!入れ!...はいった~!!!

参加者数
対象者: 19名
協力員: 16名

はいれ・はいれ・ハイレ!!!



- 今日はみんなでグランドゴルフのホールインワン大会でした。
- 打つ方向と強さを決めて1打でホールインを狙うゴルフゲーム。シンプルながらもやり応えも十分でした。
- 強すぎても弱すぎてもいけません。
- 一打ごとに皆さん一喜一憂して歓喜し、「生き生き特設ホール」が歓声に包まれました。



よ〜く狙って...

良くできました



◎本日のおやつ



焼きいもと枝豆



健やかエブリデイで準備運動



さあ、今度こそ



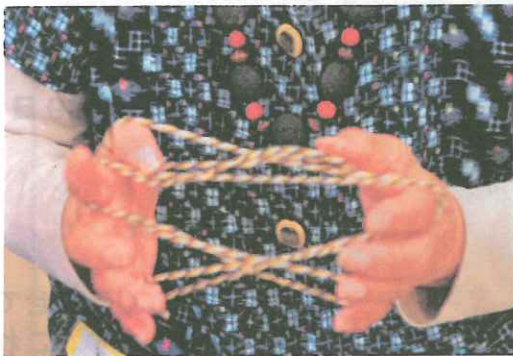
西尾会長の
スーパーショット

第16回(11月25日) ◎昔の遊びで楽しみました

あやとり・お手玉で
楽しいひと時!



参加者数
対象者: 20名
協力員: 15名



- 昔取った杵柄
【読み】: むかしとったきねづか
【意味】: 昔取った杵柄とは、若い頃に身に付けた技量や腕前のこと。また、それが衰えないこと。(故事ことわざ辞典より)
- あやとり、お手玉なんかは皆さん昔はさんざん鳴らしたのではないのでしょうか? 久し振りにやってみてもお上手な人が大勢いらっしゃいましたね。お上手 おじょうず!!!



◎本日のおやつ



お汁粉



お手玉回し ♪もしもしカメよかめさんよ〜
「よくばり だあれ?」



大石千枝さん
お手玉が上手でした

三つ玉に挑戦

相良区公民館まつり特集

(展示・出店)

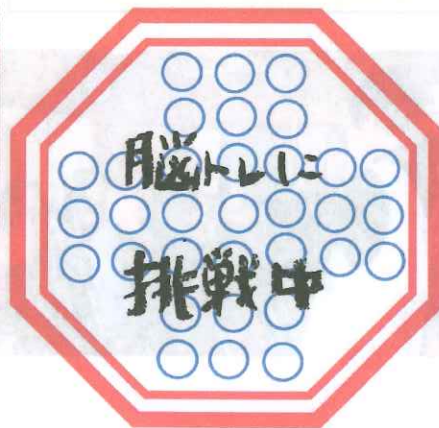
台風19号の影響を受けて約1ヶ月延期された相良区公民館まつりが11月10日(日)に盛大に開催されました。



活動記録、スナップ写真、制作作品などの展示コーナー



屋外テントは「ビー玉脳トレ」と「生き生き笑い文字」コーナーでした



相良区公民館まつり特集



(芸能発表)



今年も手話合唱の発表です「七つの子」と「富士山」の2曲でした

♪からすなせなくの～
 からすはやまに～
 可愛い七つの子があるからよー♪



皆さんガンバりましたね



市長も飛び入り参加・熱唱でしたね



← 予行演習も念入りに…



こちらは黒子のお二人さん

皆さん お疲れ様でした

風呂吹き大根



●大根は今が旬

冬になるとおいしくなる大根は、生で食べたり煮物にしたりといろいろな調理方法があります。

コンビニのおでんでは大根が大人気だそうですが、家庭でもおでんに大根は欠かせません。熱いふるふき大根に練り味噌をつけて、ふうふうしながら食べるのもおいしいですよ。

●名前の由来には諸説あります

ふるふき大根は漢字で書くと“風呂吹大根”と書きますが、なぜ“風呂吹”なのでしょう。

①江戸時代の書物からは、伊勢地方では熱い蒸し風呂が好まれ、垢をとるのに身体にふうふうと息を吹きかけていたそうです。その様子と熱い大根をふうふうと息を吹きかけて食べる様子が似ていたので、“風呂吹大根”と呼ばれるようになったそうです。

②この他には、漆職人が冬になると漆の乾きが悪く困っていたところ、ある僧から大根の茹で汁で風呂(作業場)に霧を吹いて乾かすと良いと教えられ、試してみると効果があったそうです。そして、茹でた余りの大量の大根を「風呂を吹いた大根」として近所に配り、喜ばれたことからとする説もあります。

●大根の有効利用

大根の部分にはそれぞれ適した利用方法があります。

葉の部分…汁物、炒め物、和え物、菜飯など

葉に近い上部…甘味を生かして、含め煮、おでん、ぶり大根など

中央部分…ふるふき大根、サラダ、みそ汁など・・(ふるふき大根はまんなか辺りが良です)

しっぽに近い下部…辛みを生かして、大根おろしなど

むいた皮…きんぴら、炒め物、みそ汁など

今が旬の大根1本を上手に使いきって、おいしく食べて下さい。

風呂吹にあたゝまりたる夕餉かな 岩木躰

冬至のかぼちゃ

布施清一



今年の冬至は12月22日(日)です。冬至にはかぼちゃやこんにやくを食べて柚子湯に入る習慣があります。

まず、よく言われていることとして、冬至にかぼちゃを食べるのには、中風(脳卒中)や風邪を引かないとか金運を祈願する意味があるようです。また、冬

至かぼちゃは朝のうちに食べるとよいとか、四つ前(午前10時)に食べるとよいという地域もあります。

「冬至にかぼちゃ」は現代的に解釈すると、緑黄色野菜の少ない冬にカロチンやビタミンの多く含まれるかぼちゃを食べ、風邪等への抵抗力をつけようとした先人の知恵だと言えます。

実際にかぼちゃには、体内でビタミンに変化するカロチンがたっぷり含まれています。ビタミンAは、肌をツヤツヤにし動脈硬化の予防(中風予防)になるだけでなく、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があるものです。かぼちゃを食べて風邪知らず!・・・と、いきたいものですね。

昔の日本では冬至のころになると秋野菜の収穫も終わって、食べられる野菜もほとんどなくなっていました。そこで元気に冬を越せるようにと願いを込め、栄養もあって保存もきくかぼちゃは特別に大切に、食べていたようです。冬にビタミンなどの供給源が不足した時代のかぼちゃは貴重なものだったといえます。

ではなぜぼちゃが金運か——かぼちゃは南京とも言いますが「なんきん」が「なん金」で「金」に通じるからでしょうかね。(私の想像)





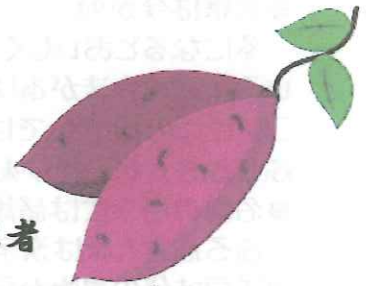
相良でんぐら史話

第十八回

大澤寺十五代住職 今井一光

《 蕉園渉筆 その十四 》

蕉園渉筆本文 1 1 甘 蔗



原文

寛政中 命先官賜甘蔗苗 藝之旱地 民種而不培 召工製作者
教之民稍知利 殖之 今則盛作 甚則至於種上田 蕃薯亦然

読み下し

寛政中(1789~1801) 先官(代官 山下為之助か)は以前賜った甘蔗の苗について差配し これを旱地(荒畑)に藝(う)えた 民はそれを種えたが培わず(成功しなかった) 製作に工(たくみ)なる者を召して之を教え 民は稍(ようやく)利を知り 之を殖やす 今は則ち作を盛んとす 甚だしきは則ち 上田に種ゆるに至る 蕃薯(さつまいも)亦然り

明和三年(1766)御前崎沖で薩摩藩の船「豊徳丸」が座礁し、その船員 24 名を大澤権右衛門親子が主になって助け、薩摩藩からその謝礼として中国伝来のサツマイモを賜りその後試行錯誤のうちに栽培を成功させました。当時の飢饉天候不順つづきの中、稲作に代わる代替作物として大いに期待に胸を膨らませていた様子うかがえます。



大澤権右衛門翁の碑と供養塔

上田(良い田んぼ)をサツマイモ栽培に改めるほどだったと… 大澤権右衛門はのちに「芋爺さん」の愛称で呼ばれるほどになりました。切り干し芋の発明は遠州の空っ風とのマッチングがよく、現代においてもそのおいしさは格別ですが、小島蕉園の頃に出た白羽村の栗林庄蔵が考案したといえます。

切り干し芋の歴史

蒸してから干す現在の製法が確立されたのは、上記にあります。その後、保存食として全国各地に広まって行きます。日露戦争では野戦食としても活用され、「軍人いも」と呼ばれたそうです。



干し芋

1908 年から、茨城県那珂湊(現在のひたちなか市)での生産が始まり、やがて農閑期の副業として定着しました。

導入経過は 2 説あり、一説にはせんべい屋の湯浅藤七という人物が導入し、その後静岡からの技術支援を受けて、那珂湊の水産干物加工設備を流用して企業化したというもの。異説としては、小池誠司(吉兵衛)・大内地山兄弟が、静岡からの技術者 2 名の派遣を受けて製造を始めたとする説。

いずれにしても静岡県(たぶん、御前崎周辺)からの技術移転が有ってこそその企業化の歴史があったようです。

その後、原料のサツマイモに適した土壌だったことや、冬の乾燥した気候が生産に適していたことから、現在は茨城県が圧倒的なシェアを誇るまでになっています。

これからの いきいき予定

- 12月16日：クリスマス会
- 1月20日：手作りビンゴ大会
- 1月27日：輪投げ大会



皆様のご意見や思い出話をお待ちしております

相・福 いきいきだより

笑顔がいいねっ!!

2019年12月9日号

(通算第69号)

発行

相良・福岡 生き生きクラブ