

木通 信もれ日

K o m o r e b i T s u s h i n

第18号

平成16年10月
つきだて花工房発
季刊誌

〒960-0903 福島県伊達郡月館町大字下渡字寺窪7
TEL024(573)3888 FAX024(573)3887

E-mail: hanakobo@safins.ne.jp
休館日/毎月第1、第3次曜日(休館日の前日は17時まで営業)
つきだて花工房ホームページ http://odehime.or.jp/hanakobo

○つきだて花工房は木もれ日のようなぬくもりと
やさしさを持ち続ける皆様の公共施設をめざします。

花のアルバム

アルバムの
18ページ

ニラ

風にのこて
金木犀の香りが届く
今年も、もうそんな季節…
自然はいつの日もさりげなく
巡る季節を知らせてくれる。
野に咲く花も、
変わることなく…



薬効野菜

日本書紀では計美良、古事記では加美良、万葉集では久久美良と記されており、その歴史の古さを察することが出来るニラ。計、加、久はいずれも辛いという意味を持ち、呼び名からも刺激の強さをうかがうことができる作物です。

元来は薬草として中国から入り、畑や庭の隅に植えられ、必要なときに刈り取られる身近な作物で、道端で野生化したものもありました。販売野菜として八百屋さんの店頭に並んだのは戦後のことで、農林水産省の統計に野菜として登場したのは、昭和47年と比較的新しい時代です。

ニラは東南アジア、中国、日本に分布するユリ科の宿根草。ヨーロッパでは現在もほとんど栽培されていない野菜です。寒さにも暑さにも強く、刈り取ったあとから再び新芽が伸び、一株から4〜5回は収穫が可能です。その強い生命力が多くの薬効にもあらわれているのでしょうか。

ニラ、ラッキョウ、ネギ、ニンニク、ノビルは古代中国で五辛(別名五葷)と

里山からの恵み



言われ、熱病を追い払うために使われてきました。漢方ではニラの種を垂子(うしこ)といい、強壯、泌尿器系疾患に効果があるとされています。また葉の搾り汁は切り傷、うるししかぶれなどに用いられ、民間療法としても活躍します。

豊富な成分のカロチン、ビタミンC、E、ミネラルは、炒めて食べると栄養損失が少なく、定番の餃子、ニラレバー炒めが人気です。ただし、ニンニク同様、ウイークエンド・ベジタブル(週末野菜)の代表で、現代社会を反映した現象のひとつと言えそうです。

実りの秋を身近に実感できるのが栗拾い、小さな秋の贈り物です。つきだて花工房の「森の道」でも、童心に帰った大人たちが栗拾いに熱中します。野山で拾えるシバグリは、栽培より小さく、熟してイガが割れると3個の栗が仲良く顔を出し、ふと心が和らぎます。光と風が木漏れ日を揺らす静かな里の道で、思い思いの小さな秋を探してみたいかがでしょうか。

彩りの季節へ ようこそ

春に誕生した木の葉たちが
彩りの準備をはじめています。
訪れる人々は
やがて落ち葉となるその日まで
その美しさと、森の神秘に
心を癒されることでしょう。



初秋の遊歩道を散策。
どんぐりを拾って童心に返る。
栗は森からの贈りもの…
でもどうしてこんな「いがいが」に
包まれているの？
晩秋の遊歩道は
「さくさく」と、落ち葉を踏みしめる音がうれしい。
森と人がこれからも共存していけそうな、うれしい予感。



■イチョウ
イチョウ科・イチョウ属の落葉高木。中国原産。仏教とともに渡来したといわれ、寺や神社には大木が多い。10月頃、雌の木が落とす実がギンナン。

黄色い秋「堂ノ脇乳銀杏」

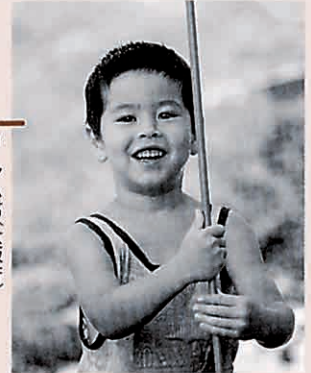
樹齢約400年と推定、大枝から気根が多数垂れ下がっている姿から乳銀杏と呼ばれ、母親に信仰されてきました。根回り7.5m、樹高25m。月館町の文化財にも指定されています。
つきだて花工房より2.2km 徒歩約30分

大字 藤田



本郷保育園のお友だち
(さいたま市)

本郷保育園のお友だち、お元気ですか。毎年お泊りしてくるみんなは、つきだて花工房に秘密の基地を持っていきますよね。今年、勇んで駆け出し、基地から戻ってくると「去年より小さくなっちゃった！」と息を弾ませ言っていましたね。後で気が付いたんだけど、基地が小さくなったのではなく、みんなが成長したのだと思います。秘密の場所は見えていてくれるかな？



リーアム君(大阪府)

リーアム君、今日は何をしていますか？あなたほど好奇心が旺盛で、想像力が豊かで、元気のあふ少年に出会えることは稀であり、子供ながらに人生を謳歌しているその姿に勇気をももらった気がします。ありがとうございます。またダディの第2の故郷、月館町に遊びに来てください。約束ねっ！

みなさん、お元気ですか。
つきだて花工房にも
心に染みる季節がやってきました。
高い空には今日も
ゆっくりと雲が流れています。

芸術の秋、4人会の皆さまには充実の毎日をお過ごしのことと存じます。囲碁対決で定期的につきだて花工房をご利用いただいておりますが、敗者の方の悔しそうな姿に、いつも少年のような心を垣間見、和やかな気持ちになります。「碁の世界は果てしなく深く…人生ドラマそのもの」よう「水上寛裕著 花よ心よ」次回の碁聖戦はいつ頃でしょうか？楽しみにお待ちしております。



4人会の皆さま(福島市)

祝 還暦寺内勝美さま、おめでとございます！



寺内さんご一家とご親戚の皆さま
(福島市・東京都・山形県)

あらためまして、還暦おめでとございます。ご家族やご親戚の皆さまの手づくりのお祝いに、お迎えした私たちスタッフも心ほのぼのさせていただきました。こんなに、身近な人を愛せたら世の中はもっと平和になるのだろかな…ふとそんなことも考えました。人生の節目をむかえますますす健やかにお祈りいたします。



2004年ミスピーチの皆さま

福島県の桃をPRされる「ミスピーチ」の皆さま、今年の夏は本当に本当に暑かったですね。おかげで桃は糖度の高い、ジューシーなできばえ、皆さんの笑顔で、いっそう甘さがまじったことでしょうか。涼しくなり夏の疲れが出やすい季節、どうぞご自愛のうえ、これからも「くだもの王国、福島県」を全国にPRしていきましょう。

ご案内

- 年末年始も同一料金 ● 宿泊 1泊2食付…6,500円～(1部屋5名様以上の場合)
- ハーブの香りでリラクス ● 入浴…10:00～18:00 大人300円 小学生150円
- 陽だまりコースが好評 ● 個室休憩…11:00～15:00(1日4組様まで)
- 月々のおすすりランチが人気 ● ランチ営業…11:30～13:30(ラストオーダー)

古きを訪ねて

見知らぬ時代があり、今があります。数々の歴史があり、今があります。知らなかったことを知ることで、今が違つて見えたりすることもありますが、悠久の時の流れを想いながら、いつもは車で通り過ぎてしまふあの道を、今日は歩いてみませんか。秋空のもと、散歩のすすめ…

秋空のもと、歩いてみよう 下手渡藩の 歴史に触れる



つきだて花工房 写真(左) 耕雲寺侍墓地 写真(右) 下手渡天平陣屋跡
約2km(徒歩約30分) 約2km(徒歩約30分)

8月29日(日)に行なわれた桜の里山ウォークラリーに参加してくれた子どもたち(耕雲寺・侍墓地にて撮影)



下手渡藩を知る

文化3年(1806年)九州、三池立花藩より立花種善が下手渡初代藩主として赴任、天平に陣屋を構築します。以後、2代種温、3代種恭と続いた下手渡藩は、明治2年(1869年)の廃藩置県により三池県と改称されるまでの63年間続きました。

若干12歳の若さで見知らぬ土地の初代藩主となった種善。餓死者70万人にも及んだといわれる天保の大飢饉に、領民政済に尽力し一人の餓死者も出さなかつた名君種温。幕府の会計奉行から後に老中格となり大政奉還の重任を果たした種恭。

3代藩主が眠る菩提寺「耕雲寺」のお墓は、藩士のお墓が藩主のお墓に向き合うように建てられており深い忠誠心をうかがうことができます。

また、陣屋跡に建てられた「懐古の碑」には、立花藩の系譜・宝満、巖屋城での全員玉砕・下手渡への移封、そして、下手渡藩での善政などが綴られています。

第一回ローディングクラブワードの会 「夏の朗読セミナー」

7月24・25日の2日間
講師 ナレーター 島岡安和さん



ザドドゾダ・ゾダゾドダゾダ
次は「ちようにんちようにん長十郎」の太郎役に挑戦してみましよう。

声を出す基本は「腹式呼吸」、息をじゅうぶんに吸って、ゆつたりとした気持ちで、大きな声を出しましょう。

それでは次の言葉を続けてすらすらとと言えるようにレツツ・トライ!

「ラデレドロ・ラデレドロ・ラデドロ」 「ゾダゾダゾダゾダゾダ」

太郎(呼ぶ) オーイ。くくくちようにんちようにん長十郎まんまる入道ひら入道せいたか入道へいがの子いっちようぎりのちようぎりのちようぎりのちようぎりのこの山越えては咲いたかまだ咲かぬ茶がすんだら三べんまわつてバコに庄助さーん。くくあそはなにかーい。

最初の「オーイ」を思いきって出さないとあとの声がうまく出ない。くくく大きく息を吸う。次のくまで息づきをせすいづきにくはできるだけ速く吸う。くくく息をすつて「かーい」は思いきつてのばす。

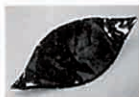
木もれ日通信18号 読者プレゼント

18号のクイズは秋の七草にちなんだ問題です。次の歌は万葉集にある山上憶良の歌です。歌のはじめの花をお答えください。

秋の野に咲きたる花をおよび折り
かき数ふれば七種の花

○の花尾花葛花瞿麦の花
女郎花また藤袴朝顔の花

官製ハガキに住所、氏名、年齢、ご希望の商品を記入、応募券を貼ってつきだて花工房までお送り下さい。11月30日の消印まで有効。正解者の中から3名様にプレゼントをお贈りいたします。ご応募お待ちしております。



① ゆあさ工房
銅板・葉っぱの
フローチ (1名様)



② ユニセフグリーティングカード
タイの木もれび (1名様)
箔加工がほどこされたカードに本物の木の葉が飾られています。

③ 童話屋出版
書籍「葉っぱのフレディ」(1名様)

秋山料理長の”旬を楽しむ”

秋のひとしな

木の子入り 小田巻蒸し

うどんの人った茶碗蒸し



●食材(1人前)

A ●木の子(舞茸・しめじ):適量 ●銀杏、百合根、かまぼこ:適量 ●むき海老:2尾 ●鶏肉(小口切):2切
●うどん:器の1/3~1/2 ●青味(春菊・三ツ葉など):適量

B 茶碗蒸しのたれ

①卵(L):1個
②かつを出し汁(吸物の味):180cc
※①と②をよく交ぜて漉しておく。

C 八方杏:適量(90cc位)

※温用そばたれを片栗粉でとろみをつけたもの

●作り方

器にAの材料を入れる(うどんが下になるように)。Bの汁を器の7分目まで入れ、ラップをして20分くらい中火で蒸し上げる。Cの八方杏を掛けて出来上がり。(お好みで柚子、七味等をどうぞ)

◎ワンポイント

うどんは、玉うどんでも結構ですが、こしの強いうどんの方がおいしくいただけます。その他の材料として、帆立・豚肉・白身魚、カニなどを使用してもおいしく召し上がれますが、あくまでもメインはうどんであることをお忘れなく!

雑学メモ 「どうして小田巻というの？」

底に敷くうどんの風情を「芋環」(紡いだ麻糸を巻いて玉状にしたもの)に見立てたのだそうです。



2004年秋 つきだて花工房がお贈りする
“小さな朗読会” & “小さな美術展”
 人と人のつながりが、2つのイベントを実現させてくれたことに感謝します。

長澤知子・むぐうな彩り木版画展

「むぐうな」とは「無窮」のこと。思いのままに製作された個性あふれる作品約20点を展示します。



長澤知子版画展 in つきだて花工房

- 開催日 平成16年10月6日(水)～11月8日(月)まで※但し休館日を除く
- 時間 午前10時～午後5時 (最終日は午後2時で終了)
- ※入場無料

長澤知子さん：版画愛好家。大正9年福島県福島市生まれ。福島県立福島高等女学校(現橘高校)卒業。6年前に福島を離れ、現在は東京都府中市で次女の山崎さんご家族とお住まい。

母が版画を始めたのは、自分の時間が持てるようになった50代からです。歴史が好きな母は、国内外を旅するごとに、風景や人々の姿をたくさんのスケッチや、写真に取め、作品にしてきました。私たちがその作品群に遭遇したのは、母が体調を崩して彫刻等を握ることができなくなってからのことで、作品が保管された箱を開けたときの驚きは鮮烈なものでした。個展を勧めるたびに作品を隠してしまう母が、その開催を承諾してくれたのは3年前。私と妹(山崎充子)のコンサートをジョイントした三人展が実現しました。

画集の出版も決まり、準備を進める中応募した2004年上野の森美術館「日本の自然を描く展」では、作品「エジプト チャトルを着た人」が自由部門で佳作賞をいただき、画集に花を添えました。

つきだて花工房は、ハーブのお風呂が気に入りで、ここ数年通っている宿泊施設です。この機会にお出かけたいただき、長澤知子の「むぐうな彩り」の世界をご覧いただければ幸いです。(長女・五十嵐裕子・福島市在住)

秋の夜長の小さな朗読会 #3

アメリカの著名な哲学者レオ・バスキア博士が「いのち」について子どもたちに書いた、生涯でただ一冊の絵本「葉っぱのフレディ」をお贈りします。



- 語り 島岡 安芸和(しまおか あきと)
 - 音楽 チェロ：古後 公隆(こご きみたか)
ピアノ：シゲ 山本(しげ やまもと)
 - 日時 平成16年11月8日(月)7:00PM
 - 場所 つきだて花工房
 - 料金 お一人様1,000円
 - 定員 100名様
 - チケット 町内先行発売 10月2日(土)
一般発売 10月16日(土)
- ※チケットがなくなり次第終了です。

3回目を迎える、「秋の夜長の小さな朗読会」。昨年に引き続き、息の合ったメンバーをお迎えしてお贈りいたします。

朗読の島岡安芸和さんは、ナレーター以外にプロのタップダンスのインストラクターでもあり、今年の9月にはご自分のスタジオを創立されました。ジャズ&タップダンスに興味のある方、レッスン希望者は横浜の「かっぱハウススタジオ」へGO!

数多くのCM、テーマ曲、BGMの作編曲者として活躍中のチェリスト、古後公隆さん、「泣いた赤おに」では心に染みるメロディーが観客の涙を誘いました。今年の「葉っぱのフレディ」ではどんな音楽が誕生するのでしょうか。楽しみです。

幅広いジャンルをこなすピアニスト、シゲ山本さんは、様々なアーティストのライブやレコーディングに参加しています。フレディの「いのちの旅」をクリエイティブなピアノ演奏で、表現してくれること間違いなし...どうぞご期待ください。



見

(季節の花・湯ハーブの湯・食(小手) 姫うどん他)、つきだて花工房は私のイチ押し「郊外で番の癒しスポット」です。前回伺った時は湯舟の外庭に「山ゆり」が咲いていました。街中の雑踏をはなれ静寂「花工房」二度夕暮れの変わりゆく風景を堪能したいと思います。
 (福島市・香野豊子様)

名

前につられて立ち寄ったのが最初のきっかけ、美味しい桑の葉入りうどんは最高でした。再々お邪魔しては写真や絵手紙を鑑賞させて頂き、心のリフレッシュと共に心の糧としております。又宿泊させていただきます。
 (富岡町・原田宏様)

い

いつも「木もれ日通信」をご恵送下さいます。ありがとうございます。封を切る前に彩豊かな花の切手を見ると通信への情熱とこだわりが感じられます。巻頭の花のアルバムはカラーだったらどんなに素晴らしいことかと惜しまれます。オクラの種子がコーヒの代用とか、私の経験ではアオギリの実が同じ目的に利用されたのを思い出しました。
 (茨城県・高津勇様)

こもれび17号プレゼント 当選者発表

- ペア宿泊券
高津 勇様 茨城県
- 小手姫うどん
斎藤 登美子様(月舘町)
伊波 寿子様(川俣町)

はなくらぶ
ムーン講座
受講者募集

- 絵手紙教室
日程 10月18日・11月15日・12月6日 すべて月曜日
- 〔時間〕午前10時から
- 〔講師〕和田恵秀先生
- ハーブ教室
すつきでほうきのアレンジメント
日程 11月29日(月)
- 〔時間〕午前10時から
- 〔講師〕菅野夕起子先生



桜もみじと言われるほど紅葉の美しい桜の葉。花工房ではいち早く彩りはじめます。

編集後記

ここ(花工房)からの風景が好きです。やさしい阿武隈の山並に抱かれたつきだて花工房で、めぐる季節を過ごしていると、目前の木々に計り知れない感動と勇気をいただきます。とりわけ赤や黄に彩られた秋の風景は、ただ眺めているだけで涙があふれそうになる時があるので不思議です。
 人の一生、季節の移ろい、繰り返される自然の営みもつ深遠...もうすぐ落ち葉の季節です。3回目を迎える今年の朗読会は「葉っぱのフレディ」どうぞご期待ください。
 (佳代)



月の明かりで疲れた心を癒したい。いますくカレンダーにチェック!!

- 〔満月の夜〕 10月28日(木) 12月27日(月)
11月27日(土)
- 〔新月の夜〕 11月12日(金) 1月10日(月)
12月12日(日)

木もれ日通信18号
 朗読会プレゼント
 応募券