

CERRESA

NO.161



<http://www.jaceresa.or.jp/>

セレサ
2

2011.February

特集 川崎の不思議を訪ねて

登戸の農家に生まれた小泉さんですが、次男であったことから20才の頃には、米屋を営んでいた叔母さんの家に働きに出ていました。そこでの働きぶりが認められ、5年後には暖簾分けした新店舗を任されるまでになりました。

その頃はミゼットに乗ってあちこち配達に出っていました。昭和48年に、登戸の現在地に店舗を移転。以後、酒類や灯油の販売など扱いを広げ、平成になってコンビニに移行してからは、息子さんに経営を任せています。

そうした半生を生き抜いてきた小泉さんが、今最も力を入れているのはボランティアとしての地域活動。防犯指導員として駅前や学校周辺など、パトロールの要請に常時応えています。さらに台

和町会台南支部では小泉さんの呼びかけで、毎週土曜の夜に町会の人たちがパトロールを行い、安心して暮らせる町作りに力を注いでいます。また二ヶ領用水

■ ひゅうまん

ボランティアで地域貢献

多摩区登戸 小泉 三郎さん



ふるさとガイドに任命され、文化の伝承と保全にも努めています。「これからも地域の伝承文化をいろいろ調べて後世に残していきたい」と話しています。



contents

特集

| | |
|------------------------------|----|
| 川崎の不思議を訪ねて | 4 |
| 川崎探検隊 多摩川の橋を訪ねる 登戸編 | 8 |
| Pick Up | 10 |
| 逸 マラソンの秘訣はアミノ酸パワー 川崎区 岩瀬 廣さん | 14 |
| パワー全開 高津区 木所 大輔さん | 16 |
| 食&農 レンコン | 17 |
| インフォメーション | 22 |

今月の表紙

ブロッコリーの出荷

表紙は、ピークを迎えたブロッコリーの出荷作業で忙しい宮前区野川の青木勇さん。

70[㍍]の農地で約25,000株を栽培。秋から2月いっぱい収穫が続く、主に都内の百貨店や地元スーパー、セレスモスなどに出荷しています。

昨年は猛暑と少雨で生育にバラツキがあり、生産量は2～3割減とのことでした。



TPP交渉参加反対を 県民運動として展開

J A 県中央会、県内18の農林水産団体で構成する県農林水産団体協議会は1月31日、横浜市中区の関内ホールで「TPP(環太平洋経済連携協定)交渉参加反対、神奈川の食と農を守る県民集会」を開き、TPP交渉参加への反対を県民運動として取り組んでいくことを確認し、次のように宣言しました。(関連記事11ページに掲載)



TPP交渉参加反対を強く訴えるJ A 県中央会石井清会長

宣 言

政府は、「包括的経済連携に関する基本方針」を閣議決定し、TPP交渉参加に向けた条件整備を加速している。TPPは、例外を認めない完全自由化貿易圏の構築であり、万一参加するようなことになれば、国土条件から経営の効率化に限界がある一次産業はもとより、地域社会全体が崩壊の危機にさらされることは必至である。

昨年3月に閣議決定した「食料・農業・農村基本計画」では、国家の基本的責務として食料の安定供給確保を掲げ、食料自給率の目標を50%としている。しかし、TPPにより貿易の完全自由化と自給率の向上並びに食料安全保障との両立は不可能であり、基本計画に対する生産者や消費者の期待は完全に裏切られることとなる。

農林漁業は、食料を安定的に供給する本来の機能に加え、水源のかん養や、美しい景観・伝統文化の継承、国土の保全に貢献しており、かけがえのない地域財産として守り、次世代に引き継がなければならない。

私たちは、一次産業の振興を通じ、安全・安心な食料の供給に努めるとともに、住みよい地域社会の実現に向けて、消費者・関係団体との相互理解と連携を深め、TPP交渉参加反対の取り組みを、さらに進めていくことをここに宣言する。

平成23年1月31日

TPP交渉参加反対、神奈川の食と農を守る県民集会

今も残る川崎の言い伝え

川崎の不思議を訪ねて

川崎市は大都会でありながらも、地域によっては農村の面影を今も見つけることができます。また、川崎区では海に暮らしていた人々の生活の跡があちらこちらに残されています。今回はそうした町の片隅で見つけた様々な言い伝えや、伝統的な信仰など、今も川崎の地に伝えられている不思議な話を追ってみました。



ミカリばあさん

ミカリばあさん

昭和の初め頃まで川崎市内には、「ミカリばあさん」と呼ばれる老婆の姿をした一つ目小僧の妖怪話がありました。これは12月8日と2月8日を八日僧ようかそうと言って、ミカリばあさんが悪さをするので、家の中にこもっていなければならぬとの言い伝えです。

ミカリばあさんは、たくさんの目を怖がるので、編み目を目に見立てたザルやカゴを竹の棒に被せ、庭に立てておけば来ないと言われていました。この為、戦前は多くの農家で、こうしたミカリばあさん避けを見ることができました。



麻生区王禅寺東の水野英雄さんが再現したミカリばあさん避けのまじないです

地域によってはミカリばあさんは、悪い米を丹精して美味しくする良い妖怪だとするところもあります。また丸子方面では、ミカリばあさんは多摩川を泳いで渡ろうとして溺れたため、東京には出ないとの話も伝わっています。しかし、実際には世田谷にもミカリばあさんの話があり、北関東にはダイマナコと呼ばれる同様の話が伝わっています。

横浜では、ミカリばあさんは箱根に飛んで行き、山にぶつかって海に落ちたので、箱根から西には出ないとの話もあるそうです。

塩浜の溶けた庚申塔こうしんとう

川崎区塩浜の塩浜神明神社や日ノ出町の巖島神社には、表面が溶けて、原型が分からなくなっている庚申塔があります。

かつて川崎の海沿いの地域は製塩が盛んで、塩にまつわる様々な話が伝わっています。その一つに病気になったときには、体の悪い場所と、お地藏様や庚申様の同じ場所を塩で擦ると良くなるという伝えがありました。こうした石像物は、多くの人たちが塩で表面を擦ったために形が崩れてしまったとのこと。このような風習は川崎区だけでなく、中原区や高津区にも塩かけ地藏の話として残っています。



塩浜神明神社の溶けた庚申塔



日ノ出巖島神社の溶けた庚申塔



通常の庚申塔

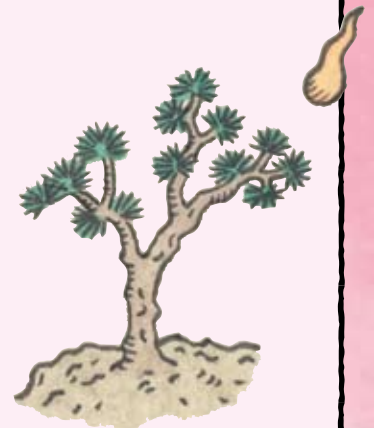
しらぬいまつ 不知火松

川崎の大師地区は江戸時代にはのり漁や製塩が盛んでしたが、その大きな理由は、江戸幕府がこの地区の住民に海岸以外の漁業権を認めなかったことにあります。一方で夜の漁は認められていたので、漁民の中には危険な夜の漁を行う者もいました。

その昔、大師河原に貧しい父と娘が暮らしていました。父は少しでも生活の足しにと毎夜漁に出て、娘は浜辺でたいまつを焚いて浜の位置を知らせていました。ある吹雪の晩に父がなかなか帰らず、それでも娘は必死で吹雪の中たいまつを振り続けました。翌朝、浜辺には父親の亡骸が打ち上げられ、その脇にたいまつを抱いた娘が息絶えていたそうです。村人達は二人を不憫に思い浜辺の松の木の下に葬りました。その日以来、夜になるとその松の木の枝にボオッと明かりが灯るようになり、人々はその松を不知火松と名付け大切にしました。現在その場所は夜光町と呼ばれています。



現在の夜光町



古墳の穴

中原区井田で「かなほり」の屋号で呼ばれる田辺家は、源平時代に義経を奥州へ導いた金売吉次の子孫と言われる旧家で、村名主も勤めていました。

田辺家の裏山にはかつて、古代の横穴式墳墓があり「古墳の穴」と呼ばれていました。江戸時代に



田辺家の稲荷社



はなぜか、その穴にお金を投げ入れると十倍になって戻ってくるという噂が流れ、連日大勢の人たちが小銭を投げ入れていました。ある日それが奉行所の耳に入り、世間を騒がせたとして、奉行所に土地を没収されてしまったそうです。当時古墳の穴の入り口にあったお稲荷様は、今も田辺家の敷地に祀られています。穴のあった山はその後道路の拡幅工事で崩されてしまいました。

さげつな 下綱の松寿弁天

最近のパワースポットと呼ばれ、突如として人気が沸騰する場所が現れることがあります。江戸時代にも「流行神」と呼ばれるパワースポットがあちこちに見られました。多摩区宿河原の下綱地区の松寿弁天もその一つです。

その昔、松寿弁天の場所には、綱下げの松と呼ばれた松がありました。したが、いつしか枯れてしまいました。ある時、多摩川が氾濫し、村人が流されてしまいました。その時、綱下げの松の枯れ木から突如布が垂れ下がり、それを掴んで

助かったということがありました。それ以降人々は、綱下げの松の枯れ木の脇に弁天様のお堂を建て、大切にしたいとのことです。

松寿弁天の信仰が最も盛り上がったのは江戸時代の天保の頃。綱下げの松の枯れ木が霊験あらたかとして、人気が沸騰。各地から参拝客が大挙して押し寄せました。この時は多摩川の河原から下綱まで出店が列をなし、観光案内図絵などが飛ぶように売れたそうです。当時の世田谷の代官の日記に「参詣おびただしく前代未聞の珍事」と書かれるほどの加熱ぶり。あまりの事態に代官所が綱下げ松の枯れ木を切り倒し、それからは熱狂的な人気は衰えていったそうです。



綱下げの松



松寿弁天の社

詣おびただしく前代未聞の珍事」と書かれるほどの加熱ぶり。あまりの事態に代官所が綱下げ松の枯れ木を切り倒し、それからは熱狂的な人気は衰えていったそうです。



お化け灯籠

お化け灯籠とうろう

宮前区宮崎の川崎市立青少年の家の裏手には、お化け灯籠と呼ばれる大きな石灯籠があります。

現在、青少年の家が建っている場所には、かつてこの地に駐屯していた旧日本陸軍東部62部隊の将



校舎の建物がありました。東部62部隊は昭和17年に川崎市内に移転する前までは東京の六本木に駐屯していましたが、お化け灯籠はその当時、六本木の将校舎の庭に置かれていました。

そんなある日、その大きな石灯籠が、夜になると化けて赤坂や六本木辺りを徘徊するとの噂が立ち始めました。当時の赤坂・六本木は、今のイメージとはほど遠い、旧陸軍第一師団司令部や近衛師団などが駐屯する陸軍の町でした。そうした町の雰囲気の中で、お

化け灯籠の噂は兵士の間に静かに広まっていきました。

その後、部隊は川崎に移転することが決まり、灯籠も一緒に引越すことになりました。移転にあたっては二度と歩き回らないように、灯籠の下の部分を埋めた、とも切ったとも言われています。お化け灯籠の徘徊伝説がどのような経緯で生まれたかは、もはや知るよしもありません。それでもお化け灯籠の話は、戦後まで人々の間に語り継がれていきました。



旧陸軍東部62部隊の境界標識。セレス川崎本店の近くにあります

これまで見てきたように、川崎にはまだまだたくさんのお化け伝えや、古い風習が残されています。それらは農業や漁業など、土地に根ざした庶民の生活を背景に、時代が変わっても切り捨てられることなく、現代に伝わっています。

そこには、古くから慕われているもの、その時代の価値観だけでむやみに無くしてはならないものなど、人々の思いを読み取ることができません。様々な伝承や信仰は、時代に翻弄されつつも、懸命に生き続けた多くの人々の思いと、それを残そうとする人々の力によって語り継がれてきました。その思いが伝えられ続けられれば、松寿弁天がいつかまたパワースポットとして脚光を浴び、ミカリばあさん避けのまじないが庭に蘇る日が来るかもしれません。



江戸時代の登戸の渡し。冬場の渇水期には簡易の橋が設けられました



津久井道(県道世田谷町田線)の登戸と狛江市を結ぶ多摩水道橋が完成したのは昭和28年。昭和2年に小田急線が開通していましたが、人が通れる本格的な橋は無く、それまでは渡し船に頼る生活を強いられていました。

多摩川は洪水のたびに流路が変化するため、登戸の渡しは権利関係が複雑になり、登戸村、宿河原村、それに川向ここの和泉村との間で、渡しの場所や船賃の権利をめぐ

る騒動が続いていました。そのため明治以降、渡し場の運営は三つの村で渡船組合を作り、共同で行われました。渡船組合は多摩水道橋の開通とともに解散し、渡し船の歴史は幕を閉じました。

多摩水道橋は長沢浄水場を経由した相模川の水を、水道水として東京に送るために作られた橋で、平成13年に架け替えられたアーチ型の橋の下には、直径1・8mの水道管が収容されています。

はつらつせしサ

私の楽しみ



宮下 烈さん (川崎市小田)

以前は趣味でゴルフや日本舞踊をしていましたが、腰を悪くしてからしばらく遠ざかっています。今は、孫と遊ぶのが一番の楽しみです。

実家の中華料理店^{みよし}味良で仕事をしています。週4回スポーツジムで汗を流しています。トレーニングの後は大好きなチーズとパンでコーヒーを飲むと疲れが取れますね。



菅原 祐子さん (多摩区生田)

僕は本を読むこととゲームをするのが好きです。今はDSとWiiで良く遊びます。私は外で遊ぶのが好きで、公園でブランコするのが楽しいです。



小林樹くん・匝沙美さん (多摩区管城下)



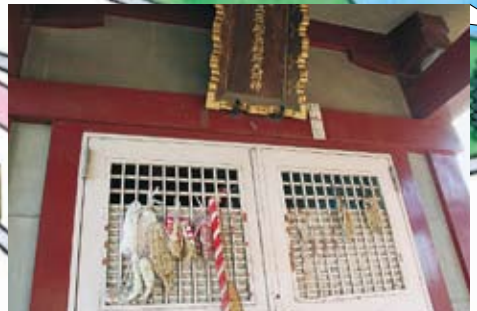
ここは川崎から見て川の手前ですが、地理上は東京都です。流路の変化によりこのような場所があちこちに見られます



片側2車線、全長350メートルの多摩水道橋



平成20年に複々急線多摩川橋梁



舟島稲荷には、わらで作った沓を奉納すると百日咳にかからないとの伝えがあり、沓稲荷と呼ばれました

はつらつせせサ

下の子が地元のサッカークラブG.H.Uのメンバーなので、毎週土・日はサポートと応援に出かけています。私もG.H.Uの母親サッカーチームに入ってサッカーを楽しんでいます。



吉積 美穂子さん (高津区新作)

週2回先生に教わりながらトールペイントを楽しんでいます。今までに20作ほど描きました。バラの花は難しいので、きれいに描けるようがんばっています。



小泉 光子さん (宮前区大蔵)



白井 大輔さん (宮前区野川)

就農したてなので、色々なほ場を見に行くのが楽しいです。最近になって家の近くに野菜の自動販売機を設置したので、どんな野菜を入れるのか考えるのも楽しみの一つになっています。

農業塾の初年度修了 農業の思い新たに

2年間計画で開催している農業塾の初年度が修了。閉校式が1月12日に本店で行われました。席上で高桑組合長が「農業塾を通じて、農業の知識を深め、頑張っけて都市農業を盛り上げてもらいたい」と受講生の成長に期待を寄せました。

平成22年度は年5回の講義を行い、19人が参加。営農技術顧問から栽培管理や農薬、機械の使用法など、主に農業の基礎知識を重点的に講義を受けました。23年度は、ほ場を使って実践的な実習を行う予定。塾生は「農家の工夫点など、実践的なことを学び、新たな農作業のやり方を習得していきたい」と、次年度に向けて意気込みを見せていました。



1年を振り返って意見を交わした

丘の上の直売所に注目

多摩丘陵を下り、小田急線百合ヶ丘駅に向かう地元の人しか知らない、山道沿いにある丘の上の直売所。新鮮な野菜を求める常連さんが後を絶ちません。

そこは麻生区の木下孝一さんの直売所。「新鮮で美味しい」と評判で、60^アの農地で露地野菜を中心に全量を販売。週3回の開店日にはハクサイやコマツナ、ネギ、柑橘類など、旬を迎えた野菜が10種類以上並び、短時間で完売しています。

丘の上の直売所は、人が行き交う好立地の直売所ではありませんが、同地区の住民にとって上り下りが短く、持ち帰りの負担が少ない、優しい直売所として注目を集めています。常連さんは「マイカーがなくても新鮮な野菜が求められる」と口を揃えます。

宮前区や多摩区、麻生区の丘陵地が多い地域でも、丘の上の直売所が軒並み人気を集めています。不利な条件と考えていた、高地での直売所が、新たな性格を生み出しています。



後を絶たず訪れる常連さんに対応する後継者の木下順一さん

関東納めのだるま市



魔除けの火打ち石でお客様に御礼

毎年恒例の麻生区下麻生の麻生不動院のだるま市が1月28日に行われました。

旧暦の12月に開かれるこのだるま市は「関東納めのだるま市」と呼ばれ、冬のだるま市の締めくくりとして各地から大勢の人が集まります。また不動院は火伏せの御利益があることが

ら、火難避けのお札を求める人も多く、この日も様々な露店が建ち並ぶ参道は、溢れんばかりの人並みで歩くのもやっとの様相でした。

縁起物のだるまが山のように積まれた本堂の前庭では、無病息災・家内安全の威勢の良いかけ声が、冬の寒さに熱を加えていました。

TPP交渉参加反対 食と農を守る県民集会

J A 県中央会と県内18の農林水産団体で構成する県農林水産団体協議会は1月31日、横浜市の関内ホールで「TPP（環太平洋経済連携協定）交渉参加反対、神奈川の食と農を守る県民集会」を開きました。

集会には、県東部5 J A の組合員と役職員、同協議会の構成団体と消費者団体の代表者ら約1,200人が参加。当 J A からは、組織の代表や役職員253人が出席しました。

会場では、県中央会の石井清会長がTPP交渉参加反対

を強く訴え、さらに、消費者を代表して県生活協同組合連合会の丸山善弘専務が、TPP参加に強い懸念を持っているとメッセージを送りました。

引き続き、情勢報告が行われ、J A 全中の富士重夫専務が、TPPが与える影響などを分かりやすく説明。反対への指針を示しました。続いて、それを裏付けるように農政ジャーナリストの中村靖彦氏が講演。最後に、参加反対を県民運動として進めるための宣言が採択され、閉会しました。



TPP交渉参加反対の県民集会に参加した組織代表者



講演する農政ジャーナリスト中村靖彦氏

ふるさとの生活技術指導士 関育子さんが認定

平成22年度ふるさとの生活技術指導士認定式が、1月19日に神奈川県自治会館で行われ、多摩区生田の関育子さんが新たに認定されました。

ふるさとの生活技術指導士の認定制度は、農家・農村地域に受け継がれてきた、伝統的な生活技術の伝承者を県が認定し、技術の保持と伝承、担



認定を受けた関育子さん

い手の育成を計ろうとするものです。管内には関さんを含め14人が認定されています。

日吉地区 みそ造り 1年をかけて熟成

日吉地区女性部による「みそ造り」が1月26日、日吉支店で行われ、国産大豆20*₀を仕込みました。

みそ造りは今年で5回目。部員20人が、茹でた大豆を「ミンチ機」でつぶし、桶に入れ、塩と混ぜた米麴を、同じ桶に入れて均一に混ぜ合わせ、3個のポリ容器に分けて仕込みました。さらにこれから1年間寝かし、熟成をはかります。

参加した部員達は、昨年仕込んだ「みそ」を持ち帰り、試食用に準備した豚汁を食べながら、昨年の出来と今年の出来具合に、思いを馳せました。



米麴をほぐし塩と混ぜる部員たち

女性部リーダーフォーラム 若年層の勧誘が急務

「女性部リーダーフォーラム 女性部とJA役員との語る会」が1月17日に本店で行われ、これからの女性部活動の方向性について、役員と活発に意見を交わしました。

今回のフォーラムには女性部地区役員21人が出席。部員の高齢化が進んでいる現状と若年層の勧誘が急務であることが示されました。

女性部からは「料理教室や研修旅行などを新規加入の声かけの場として活用している」「女性部を知らない人が多いので、啓蒙活動に力を入れてほしい」など、現状説明や問題提起がされました。

JAでは今後の活動に反映できるよう検討していきます。



活発な意見が交わされたフォーラム

野菜たっぷり健康食パン

小田急線柿生駅南口駅前で営業するケーキとパンの店「ミツバチ」。昨年12月から販売を始めた「かわさきそだち」のホウレンソウ入り食パンが、地元食材を使った健康食パンとして大ブレイク中です。

3代目店主松倉圭吾さんが挑戦したもので、ホウレンソウを仕入れている「セレサモス」で販売して人気を集めています。松倉さんは、以前から地元の食材に注目して、禅寺丸柿ワインを使ったケーキや地元の名前を付けたケーキなどを限定販売。店の特徴と他店との差別化をはかってきました。

今回の食パンは、パンの中にとっぷり市内産ホウレンソウを練り込んで、健康食パンに仕上げたもの。

半斤で180円と少し高めですが、サプリメントとしての食べ合わせも良く、野菜嫌いの子どもを持つ



人気沸騰のホウレンソウ食パンと新商品のラスクを紹介する松倉圭吾さん

母親たちに喜ばれています。また、今人気の「ラスク」にも加工。今後は、伝統野菜の「のらぼう菜」、生産量の多い「コマツナ」を練り込んだ食パンを発売する予定。地元野菜を練り込んだ食パンは、健康志向と相まって、見逃せない新商品に生まれ変わりそうです。

川崎市社会功労賞 中山茂さん祝賀会



鏡開きで受賞を祝いました

麻生区片平の中山茂さんの川崎市社会功労賞受賞を祝う会が1月25日、同区のホテルモリノ新百合丘で行われ、川崎市長をはじめ縁のある各界の招待者140人が、受賞を祝いました。

会場では発起人を代表して高桑組合長が、来賓を代表して阿部川崎市長らがあ

いさつ。郷土の名産である禅寺丸柿の保存、柿ワイン開発の功績を称えました。

祝辞を受けて中山さんは「参列いただいた皆さま方に感謝。この賞に恥じないよう、更に精進に励みたい」と喜びと決意を述べ、全員が禅寺丸柿ワインで乾杯、喜びを分かち合いました。

福祉研修会 元気のもと食から

福祉研修会が1月24日、本店セレスホール飛翔で行われ、女性部や助け合い組織、組合員と役職員を含め243人が参加しました。

会場では、JAの高齢者福祉・健康増進活動の概要が紹介され、活動の現状が説明されました。引き続いて、講師にジャーナリストの黒岩祐治氏を招き「楽しくなければ介護じゃない!~明るい介護現場のために~」と題して講演が行われました。

黒岩氏は、フジテレビのキ

ャスター時代に、救急救命士誕生に結びついた特番「救急医療キャンペーン」の放送を続け、医療・介護問題に深く係わっているジャーナリストです。「ようするにどういうこと」と言葉をぶつけ、問題点を整理して、明確なメッセージを送る事の大切さを解いています。

また、末期ガンの父親が漢方治療で助かったことで、医食同源の重要性に気づき、元気のまま終焉を迎えるには、食が大切である事を訴えました。



医食同源の大切さを話す黒岩祐治氏

向丘支店 貯金残高 500億円達成

向丘支店貯金残高500億円大台達成報告会が1月18日、向丘支店で行われ、地区組合員の代表者や役職員が大台達成を祝いました。

会場では、2004年400億円の大台達成以降、6年足らずの期間で500億円の大台を達成したことが報告され、「ご支援いただいた組合員をはじめご利用者に感謝、更なる信頼に添えてまいります」と、誓いを新たにしました。



あいさつする井田光政理事

円筒分水サミット開催

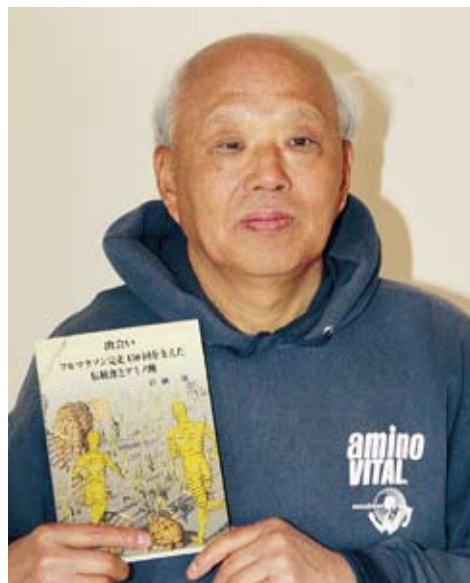
県内最古の農業用水として知られる二ヶ領用水の分水施設、「久地円筒分水」の竣工70周年を記念して、全国円筒分水サミットが1月22日に高津区の高津市民館で行われました。

今回のサミットはボランティアによるサミット実行委員会と高津区の主催によるもの。会場では群馬県や大分県など、全国で使われている円筒分水装置の関係者を含め、300人を超える参加者が集まり、各地の円筒分水の現状説明などが行われ



久地円筒分水の模型。サミット後も高津市民館内に展示されています

ました。また、場内には久地円筒分水の60分の1の模型が置かれ、来場者の関心を集めていました。



逸

ITSU

私の好きなこと

マラソンの秘訣はアミノ酸パワー

味の素に勤めているときに「ちよっと太ってきたかな」と感じ、昼休みに仲間と多摩川の土手を走り始めたのが、マラソンに取り組むきっかけでした。

「39歳の時に、会社の仲間と、横浜マラソン10^キに出場したのが最初のレースでした」。

翌年には40才にして初のフルマラソンに挑戦し、見事に完走。以降、様々な大会に出場し、完走した回数は延べ150回。ロンドンやベルリンなど海外の大会だけでも50回は出場しています。



PROFILE

昭和19年生まれ。薬学博士。長年に亘りアミノ酸の研究を行っていた。トレーニングを含めての通算走行距離は59,000^キ。地球1.5周分になる。

川崎区藤崎
岩瀬 廣 さん

こうした岩瀬さんの活力の源は、かつて研究者として、自ら開発に携わったアミノ酸を含んだサプリメント。1回のレースで4.5グラム入りのスティック4〜5本は飲んでいきます。

「アミノ酸は筋肉痛の回復にプラスになるだけでなく、肝臓の働きを良くし、免疫機能を高めるなど様々な利点があります」。

今年も2回は海外で走る予定の岩瀬さん。これからもアミノ酸パワーで世界を舞台に年齢を感じさせない走りを披露します。



安らぎの杜を訪ねて
 まちの鎮守

杉山社

武士に尊崇された
 五反田村の総鎮守

所在地 多摩区西生田3-3-2
 創建年代 不詳
やまとたけるのみこと
 祭神 日本武尊
 例大祭 9月敬老日
 交通 小田急線読売ランド前
 駅から徒歩5分

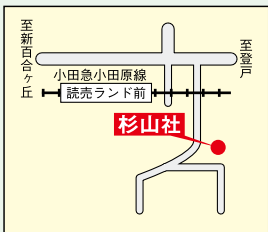
神奈川県神社庁に登録されている神社を紹介しています。



西生田の杉山社は旧五反田村の総鎮守で、創建年代については奈良時代から存すると言う説や、八幡太郎義家の奥州征伐の時に創建されたとする説などがあります。また鎌倉時代には源頼朝も参拝したと言われています。

江戸時代にご神体とされていた宝剣には「慶長十八年卯月一日願主本田佐渡守兩代官」等の文字が書かれ、武士階級の人々に永く尊崇されていた事がわかります。

社殿は昭和42年に不慮の火災で焼失しましたが、氏子の方々の尽力に依って、翌年には再建されています。



がんばる都市農業

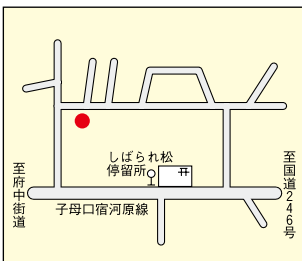
高津区上作延 本多 正さん

直売所には、開店と共に常連さんが、途切れることなく訪れて、新鮮野菜を求めていきます。

土木業との兼業農家として、資材置き場の脇で、直売を始めて14年。現在、後継者の正さんが土木業を含め家業を守っています。

年間を通じて30品目ほどを作付けして、常時10品目以上が並びます。「新鮮で美味しい」と大好評で、ほとんどが常連さんで賑わっています。

これから少しの期間、荷が無くなって休む事になりますが、トマトやエダマメなど夏野菜が出始めるころ、再び賑やかさを取り戻します。



販売方法：対面販売
 販売日：月・水・金の午前中
 単価：100円単位



大学を卒業し、東京の生協に勤めていた木所さんが就農したのは4年前のこと。「学生時代から、いずれは農業を継ぎたいと思っていたので、就職も食に関係する生協に決めました。生協での経験が直売をする上で今も役に立っています」。当初は祖父から農業の手ほどきを受けていましたが、青壮年部高津支部や川崎市の農業青年協議会の仲間から情報を得て、次第に自分なりのやり方を身につけていきました。

『多様性でスーパーと勝負』

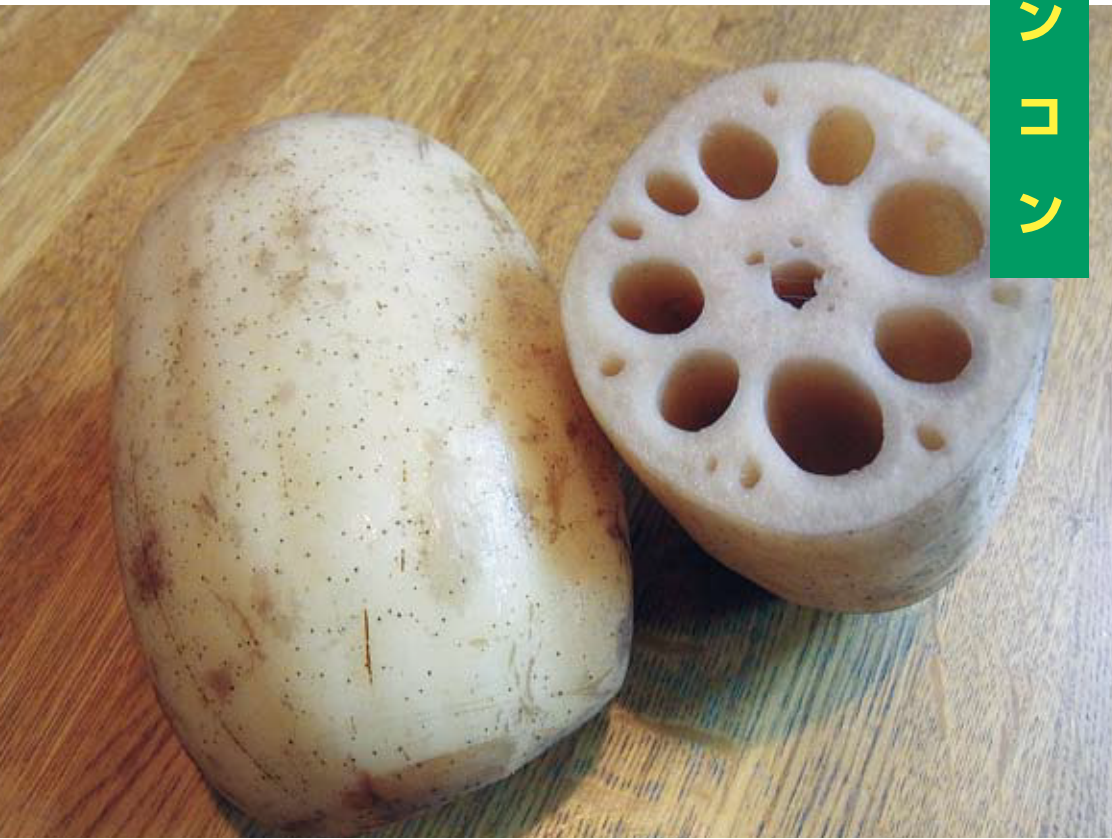
高津区下作延 木所大輔さん

「経験はまだなのですが、その分伸びしろは大きいと感じ、努力を重ねていきたい」と話します。野菜は露地栽培が主で、高津区役所近くの直売所と、夏と冬に高津支店前で行う、青壮年部の直売所に野

で身につけられたことはとても良かったですね」。また、直売所のすぐ近くにはスーパーがあり、「いかに直売所に興味を持ってもらい、利用客を呼び込むかが当面の課題」と考え、その解決

大学が北海道だったのでスノーボードが得意な木所さん。「今でも年1回は滑りに行きます。就農してからは、青年協議会の仲間と海釣りを始めたので、朝早くから出かけたりしていますよ」と話しています。

策の一つとして、少量多品種に徹してネットやカタログを参考に、アイスパラントなど、時流に合った野菜を徐々に取り入れる方策を取るようにしています。現在は年間30種ほどの野菜を生産し、直売所の品揃えも賑やかになっています。「直売所の特徴をアピールするためには、スーパーや量販店では買えないものを探して、毎年一品は新しい野菜を取り入れたいですね。これからも経験の積み重ねと仲間からの情報によって、多様に変化する消費者ニーズに対応したい。直売所を人々がいっぱいにするのが夢」と闘志を燃やしています。



スイレン科ハス属の植物。水上には葉を、地中には茎を伸ばし成長し、ハスの肥大した地下茎を食用としています。栄養素は特に食物繊維が豊富でビタミンC、鉄分も多く含まれています。サクサクとした歯ごたえのある食感が持ち味のレンコンは、天ぷらなどの揚げ物、煮物、蒸し物、酢の物など多くの料理に利用されます。購入の際は、ずんぐりと丸い胴型のもを選び、ラップ等でしっかりと包んで冷蔵保存しましょう。



花レンコンのちらし寿司

【材料・約4人分】 ご飯…2合・寿司酢…2合分・五目チラシの素…1パック・玉子…1個・レンコン…小2節・サヤエンドウ…8つ・大葉…3枚・でんぶ、イクラ、刻みのり、白ごま…それぞれ適量（レンコンを煮るために砂糖…大さじ1、酢…大さじ4）

【作り方】 ①酢飯をつくる。②玉子を薄く焼き、細く切って金糸玉子を作る。③レンコンを5㍍ほどの長さに切り、穴と穴の間に切れ目を入れて花形にカットする。これを約1㍍に輪切りして、かぶるくらいの水、砂糖、酢を入れて煮て、冷ましておく。④大葉を薄くカットし、五目チラシの素、2/3のレンコン、白ごまを酢飯に混ぜる。⑤サヤエンドウはさっと茹で、斜めにカットする。⑥酢飯の上に、残りのレンコン、金糸玉子、サヤエンドウ、でんぶ、イクラ、刻みのりを盛り付けて出来上がり。

ジャガイモの生理障害と対策

2~3月はジャガイモの植付け時期です。病害虫のほか生理障害も多く発生しますので、適正な管理により品質の良いジャガイモを生産してください。



1. 二次成長



二次成長

ジャガイモがこぶ状になったり、ひょうたん型になつたりします。これは、イモの肥大期に高温になり乾燥し、その後、降雨にあうことで部分的に肥大成長をして発生します。対策は、畑の保水力を高めるために土づくり(深耕、有機物の施用)を行い、肥料はチッ素が遅くまで効かないように、元肥だけにするか、追肥を早めに行うことです。

2. 緑化

ジャガイモは茎が変化したものであり、光が当たると容易に緑化する性質があります。これは、畑での培土が少なかったり、降雨で土が流された場合に発生します。また、収穫後や貯蔵中に長時間、光に当たっても緑化します。



緑化

3. 中心空洞



中心空洞

ジャガイモの中心部が空洞になり、その内側が褐変したり、黒変します。これは、イモの急激な肥大により、養分の供給が十分でない場合や大きく育った場合によく発生します。

また、品種間差があり、男爵薯に多く発生し、きたあかり、メークインにはほとんど発生しません。男爵薯ではイモをあまり肥大させないために、株間を狭くしたり、芽数を多め(3本程度)にして、多肥栽培を避けるようにします。

4. 黒色心腐

ジャガイモの中心部が黒色~黒褐色に変色し、空洞が生じます。これは、栽培中に高温が続くことでイモも高温になり、酸素不足の状態になって発生します。対策は、前作に堆肥を施用するなど土壤の水分を保持出来るような土づくりをして、培土も十分に行うことです。また、暑い日の収穫は控え、イモを長時間高温の状態にしないようにします。



黒色心腐

5. 皮目肥大

ジャガイモの表面には、小さな皮目があり、これが肥大、コルク化して小さなカサブタ状になることで粉状そうか病に似た症状になります。これは、雨が多く、土壌が多湿の場合に発生します。対策は、堆肥などを施用し排水を良好にすること、あまり深植えしないで培土を多くして高畦になるようにすることです。

* J A では、本欄で執筆している営農技術顧問による営農相談コーナーを開いています。病害虫被害の場合は、被害作物もご持参くださると助かります。開催日は22ページをご参照ください。

◇農薬登録内容の変更情報◇

アリエッティ水和剤(殺菌剤)は、平成23年1月19日以降シュンギクには使用できません。

◇冷え対策◇

寒くなると「冷え性」に悩む女性の方が増えてきます。着込んでも寒くて、特に手足が冷えて指先が冷たくなるとか、入浴してもすぐ体が冷えてしまうとか、布団に入っても靴下をはかないと眠れないとか、そんな症状の方が多いようです。

冷え性の主な原因には、低血圧や貧血、自律神経の乱れ、筋肉量の不足などがあります。

もともと低血圧の人は、心臓から血液を送り出す力が弱く、体の隅々まで血液が行き渡りにくいので、冷えやすいのです。自律神経の働きが乱れるのは、不規則な生活、過労、寝不足、ストレスなどがあります。筋肉量の不足は「冷え」の大きな要因です。筋肉自体が熱を生み出しますし、筋肉量が少ない人は血液の量も少なく、体が冷えやすくなります。

冷えを防ぐには、まず衣類を工夫してください。寒いからといって綿の肌着を何枚も重ねるのは、汗をかいて逆に冷えてしまうのでよくありません。できるだけ保温効果の高い素材を選びましょう。特に肌着は、最近の吸湿発熱性のある素材にすると効果的です。

マフラーやハイネックの衣服を利用することも大事です。外出のときは帽子と手袋は必ず着けましょう。スカートは冷えるので、冬はスラックスです。入浴は、少し熱めの湯に肩まで漬かり、ゆっくり体を温めます。せっかく温めた体が冷えないように、入浴後30分以内に寝床に就きます。

冷えのつらい人は、朝食抜き、小食の傾向があります。朝食はしっかりと、エネルギーになりやすいご飯などの炭水化物を中心に、温かいものを取ることで。冷えをなくすのに最も効果的なのは運動です。体の中から温め、血行を良くし、筋肉量を増やしましょう。
(佐久総合病院名誉院長●松島松翠)

◇栄養価は抜群ーパセリ(セリ科)◇

普段は肉料理やフライの皿の隅にちょこんと乗って、添え物の役割に甘んじているパセリ。独特の風味がある香辛野菜です。

原産地は地中海沿岸地域といわれ、ギリシャ・ローマ時代には薬用や香辛料として使われていました。古代ギリシャでは、オリンピックの勝者にパセリの冠が与えられたそうです。

栽培はイタリアで始められ、17世紀にはヨーロッパ全域に、19世紀初頭にはアメリカに広まりました。やがて西洋料理に欠かせない香辛野菜となっていったのです。

日本へはオランダ人がもたらしたとされ、オランダゼリの名で『大和本草』に記載されています。当初長崎で栽培されましたが、明治初年にあらためて欧米から種子が導入され、以来、各地で少しずつ栽培されるようになりました。意外にも第二次大戦前には、現在のような洋食のつけ合わせとしての用途が定着していたそうです。

日本で生産されるのは、葉がちりめん状に縮れるタイプが主流ですが、葉が平滑なタイプ(イタリアンパセリ)もあり、こちらの方が風味は強いようです。また、日本ではあまり知られていませんが、肥大した根を利用するタイプ(ハンブルクパセリ)もあります。

ごっそりした食感を敬遠する方も多く、しばしば食後の皿にぼつんと残されている気の毒な存在ですが、栄養価は抜群。ビタミンA、C、カリウムを桁違いに多く含み、カルシウム、鉄、亜鉛などのミネラル分も豊富です。

細かく刻んでチャーハンに混ぜ込んだり、軽く衣をつけて天ぷらにしたりすれば、食感が気になることもありません。添え物扱いするにはあまりに惜しい、価値ある野菜です。

(植物ライター●岡田比呂美)

3月の運勢

モナ・カサンドラ

おひつじ座 3/21~4/19

【全体運】家にもりやすくなる傾向。家族や気の合う友人と遊びに出掛けると嬉しい発見あり。図書館に行くのも○【健康運】不規則な生活には注意を【幸運を呼ぶ食べ物】ひなあられ

おうし座 4/20~5/20

【全体運】向学心が旺盛になりそう。やってみたいことがあるなら情報収集を。ネットなどを駆使するのも正解【健康運】マッサージで気力も体調も上昇【幸運を呼ぶ食べ物】菜の花

ふたご座 5/21~6/21

【全体運】自分のやり方にこだわりやすくなりそう。柔軟な発想を心掛けて。美しい花を見ると気分転換に【健康運】疲れをため込みがち。リラックスが大変【幸運を呼ぶ食べ物】サザエ

かに座 6/22~7/22

【全体運】行動力が高まっている月。未解決になっていた事柄を再開させられるはず。ハイキングも吉【健康運】積極的に体を動かすことで体調改善へ【幸運を呼ぶ食べ物】サワラ

しし座 7/23~8/22

【全体運】あれこれ考え込むことが多くなる気配。物事を深刻に受け止めやすいので肩の力を抜いて。お寺の散策にツキ【健康運】まだまだ防寒は必須【幸運を呼ぶ食べ物】タラの芽

おとめ座 8/23~9/22

【全体運】状況判断を誤らなければトラブルの心配はなさそう。迷った時は信頼できる人に相談して【健康運】無理な運動は×。できる範囲で楽しんで【幸運を呼ぶ食べ物】フキ

てんびん座 9/23~10/23

【全体運】神経質になりやすいのでだらかさを忘れずに。ハーブティーを飲むと気持ちが和みそう【健康運】オーバーワークに用心すること。休息を【幸運を呼ぶ食べ物】キャベツ

さそり座 10/24~11/22

【全体運】レジャー運が急上昇。家族や親しい仲間たちと遊びに出れば大いに英気を養えます。くじ運もラッキー【健康運】アクティブに動き回って【幸運を呼ぶ食べ物】クレソン

いて座 11/23~12/21

【全体運】些細なことでイライラしやすい時期。笑顔を中心掛けて。手作りを楽しむ趣味をもつと良い気晴らしに【健康運】体調に過敏になりがち。考え過ぎはNG【幸運を呼ぶ食べ物】マダイ

やぎ座 12/22~1/19

【全体運】対人運に恵まれています。付き合ったことのないタイプの友人ができ刺激になりそう【健康運】スポーツを楽しめば体調が上向きそう【幸運を呼ぶ食べ物】セリ

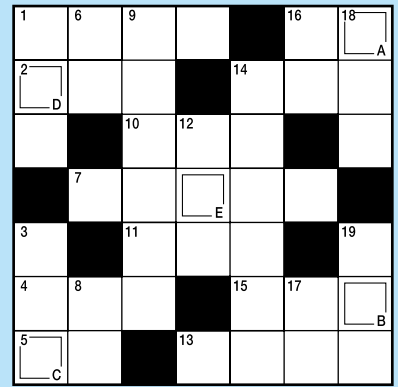
みずがめ座 1/20~2/18

【全体運】ゆったり気分で過ごせる予感。好きなことを満喫してみ。おいしいと評判のお店に行くのも○【健康運】運動不足になりやすい。まめに動いて【幸運を呼ぶ食べ物】ウド

うお座 2/19~3/20

【全体運】前向きになれる時期。前に失敗したことに再挑戦すれば成功する可能性大。自分磨きも良い結果に【健康運】落ち着いた気分であることで好影響あり【幸運を呼ぶ食べ物】タケノコ

クロスワードパズル



タテのかぎ

- ①洗濯や行水に使われてきた大きな容器
- ③チョコレートと同じ原料で作る飲み物
- ⑥ノートや便箋に引かれてある線
- ⑧ブドウには、ある品種とない品種があります
- ⑨田や畑で丹精こめて作るもの
- ⑫いくつもの敵しい___を乗り越える
- ⑭眠れなくなってしまう困った状態
- ⑯根を詰めて仕事をする、こっぴどい
がちなところ
- ⑰甥は男性、こちらは女性
- ⑱春、空高く飛んで鳴く鳥、漢字だと「雲雀」
- ⑳兄が1人だけいる男性

ヨコのかぎ

- ①「雨後の___」は次々出てくるさま
- ②ゴロゴロという音とともに降ってくる激しい雨
- ④猫が入りたがりそうな暖房器具
- ⑤妹や弟がいる女性
- ⑦「もういいかい」「まあだだよ」
- ⑩新鮮な魚のシンプルな料理法
- ⑪分数で上の数字は___、下の数字は分母
- ⑬「___矢の如し」は時のたつのが早いこと
- ⑭アサガオのは軍配みたいな形です
- ⑮若芽を摘んで食べることもある菊の仲間
- ⑯善しあし、政策の___を論ずる

12月号のこたえ

ホシガキ



応募総数通44通(無効1通)
当選者5人の発表は賞品の発送をもって替えさせていただきます。
*住所・氏名等の記入忘れがある場合は正解しても無効となりますのでご注意ください。



◆年賀状◆

今年も親しい友人から年賀状が届きました。「おかわりありませんか?」「元氣ですよ。」と一言の添え書きがあつてとても嬉しいです。(宮前区・遠藤さん)

◆探検隊◆

川崎探検隊を楽しく拝見しています。川崎には色々な旧所、名跡が多くあり、あちこち歩き

回っています。先日は、亀甲山古墳を見学に行きました。

◆エコ店舗◆

川崎区の大島支店をよく利用していますが、新店舗が太陽光発電を取り入れた建物だということを知りました。川崎区ではソーラーパネルを取り入れた建物を見ることはほとんどないので、エコという点から大きなPRの材料になると思います。(川崎区・高村さん)

◆品評会◆

農業まつりの品評会に行き、大きなシシゆずなどめずらしい作物を見て、「川崎でも出来るのか」と関心しました。

(麻生区・中山さん)



◆流鏝馬◆

麻生区高石にある高石神社で1月10日、流鏝馬の神事が行われました。参拝者が2人ずつ並んで射り、矢が当たった人は、その年は無病息災だと言われています。

◆楽しみ◆

冬本番の季節ですが、風邪を引かないようにしたいと思いましたが、今年新たに緑を見れるのを楽しみにしています。

◆ウォーキング◆

機関誌(12月号)の「元氣に」一步!ウォーキング」は、大変参考になりました。2種類のウォーキングを意識してこれからも続けて行こうと思います。

◆投稿のお礼◆

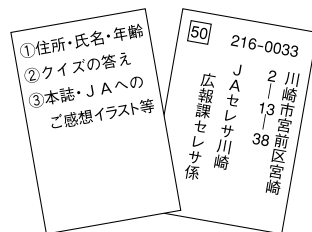
たくさんのお便りありがとうございました。これからも感想をお待ちしております。

(JA広報課)

応募方法

■このコーナーでは身近なできごと等、皆様からお便りをお待ちしております。お便りをいただいた方およびクイズにお答えいただいた方の中から抽選で5人の方に図書カード1,000円をプレゼントします。送付方法は、郵送で、お名前(匿名の方はペンネームを添えて)、住所、電話番号、年齢を入れて右記まで送付してください。写真の掲載をご希望される方は、プリントを封書でご送付ください。※匿名を希望される場合は必ずペンネームをお書き添えください。個人情報保護法に基づき、応募された方の個人情報は賞品発送以外には使用しません。

◎締切 3月18日(金)必着



お寄せ頂いた
ご感想、イラスト等
は本誌で掲載する
ことがあり
ます。

宝飾パスポート展示会開催

JAならではの展示会を開催いたします。
みなさまのご来場を心よりお待ちしております。

新任保健師の紹介

JA厚生連から出向して、1月より新任の森永敬子保健師が指導相談部生活福祉課に着任しました。今後、保健指導を担当し、健康管理活動やセレササロン、各種イベント等でお会いすることになります。よろしくお祈りいたします。



経済センター土曜日営業開始

3月12日(土)より経済センターが毎週土曜日の営業を開始します。営業時間は、9:00~16:30。
これにより、経済センター、パーシモンとも土曜日営業を行いますのでぜひご利用ください。

セレサモスにてJAカードの利用開始

4月1日(金)よりセレサモスにてJAカードをご利用いただけるようになります。ただいま、JAカードをお申し込みいただくとお得な特典がございます。詳しくは、お近くの支店までお問い合わせください。なお、セレサモスではJAカードの申込み受付はしておりませんのでご了承ください。

TPP参加反対署名運動の実施

支部回覧等を通じて、TPP参加反対署名運動を実施いたします。組合員のみならず、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

組織
だより

かみ
上の台支部 (稲田地区)

組合員数は15世帯。エリアは中野島と生田に接する登戸の西側。多摩川梨の産地で、かつての梨もぎと観光の中心地です。今でも宅配を中心に梨栽培が続けられていますが、野菜の栽培も盛んになり、直売が人気を博しています。

支部活動では、田中謙次支部長を中心に、剪定バサミなどの農作業道具を一括購入。各部員に配布して支部結束を深めたり、農業まつりの



品評会でミカンやブロッコリーなど40点ちかくを出品して、積極的な活動を展開しています。

※次回は上平間支部 (川崎南地区) と畜産部です。

女性部柿生支部

柿生支部は部員数200人。加入推進と部員間の親睦と学習を兼ねて、手芸と料理講習会を開いています。食農教育活動の一環としては、地元小学校の収穫祭を手伝い、地域との関わりを深め、活動の幅を広げています。

グループ活動では、童謡や民謡、木彫りなど独自活動も多彩で、部員のニーズに応じています。日帰り旅行や人間ドックなど健康管理活動



も活発で、統一旅行やレクリエーション大会など全体行事にも積極的に参加しています。

| | |
|--------|------------------------------|
| 1日(火) | 准組合員の集い(川崎市総合福祉センターエポックなかはら) |
| 2日(水) | 准組合員の集い(川崎市総合福祉センターエポックなかはら) |
| 3日(木) | 准組合員の集い(川崎市総合福祉センターエポックなかはら) |
| 4日(金) | 第14回女性部連絡協議会大会(13時～、本店) |
| 8日(火) | 共済高額契約者九州優待旅行(～10日、宮崎・鹿児島) |
| 9日(水) | 准組合員の集い(高津市民館) |
| 10日(木) | 准組合員の集い(高津市民館) |
| 11日(金) | 准組合員の集い(高津市民館) |
| 17日(木) | 共済高額契約者一泊招待旅行(～18日、伊香保温泉) |
| 23日(水) | 共済高額契約者観劇招待会(明治座) |

※日程等は変更されることがあります

JAからのお知らせ

◇理事会だより◇

☆第10回定例理事会…1月18日(火)本店で開催【報告事項】平成22年度第2回随時監査…2月2日(水)～24日(木)の11日間に本店・12支店を対象に実施。担い手支援「果樹栽培講習会」…みかん栽培講習会：【第1会場】2月22日(火)森美三男氏ほ場【第2会場】2月23日(水)市農業技術支援センターにて、同日午前10時より実施。ブルーベリー栽培講習会：【第1会場】2月22日(火)森雄誠氏ほ場【第2会場】2月23日(水)越畑幸作氏ほ場にて、同日午後2時より実施。他18項目を報告。【協議事項】オープン出納機の購入…鷺沼、菅生、小田支店に導入。他4議案を協議決定。

決算棚卸し休業のお知らせ

経済センター、パーシモンは、決算棚卸しの為、下記のとおり休業いたします。ご利用のみなさまにはご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いたします。

☆経済センター・パーシモン
3月31日(木)正午～4月1日(金)(3月31日は正午まで営業。4月4日(月)からは通常営業。)

セレサのDATA

| | |
|---------|-----------|
| 貯金 | 1兆2,022億円 |
| 貸出金 | 4,833億円 |
| 長期共済保有高 | 1兆6,190億円 |
| 年金共済保有高 | 281億円 |
| 購買品供給高 | 8億64百万円 |
| 販売品販売高 | 6億07百万円 |
| 組合員数 | 53,591人 |
| うち正組合員 | 5,971人 |
| 准組合員 | 47,620人 |
| | (1月31日現在) |

営業時間のご案内

☆支店窓口…平日9:00～16:00
☆ATM…平日8:00～21:00、土日祝9:00～19:00
☆経済センター…平日9:00～16:30(月末15:00)、3月12日より土曜日営業(9:00～16:30)
☆セレサパーシモン…平日・土曜9:00～16:30(月末15:00)
☆セレサモス…11月～翌3月10:00～17:00(定休日：水曜・年末年始ほか)

3月の営農相談コーナー

☆JA経済センター(宮前区有馬2-13-1)…2日(水)、4日(金)、9日(水)、11日(金)、16日(水)、18日(金)、23日(水)、25日(金)、30日(水)
☆セレサパーシモン(資材店舗：麻生区片平2-30-15)…1日(火)、3日(木)、8日(火)、10日(木)、15日(火)、17日(木)、22日(火)、24日(木)、29日(火)、31日(木)(※)
時間：9:00～16:00(※は9:00～12:00)
相談員：JAの営農技術顧問
その他：予約は不要です

3月の経営相談日(法律)

8日(火) 9:30～11:30 向丘支店
13:30～15:30 中原支店
12日(土) 9:30～11:30 稲田支店
15日(火) 13:30～15:30 生田支店
13:30～15:30 みなみ支店
22日(火) 9:30～11:30 橘支店
29日(火) 13:30～15:30 中原支店
相談時間は原則30分程度。要予約。
予約は前日16:00までに各会場支店の総合相談担当まで。予約のない方は、予約者の相談終了後となります。

3月の年金無料相談会

1日(火)菅支店
3日(木)宮前支店
8日(火)高津支店(※)
10日(木)小田支店(※)
13日(日)橘支店(※)
15日(火)宮崎支店
17日(木)百合丘支店
予約は開催支店まで。但し、※は事業推進部(TEL877-2140)へお願いいたします。

3月の休日住宅ローン相談会

13日(日)みなみ支店、鹿島田支店、元住吉支店、北見方支店、橘支店、菅生支店、千代ヶ丘支店、セレサモス(※)
26日(土)宮前支店
27日(日)梶ヶ谷ビル(※)
時間は9:00～15:00(※は10:00～16:00)
各会場支店または下記のホームページからもご予約できます。予約がない方は、お待ちいただくことがございます。専用ホームページ(<http://www.ja-ceresa.jp/>)

3月のセレササロン

2日(水)10:00～15:00 柿生支店(※)
3日(木)10:00～15:00 中原支店
9日(水)10:00～15:00 高津支店
9日(水)10:30～15:00 菅支店(※)
10日(木)10:30～15:00 生田支店(※)
11日(金)10:30～14:30 稲田支店(※)
(※生きがい活動とタイアップして開催。参加費無料)
利用料：1回800円
対象：おおむね60歳以上の方
お問い合わせ・お申し込み：本店生活福祉課まで。TEL877-2509

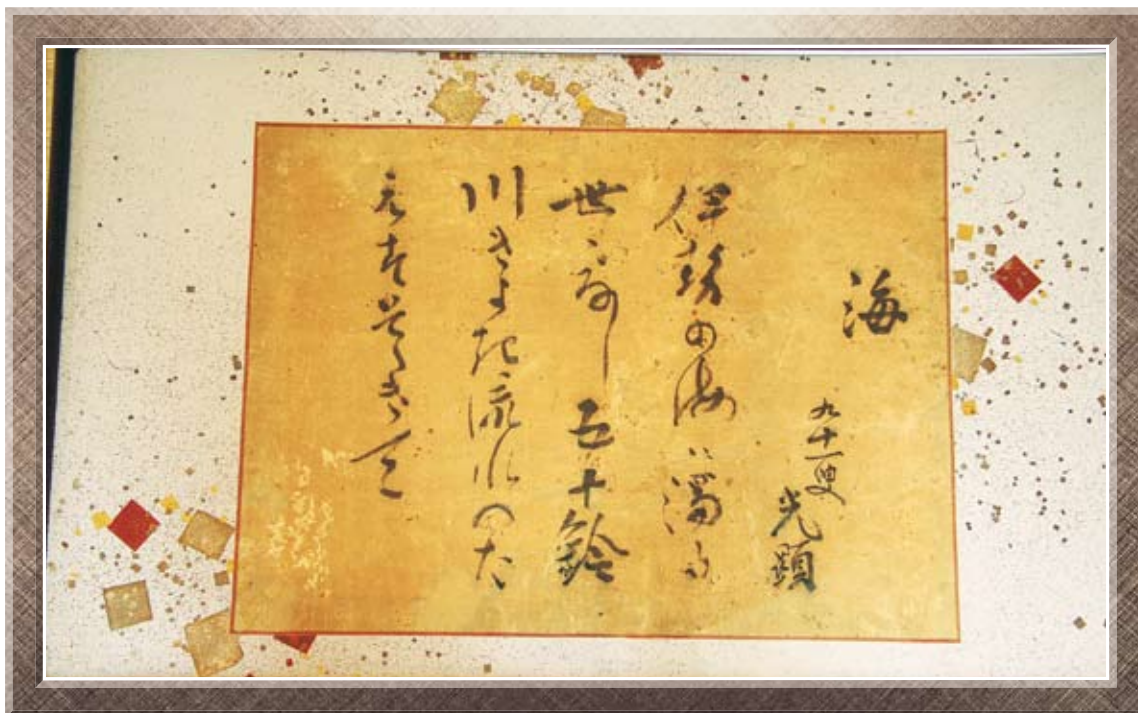
セレササービスのご案内

セレササービス(株)はまごころを込めたご葬儀をご提案し、ご奉仕でお応えしています。当社は川崎市内で唯一のJAが100%出資している葬祭センターです。
危急のご連絡・ご相談は下記のフリーダイヤルまで。
フリーダイヤル みおくる ところ
0120-3096-56
(24時間受付・年中無休)
<http://www.ceresa-service.co.jp>

お宝拝見

大切なモノ・ことば

田中光顕の書



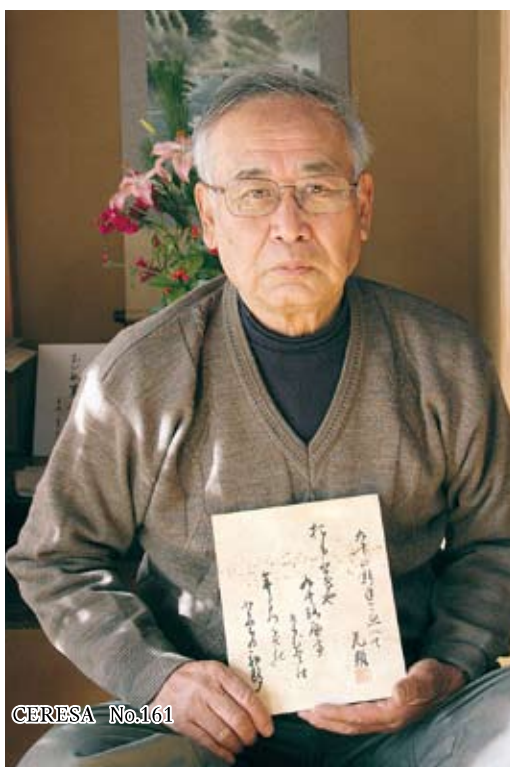
※『世の中は濁っているが、五十鈴川は清い流れを伊勢の海にそそいでいる』との意味です。

多摩区宿河原の関山さんのお宅は宿河原の地に何代も続く旧家で、古くからの文書類がたくさん残されています。その中には明治の元勲の1人、田中光顕たなかみつあきの書があります。「祖父の話によると、祖父の叔母が田中家へ奉公に出ていた縁で、いただいたようです」。

田中光顕は土佐出身で、坂本龍馬、中岡慎太郎と共に薩長連合を推し進めた人物。中岡亡き後、陸援隊を率いたことで知られ、維新後は岩倉使節団に加わって渡欧し、後には警視総監や宮内大臣などを歴任し、明治天皇の信任も厚かったと言います。田中光顕は短歌が趣味で、「田中青山せいざん」と号し、たくさんの短歌を残しています。この書は90才の夏に伊勢の海を読んだもの。関山家の文化財として、後々まで残して行く事になっています。

多摩区宿河原

関山 敏夫さん



Dish Up!



ライスコロッケ (創作)

材料 (4人分)

(※写真は、2人分の量になっています。)

〈ライスコロッケ〉

紅芋フレーク(A)・ターメリック(B)・細かく刻んだパセリ(C)・・・お好みに分量を調節、ご飯・・・約600g、パン粉・・・適量(※細かくて、こまかいものを使用する。)、揚げる用の油

〈トマトソース〉

イタリアントマト・・・3個、(完熟トマト缶でも可・・・1缶)、玉ネギ・・・1個、赤ワイン(香り付け用)・・・お好みに、バター・・・ひとつまみ程度、コンソメ・・・1個、水・・・200cc、オレガノ・・・適量、オリーブオイル・ニンニク・・・お好みに、砂糖・塩・コショウ・・・少々

作り方

〈ライスコロッケ〉



①A、B、Cをそれぞれボールに入れ、ご飯200gと一緒にする。



②これを練るように混ぜ合わせ団子のように丸める。



③パン粉を付けて、揚げて出来上がり。

〈トマトソース〉



①ニンニク、玉ネギはみじん切り。玉ネギのみ水でさらす。



②トマトは湯むきして、へた、種を取り除き、適当な大きさにカットする。



③フライパンにオリーブオイルをしき、ニンニクを入れ、香りが出るまで炒める。



④そこに水気をとった玉ネギを入れ、炒める。



⑤鍋に、④、赤ワイン、バター、水、コンソメ、オレガノ、カットしたトマトを入れ、砂糖、塩、コショウで味付けをして煮込む。※味見をしてお好みの味に仕上げてください。

ワンポイントアドバイス

麻生区五カ田 鈴木 一次 さん

トッピングにチャービル、ホワイトアスパラ、ズッキーニ、オレンジ、ゴボウなどを使用することで華やかに盛り付けることが出来ます！なお、ゴボウを素揚げする際は、焦げると苦くなるので注意してください。

