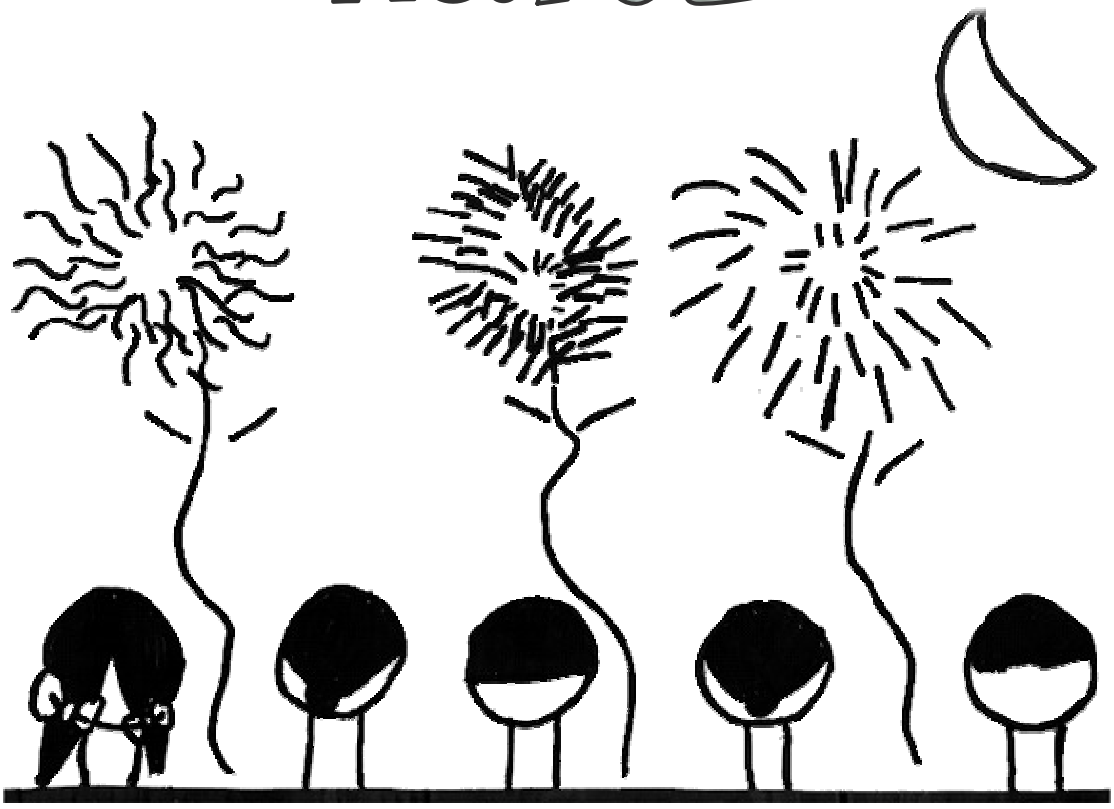
上田地域もの･こと交換制度
蚕都くらぶ

ま～ゆ

蚕都くらぶ･ま～ゆ会報 No.102 2017年 8月20日 発行



わたしたちの願い

蚕都くらぶ・ま～ゆという上田地域通貨モノコト交換制度は、地域で暮らすひとびとがお互いに助け合って楽しく暮らすための制度です。

私たちは、この地域の豊かな自然やひとびとの知恵･技術･経験･人柄を地域の宝と考えます。その宝を活用することで、より豊かな地域と人間関係を目指しています。

蚕都くらぶ・ま～ゆは、地域通貨を使って人と地域をつなぐシステムです。

- ❖ 人と人との新しい関係が生まれます。
- ❖ 自分の能力を再発見できます。
- ❖ 人が活き活きすることで、地域が元気になります。

6月のま～ゆ市

今月のま～ゆ市は、あきちゃんがお子さん 4 人と参加され、平均年齢をぐ～んと下げてくれました。子どもたちは本当に場を和ませてくれま～す。

☆モノ･コト交換

・殿　下＝音楽 CD やバッグ ・かっとまん＝衣類、シューズ、バッグなど ・辛口さん＝無農薬ほうじ茶、日本茶 ・なみさん＝小梅いっぱい ・ぶんちゃん＝山ウド、エンドウ豆、玉ねぎ等 ・ミーすけさん＝ヤーコン苗、衣類 ・ヒデさん/ケセラさん＝古本 ・かっこうさん＝ポケットチッシュ（無料）

※ものを介して話が盛り上がり交換・交流も賑やかでした。出店者のみなさんありがとうございました。

ドレドレ ミレミレ

★スペシャル企画；ハンドベルの合奏★

キラキラ星、カエルの歌、春の小川を殿下の指揮で合奏しました。初体験でしたが結構やれるもので大人も子どももノリノリでした。かっこうさんがハーモニカで伴奏してくれました。

もっと練習したら11月の総会で披露できるかな？楽しく賑やかなひと時でした。（ボケ防止にいいかも…）

やったー！ 無邪気な高齢者

☆６月のハッピーバースデー

下田さん、かっこうさん、ばくちゃんの3人をお祝いしました。

お祝いの菓子はじゅんちゃんがカステラを焼いて届けてくれました。

ケセラさんがポップコーンを陶吉さんがあんずのシロップ漬けを差し入れしてくれ、みんなで美味しくいただきました。

1年ごとに年を重ねますが元気に参加される皆さんにお互いが励まされます。

№1　**ケセラ**

7月のま～ゆ市

7 月のま～ゆ市は、司会に予定していたきみちゃんが現れないため、機転の利く都々平さんが勤めてくれました。

最初は、ごんべえさんのリードでハッピーバースデー。

7 月生まれの上野さんは、1931 年に生まれ、それから 15 年間日本は戦争を続け、1945 年に終戦を迎え、やっと平和になったことや平和憲法の大事さを話してくれました。

「チャルカ」上映会の概要は、かっとまんが話し、ヒデさんが感想を述べ、原発の核廃棄物の最終処分等について合原さんが解説してくれました。

モノ・コト交換は、合原さんの有機たまご、月さんのブラックベリーとイエローベリーの苗木、コロボックルの無添加商品＋CD と本、かっとまんの石鹸が並び、活発に交換していました。

「チャルカ」上映会のときに、シール投票した省エネ、創エネ、何もしていないの用紙を壁に貼り、まだ投票していない人に、マジックで記入してもらいました。

その後、これらの項目についてみなさんから声を聞きました。

①省エネ

かっとまん：LED は、照明器具によって取り換えられないものがある。
辛口さん：電磁波障害のある人は、携帯やスマートメーターも LED もダメ。
殿 下：LED の街灯に替わったら、虫が集まらなくなった。
辛口さん：電車に乗るようにしている。車の代行を使うより安い。
ごんべえさん：アシスト自転車を愛用。
りょういちさん：舞田駅に駐車して、別所線を利用。
ごんべえさん：バスが便利。家族全員バスの時刻表を持っている。
ミーすけさん：自転車で畑に行っている。
りょういちさん：暖房便座のスイッチで、妻と戦っている。
都々平さん：暖房便座を使うときにスイッチ入れれば、1 分ぐらいで温たまる。
ノセさん：グリーンカーテン、ヨシズ、遮光カーテンで日除け。
かっとまん：雨水タンクの水を使って、屋根へ散水。その水は、また雨水タンクに戻る。
トットちゃん：昔、平屋の家は、屋根にササを載せた。

②創エネ

かっとまん：屋根と庭の水撒きは、雨水利用。
ごんべえさん：雨水タンクの水をトイレに使おうとしたが、トイレを傷める聞き断念。
都々平さん：太陽熱温水器、冬場でも天気のよい日には使っている。
さわくん：薪ストーブ、一束 300 円の薪を購入。
りょういちさん：薪ストーブ、建築廃材を利用。
ごんべえさん：きこりクラブの仲間と一緒に、軽トラ 1 杯、5,000 ～ 6,000 円で薪を販売。
ごんべえさん：アクアプラザのお風呂に入っているので、自宅では入浴しない。
かっこうさん：水を汚さないために、食器の食べかすを布で拭き取っている。
ミーすけさん：食器の食べかすを野菜くずで拭き取り、堆肥にしている。

③何もしていない

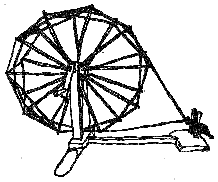
かっとまん：無関心な人に関心を持ってもらう、という趣旨を説明。もっと「チャルカ」のような映画の上映会をやるべきだという意見に対しては、主体はあくまでもあなたで、ま～ゆはサポートをすると説明。ほのじゅんの「次の世代にも心地よい暮らしを引き継ぎたい」という言葉が印象に残っている。

この後、インフォメーションが終ったのが 8 時 45 分で、最後に夏の歌をみんなで一緒に歌うことができませんでした。

№130 **ヒデさん**

一之瀬鉄工所 №308 ノセ(一之瀬輝雄)
JIS 半自動溶接 SN-1V 2級管工事施工管理技師
● 配管工事 ● 車庫・物置製作 ● 板金加工一式
● 10%まで「ま～ゆ」が使えます
どんな小さなことでもご相談ください
上田市 7 材木町2-7-6
TEL・fax 23-1337 携帯080-1176-1123

都市・建築工房 №130ヒデさん(竹内秀夫)
● トラブルの多いリフォームだからこそ お任せください
● 家のことなら何でもお気軽にご相談ください
● 消費税分「ま～ゆ」が使えます
上田市御所274
TEL28-7532 fax 28-8190



～未来を紡ぐ糸車～ 上映会を終えて

ま～ゆシネマプロジェクト　ケセラ

7月2日の「チャルカ～未来を紡ぐ糸車～」の上映会には200名を超える多くの方にご参加いただきました。ま～ゆをはじめたくさんの方のご協力のお蔭で大成功の裡に無事終えることができました。本当にありがとうございました。

この映画は原子力発電所が稼働し続ける限り貯まり続けていく放射性廃棄物、いわゆる「核のゴミ」と暮らしの自立が主なテーマです。

福島原子力発電所の事故は、家が住めなくなり、仕事をなくし、故郷を離れなければならない人をたくさん生み出しました。しかも事故から6年余が過ぎた今も汚染水は漏れ続け事故の全容解明もままならない状況が続いています。にもかかわらず九州の川内原発、四国の伊方原発、福井の高浜原発と各地で次々と原発が再稼働していきます。そこでは多くの人たちの不安の声や反対の声は施政者に届かず、深い議論もなされないままに動いていきます。しかしこれはその地域だけの問題ではなく、私たち一人一人が抱えなければならない課題でもあるのを福島原発事故は教えてくれました。

時とともに記憶が薄れていくことは否めないとしても、だからこそ時には立ち止まってこの課題に向き合うことも大事だと思ってこの映画の上映会を企画しました。

当日は映画を観るだけでなく参加者が意見交換したり、これからの自分たちの暮らしを考える場にもしたいとエコアクションのシール投票、チャルカの展示、繭友のみなさんの生糸を紡ぐ実演、参加者交流会、身体や環境に配慮したお店の出店など盛りだくさんな内容になりました。

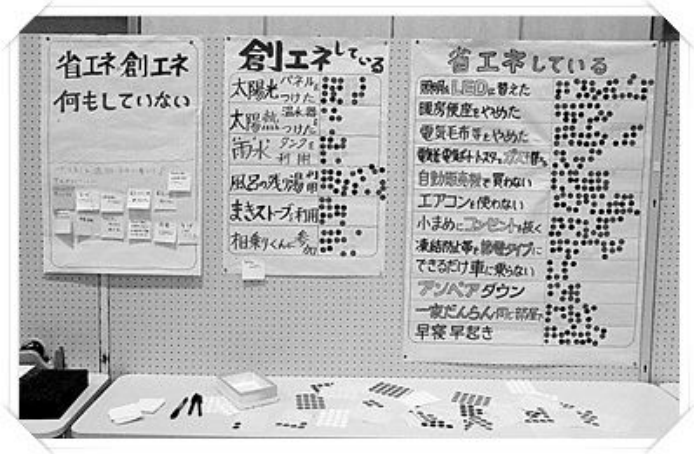
何かを企画するのは、それなりの覚悟が要りますが、ま～ゆのみなさんの顔を思い浮かべると不思議に何とかなるような安心感が生まれます。これが『ま～ゆ』の持つ力なのでしょうね。

みなさんが地域で築いてきた多様なつながりで上映会を支えて下さったことを改めて確認することができた嬉しい日でもありました。

不安はあったけどやっぱりやって良かった!!

アンケートから

- ◆ 原発はいらないとつくづく思った。出来ることから始めたい。
- ◆ 廃棄物処理地区のこと、その反対運動のこと、まったく知らなかった。
- ◆ 政権を握っている人全員に見てもらおう。
- ◆ 若い人の参加がもっとほしい。
- ◆ 都会を消費する場から、生産する場に変えていくことが大事なのでは…
- ◆ ついつい便利な生活に戻ってしまう。時々このような企画があればいい。
- ◆ 深刻ながらも希望も垣間見え、考えさせられた。
- ◆ 目先のことでなく、後世のことを考えるべき。
- ◆ 難しい問題だと思う。
- ◆ 音声がガンガン響いていらいらした。
- ◆ ちょっと退屈だった・
- ✧ 糸紡ぎの実演見られてよかった。美しかった。



エコアクションのシール投票を元に 意見交換

″省エネ″のグループ

- ✧ アンペアダウンしようとしたら、電子レンジ、照明、冷蔵庫、電気釜が一緒に使えないので無理。
- ✧ 炊飯器の保温機能がやめられない。
- ✧ 特に省エネに有効なのは、建物の断熱、冷蔵庫の省エネ型への変更、公共交通機関の利用だと思う。
- ✧ 近い将来、電気自動車に代替すると思う。
- ✧ Si センサーコンロでガスが自動的に止まるので、焦げ付かない。小さい火でゆっくり炊いている。
- ✧ 車は PHV（プラグインハイブリッド車）
- ✧ 温泉のお湯を貰ってきて、湯たんぽがわりにしている。
- ✧ 省エネを金銭の節約だけと考えると、便利さの犠牲の上での省エネは、伝わりにくいかも知れない。
- ✧ 妻は暖房便座のスイッチを切るけれど、私は冷たいのが苦手なので、スイッチを入れる。
- ✧ 茅葺の屋根、土壁の家に住んでいる。冬は暖かく、夏は涼しい。

″創エネ″のグループ

- ✧ ペレットストーブと太陽熱温水器を設置した。
- ✧ TV の観過ぎが課題。
- ✧ やかんを黒塗りにして、酒パックの内側の銀紙を立て、太陽に当てると 50℃ぐらいになる。
- ✧ 太陽熱温水器を使っていたが、ユニットバスに入れ替えたときに、ガスに変更してしまった。

Q：太陽光発電を人に勧めないですか？

- ✧ 「お金がある人はいいね」と言われてしまう。そうではないのに。
- ✧ 他にお金を使っているはず。
- ✧ 国として補助金を出して欲しい。太陽光パネルをつけている方が贅沢をしているのではないか、と思われてしまう。
- ✧ 太陽光パネルは自宅で使う分 1.3kW を設置し、リチウムバッテリーを導入した。全部で 180 万円ぐらい。月に 1,300 円ぐらいの電気代で収まっている。
- ✧ お金よりも自然エネルギーを使っているということが誇り。
- ✧ できるだけエネルギーも自給自足ができるように備えるのがよいのでは。
- ✧ 昔ながらの大工、設計士なら地元の気候風土や風の向きなどを熟知しているが、今は、家の形が決まっているので考慮されていない。
- ✧ ペアガラスにしたら、結露がなくなった。費用をかけるだけ効果がある。

″省エネ・創エネをしていない″のグループ

Q: 今日の上映会のように集まる顔ぶれは決まっているので、どうしたら裾野を広げられるのしょうか？

- ✧ 各公民館で「チャルカ」上映会して、まずは知らしめるのは如何？。
- ✧ 皆様の考えていることと同じ。やはり、知り合いどうしでの口コミは大きいと思う。
- ✧ 省エネについて妻でさえ説得できないので、他の人は難しい。放射能の怖さを体感出来ればよいが、これも難しい。痛みを実感できるように体験者の証言を聞くとか、現地を見学する企画がほしい。
- ✧ 危険なものを安全と思い込まされている怖さ。有害なものを必要と思い込まされている怖さ。
- ✧ 草の根運動の限界。核のゴミ問題を解決していないのに、海外へ原発を輸出しようとしている政府への怒り。
- ✧ 反対意見を聞き流し、耳に心地よい情報だけを取り入れていないだろうか？おかしいと思うなら自分自身で調べ、確認する責任がある。

ま～ゆ会員から“わたしの省エネ”についてききました。

我が家の省エネの今は？

№2 ごんべえ

トランプがパリ協定から離脱とありました。とんでもないことです。

わが日本でも、喉元過ぎれば何とやらで、あの福島の原発事故で思い知らされた、脱原発自然エネルギーへのシフト。その根底にある持続可能な社会創りへの熱は下がっているように思えます。我が家も反省を込めてもう一度チェックして見ました。Think Globally、 Act Locally

※「地球規模で考え、足元から行動せよ」の意で、環境問題を語るうえで非常に重要なフレーズとして世界的に有名な標語。

＜第１目標＞**電力の節約**

- 白熱電球からLEDに→◎家中の電球を変えました
- 冷蔵庫を省エネ型に 壁から離し中身を減らす→△中身は開けると転がり落ちそう
- エアコンは点けずに、窓を開け放し生活→×4月から孫が同居して激変
- テレビは番組を選んで→×レコーダーをもらったため好き放題
- 電気こたつ、電気毛布不使用→○ファンヒーター熱利用こたつとストーブの湯利用の昔ながらの湯たんぽ

＜第２目標＞**石化燃料の削減**

- 薪ストーブ→◎薪は近所の山から切り出し
- 自動車から徒歩、自転車、バスへ→△近いところは徒歩、自転車。各自バスの時刻表持参で積極的に利用する
- スイミングプール「アクアプラザ」の年間会員で風呂代節約と健康作り、自宅の風呂は年数回だけ、ガス水道代の大幅削減。風邪や病気で寝込んだことなし（医療費削減にも貢献）

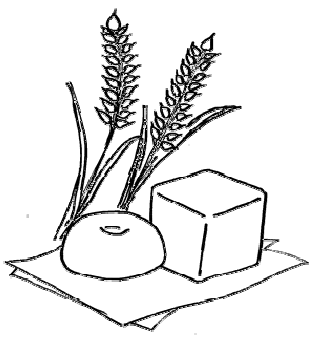
4月から高校生の孫娘の同居で急激に悪化した。じじばばには若い世代の感覚が分からない、我慢我慢。どなたか指導法を教えて下さい

№384 キューピー

東京のカフェを閉めて上田に移転し、「ベーグル屋ハル」を始めて、もう５年が経ちました。ま～ゆの皆さまにも、店舗や廿日市などでお買い上げいただき、いつもありがとうございます！

オープン１年目くらいの頃だったと思いますが、長野県全体でレジ袋を有料化しようという動きがありました。残念ながら、ツルヤさんら大手スーパーの反対があり足並みがそろわず流れてしまいましたが、当店ではその時からレジ袋１枚２円いただいています。

未だに「えっ？！」という顔をされることも多いです。でも、レジ袋の使用を抑えるには、有料化するのがいちばんだと実感しています。リサイクルバッグも随時募集していて、こちらは無料でお使いいただいています。



また、地元のオーガニック農家さんに小麦の一部を生産委託するようになりました。それも、輸送のことを考えると省エネですね。農薬を使わないことも重視しています。オーガニック小麦を、正当な価格で買い取り続けるためには、お客様にお伝えして理解して頂くことも大事だと思っています。小麦の収穫も終わり、そろそろ新麦パンも登場させられそうです！

あと、個人的には、子どもの園バス利用＆できるだけ自転車で迎えに行く、ティッシュペーパーの代わりに手ぬぐい使用、野菜くずは畑へ、薪ストーブ活用、といったところです。

断熱が基本

No.308 **ノセ**

夏の暑気対策は先ずグリーンカーテン・よしず・遮光カーテンで日除けをすることで、私はこれらを実行しています。

また、「夏涼しく・冬暖かく」には何といっても断熱です。家を建てたとき、外壁と内壁の間にウレタン断熱材を分厚く充填したので効果抜群。お風呂・レンジ・炊飯器は言うに及ばず、全室床暖房をガスで賄って、6 人家族でもガス料金は年間 6 万円です。

なお窓にお勧めなのは、ポリカーボネート中空板(透明)を貼ること。外気を遮断しても光は入るので室内が暗くなりません。夏季も冬季も±5℃程度の効果があります。

再生可能エネルギー100％を目指して

No.130 **建築よろず屋のヒデさん**

3.11 が起きる前年 2010 年の我が家の 1 ヶ月平均使用電力量は、415kWh でしたが、最近では 269kWh と使用量が約 65％に減り、約 35％節電していることになります。

毎年 7％ぐらいの節電を積み重ねてきたわけですが、昔に戻るような生活をしているわけではなく、照明を LED に替え、暖房便座のコンセントを抜き、便座カバーを付け、電気敷布を湯たんぽに替え、オーブントースターと電子レンジを止め、ガスコンロで蒸して温めるようにし、コピー機をインクジェットプリンターに替え、凍結防止帯に節電器を取り付け、古い冷蔵庫を買い替えたことによる数値であり、苦痛はまったくありません。

我が家の節電目標は 2010 年の 50％で、この調子で行くと、あと 2～3 年で達成できそうです。何故、50％の節電かというと、2011 年に環境エネルギー政策研究所が発表した電源構成比で、2050 年に再生可能エネルギー50％、省エネ 50％によって、原発をはじめ石炭・石油、天然ガスに頼らない再生可能エネルギー100％の将来図が示されており、省エネが、再生可能エネルギー100％のカギを握っていることが分かったからです。みんなで省エネを進め、夢を実現しましょう。

103 号はのテーマは

〝○○の秋〟 です。

秋といえば何を思い浮かべるでしょうか？

〝秋は○○〟でも何でも、とにかく「**あき**」が付けば結構。気軽に書いて寄せてください。

無駄遣いを強いる企業戦略

No.50 **都々平**

今はほとんど見かけなくなった「味の素®」卓上瓶。2051 年発売から 21 年後瓶のデザインを変更して穴の数を増加しました。「販売量を増やすための見事な戦略」との噂が流布して、売り上げアップの好事例ともてはやされたものです。味の素㈱では「食卓での使用以外に、台所で調理にも使われるようになったので、湯気による目詰まりを防ぐために、口の面積を広くし、穴の数を増やしました。」(要約)と釈明していますが、どうでしょう？多くの企業は常に収益を上げるための策略を練っています。「消費者ニーズはどこへやら」を1例だけ。(書き連ねたらきりがないので我慢して)

会報印刷に使っている輪転印刷機“リソグラフ„のインクは 1000ml で 3000 円。片やプリンターインク（キャノン BCI-325PGBK）は 16ml で 1100 円もします。組成が違うので単純に比較できませんが 23 倍の高値には呆れかえります。

私は対策として汎用の“エコインク„を使っています。

（※エプソンは昨年春に「桁違いに安いエコタンク方式」を発売しました。）

また、プリンターを買い替えた場合、カートリッジの形状を変えられるために前に使っていたインクを使い回しできません。何度腹を立てたことか。

更にメーカーを問わず、印刷濃度は標準設定では濃すぎて、大量に使わせる魂胆が見え見えです。私はプロパティーを開いて15％程度「明るく」に変えています。

ベーグル屋 ハル 春野仁宣・里美

● 県産小麦と天然酵母の
ベーグル&ヴィーガンブレッドの店

● 1回のお買い物500円以上で
50ま～ゆお使いになれます

上田市中央 2 丁目 11-19
Tel & Fax: 0268-75-0777
chatte-sato@mvb.biglobe.ne.jp
http://www.fsf-haru.com

「肉食しません」

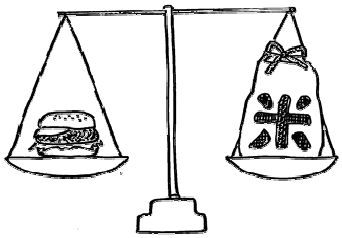
№136 **にゃんこ先生**

肉食しないことがなんで省エネ？と疑問に思う方は、ま～ゆの中にはいないかもしれませんが、念のため。

飼料の穀物や豆を育て、動物を太らせて殺して店に並べるには、膨大な量の水、電気、石油を使います。自然も破壊します。牛のゲップや排泄物から出るメタンガスは地球温暖化に貢献しています。

私が肉食をやめて 17 年たちました。この間にどれだけ省エネできたかみてみましょう。

肉食していた当時もハンバーガーは年に2個ほどしか食べませんでしたが、わかりやすくするために、1週間に1個ハンバーガーを食べたとして計算しましょう。



1年で 51 個、×17 で 867 個のハンバーガーです。

（ただいま、計算中）

車が 34,680 キロメートル走れるガソリン、58,089 トンの水を節約できました。

そして、車が 17,340 キロメートル走った時の大気汚染と、8,670 ㎡の森林破壊をせずにすみました。

牛に与える穀物も節約できました。おにぎりにすると56,355 個分のお米です。そのお米は、公正に分配されれば、飢餓に苦しむ人々の口に入ったことでしょう。餓死する人がひとりでも助かってたらいいですが

でも一番大事なのは、動物たちのかけがえのない命を浪費しなかったということです。

人間には、決して作り出すことのできないものです。

崩れてしまったエコ²家族の称号

№50 **都々平**

2004 年 7 月 17 日、信州環境フェアで私は〝エコ²家族〟の認定証をいただきました。長野県下で5家族きりの大変栄誉ある授賞でした。（応募数そのものが多くなかったようですが）

これをきっかけに会報 20 号から 27 号まで「都々平・ミーすけのエコ²家族」を連載しました。実践に基づいた省エネの暮らしぶりです。以来、思いつく“エコの技„を開発(?)して、事ある度にエコ自慢をしてきました。

なお、オール電化という誤った選択をしたので、太陽光発電の設置で償うしかなく、ソーラー発電しているときに電気を使うよう努め、その結果 自給率は 65％程度です。

ところが今年 4 月から一変、営々と築いてきた栄誉がもろくも崩れてしまったのです。孫を下宿させることになって、彼の暮らしぶりが私たち夫婦とあまりにも違い過ぎ、唖然として戸惑い振り回されているうちに 3 か月半が過ぎ去りました。世代間ギャップによる軋轢（あつれき）を予想して事前に心用意していたのですが…。

電気代・水道料金は“うなぎ上り„で上田駅の送迎(自転車通学の約束はどこへやら)でガソリン代も同様です。食事は好みのおかずだけしか箸（はし）をつけず、毎日コンビニから飲料と駄菓子を買ってくる始末で躾（しつけ）がなっていない。難しい年ごろではあり、通っている高校の授業が超ハード(土日祝日ほとんど登校)で心身共に限界点にあることを考慮すると、彼の将来のために…とも思うのですが。

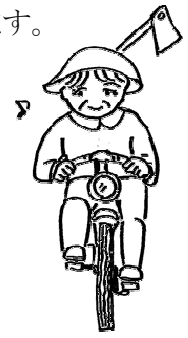
自転車　　No.55 ミーすけ

私のエコは自転車です。

結婚するまでは、まるっきり縁がなかった自転車ですが、平らな秋和に来て、乗るようになりました。

それは義父が使っていたからだと思います。車に乗れないので大きな荷物を荷台につけて、和田や北佐久まで商いに行ったそうです。

それで私も市内への配達や、食料品の買出しも全て荷台がしっかりした自転車でした。荷崩れしたこともありましたが、今は上手にしっかりくくりつけられます。



自転車は狭い道も、知らない所へ行くにも、あっちに行ったり、引き返したり、自由に出来るので、自転車が大好きになりました。中央公民館も、コラボ食堂も、国分寺資料館へも、畑にも自転車です。前籠にクワガラを載せてすいすいと行きます。

今乗っているのは、48年生まれの子供が高校に通うとき使ったものです。2回タイヤを取り替えました。ガソリンを使わないエコな生活はとてもいい気分です。勿論車でなければならない時も多くあります。

足が鍛えられて、大好きな登山もまだまだ大丈夫のようです。

自転車に乗らないことはほとんど無い日々です。

省エネ　No.147 かっとまん

下水道の供用開始により、いろんな方々に不要になる簡易浄化槽をどうするのかと聞いてみました。掘り出し、廃棄せよというのが一般的で、廃棄するにも金がかかるからそのまま放置せよという意見もありました。

業者に綺麗に掃除してもらい、屋根の雨水を貯め、庭の水まきなどに使いました。ここまでは利用している方が多いと思います。

それでも納得できず、屋根まで配管し、汲み上げポンプで、夏の夕方、1 時間ほど暑い屋根に散水し、水の蒸発で室温を体に感じるほど下げています。雨水タンクへの転用に補助金も出ましたよ。蒸発しない水は樋(とい)を通って元のタンクに戻りますから、ここでも水の無駄使いを防いでいます。

私の省エネ　　No.320 りょういち

原発止めるために「相乗りくん」やっていますが、省エネで使わなくなればもっといい。両面攻撃で全原発を廃炉に追い込みたいです。

省エネで今思っているのは断熱の大事さです。お預かりした放射能測定器がうちにあります。精度を上げるには 24 時間以上とかの時間が必要で、温度が安定している必要があります。

そこで測定室を作り、外壁300ミリ、屋内側で200ミリの断熱材(ロックウール)を入れてみました。予想以上の効果で、1 日に 1 度も温度が変動しないんです。壁に 300 ミリの断熱材、窓(開口部)に 3 層のガラスを入れれば、住宅の消費エネルギーは格段に節約できます。自宅の断熱強化は進んでいないので汗顔ですが、断熱は効果あるしお金の節約にもなるのでやらないと損です。

次は太陽熱ですね。タダだし、発電よりお湯作る方が効率がいいです。お湯使い放題になります。上田は冬寒いので凍結対策が必要です。これまでは「だから高い」ことになっていましたが、安く作ることができる気がします。誰か一緒に試作してみませんか。

コロボックル　(西山)

No.381 殿下 No.388 キョン

オーガニック・フェアトレードの自然食品を
25 年にわたって自宅で扱っています

代金の10％分　ま～ゆが使えます

上田市古里 699-6　P 2台ほど可能

Tel　0268-27-3903

西洋占星術・ヒーリング　No.267 くらげ(水沢)

● タロット・自然療法・不思議いろいろ

●ま～ゆ会員は2割引。
さらに半額までま～ゆ払い可能です。

●障害や不具合をお持ちの方の介護や
お手伝いも、ま～ゆで承ります(介護福祉士)

上田市中央東 1－19

連絡先:090-2755-1383

落語　地球温暖化と災害

No. 395　いっちゃ

八　セッ！先生、ちょっと聞きてエことがあるンだが

先生　おう八っあんか、どうした、真剣な顔をして、祭りの寄付が集まらんのか

八　ナニ言ってンで、あの北九州の豪雨災害のテレビ観やしたか。大変な惨状だ。被災した人たちのことを考えると、いてもたってもいられねえ

先生　まったくだ、だが、わしらにはどうすることもできない。何しろ、梅雨前線が停滞して今まで経験したことがない雨の量だそうだ。

八　そんなことはわかっている。その経験したことのない雨がどうして降ったのか教えてもらいに来た。その雨の水はどこから来たんで？

先生　それは海水が蒸発して大気に含まれて来た水だ

八　梅雨前線なんてやつは昔からあったのに、最近やたらに豪雨を降らせるのはどうしてかね

先生　それは最近、海水の温度が上がって、蒸発量が増えたからだ。水が蒸発するには約1キロカロリーのエネルギーで1.5グラムの水が蒸発する。何しろ海は地球の表面の70％を占めているから影響が大きい。

八　フーン、だが、その海水の温度はどうして上がるんで？海のそばで誰かが何か燃やしゃあがったか

先生　そうではない。地球全体が温暖化したからだと言われている

八　ホウ、でも地球の温暖化はどうして起こったんで？

先生　それは我々人間の活動の結果出る炭酸ガスやメタンなどの温室効果ガスのせいだとされている。２０１４年に出版された〝気候変動に関する政府間パネル〟の報告書によれば、１８５０年から１９００年の50年間の平均気温よりここ10年ほど平均気温が0.78℃温暖化した。そのために、気温の変化が極端で、しかも狭い地域に大雨が降るようになると予測している。

八　温室効果ガス？そんなもの出した覚えはねえ

先生　人が今のように電気やガソリンをふんだんに使って快適な暮らしをしていると炭酸ガスが出る。しかもそれを続けていると、将来大変なことになる

八　脅かさないでくれよ。どうも学者は大げさなことを言っていけねえ

先生　その報告書は世界中の主な論文を検討して出した結論だ、脅かしているわけではない。そこで、昨年、１１２カ国の政府が集まって、パリ協定と言う国際会議で炭酸ガスを少なくしようと取り決めた

八　そう言うことなら、遅すぎるじゃあねエか

先生　その通りだ、だが、アメリカのトランプ大統領はその協定さえ脱退した

八　エッ、トランプだか花札だか知らねえが、ひでえ野郎だ、なぜ脱退したんです？

先生　炭酸ガスを一番出しているアメリカと二位、三位の中国やインドで会議の分担金が不公平だと言うのだ

八　金の問題じゃあねエだろう

先生　その上に、そもそも、温暖化の原因が炭酸ガスのせいではないと言う学者がアメリカにもいる。そう言う学者の説を取り入れたんだ。そう言う学者は政治家のお気に入りなのだ

八　炭酸ガスのせいではないと言うのはどうして？

先生　八っあん、千曲川流域を襲った〝戌の満水〟のこと知っているかい？

八　イヌだかネコだか知らないが、それとこれはどんな関係があるの？

先生　今から２７５年ほど前の１７４２年（寛保2年）８月26日ころ三日三晩の大雨が千曲川沿いの集落を襲った、今の八千穂市付近は全滅したほどだ。しかし、その時地球は温暖化していなかった。だから、大雨は地球温暖化と関係なく、地球の自然の変動の一つに過ぎないと言うわけだ

八　どっちが正しいんで？

先生　ウーム

八　先生はわからなくなるとすぐ唸る。しょうがねえ、炭酸ガスをあまり出さない暮らしをするか

先生　それは大事だが、一方自衛隊の「いずも型護衛艦」はガスを使った発電機で１万４千キロワットの出力を出す。それが演習するときにどのくらいの炭酸ガスを排出するのだろうネ

と言うわけで次回をお楽しみに。

生ビール大会

毎年7月下旬～8月上旬の週末は、夏の風物詩である生ビール大会が開催されます。

本年は、8月6日の日曜日となり、5時頃「吉崎酒店さん」の裏庭に集合し、テントを張ったり、テーブル・いす・ビールサーバー等の準備をし、いざオープンとの運びとなった矢先、無惨にも天気予報どおり夕立となりすべて屋根下に移動して6時頃から、20名ほどの参加をいただき盛大に開催しました。

今年はバイキング

それぞれ、手作りまたできあいのつまみを持参してのパーティーとなり、ビールを飲む人、飲めない人は麦茶等を飲みながら和気藹々とひとときを過ごし、8時過ぎ、歌集が配られ皆で楽しく合唱をし、9時頃お開きと成りました。

聞くところによると昨年は「飲み手不足」で生ビールが残って四苦八苦したそうで、今回は会員外から「助っ人」を連れてきていただき、少し足りないくらいに売れました。また、大変気さくな方々で、この場に溶け込んでいただき大いに盛り上がりました。ありがとうございました。

せっかくの企画にもかかわらず20名足らずの参加でちょっとさみしかったので、来年はひとりでも多くの方のご参加があればと思っておりますので何卒よろしくお願いいたします。

↑ ビール助っ人(左)と辛口さん(中)は上戸で誕生日まで一緒。かっとまん(右)は下戸で翌日生まれ。

このようなことができるのは、吉崎酒店さんのご理解のもと会場の提供、そして事前準備並びに当日参加の皆様のご尽力の賜物と毎年感心しております。

毎月のま～ゆ市は、仕事の関係でほとんど欠席しておりますが、たいへん愉しい会なので極力出席させていただきたいと思っております。

このような会のお仲間にさせていただき、思いやりや気持ち良い仲間意識のある素晴らしい皆様方とお会いできたことに大変感謝しております。

皆様方のお力で益々この会がご発展されますことを祈念申し上げ、生ビール大会の所感とさせていただきます。

No.64 **いっしゅう**

シリーズ 私は誰でしょう？

十年前の写真です。「誰か？」わかるでしょうか 答は次号に…

99号の解答
もうちゃんとにゃんこ先生

35年前でした。
自転車練習中…
おてんば真っ盛り！

甲田はきもの店 No.39 甲田
- ご利用金額の 10%まで「ま～ゆ」をお使い下さい
- 靴、草履、下駄などの修理は20%まで使えます

上田市中央4-6-24
TEL22-1272

山梨の文化を味わう旅

7 月 6 日(木)陶吉さん運転のマイクロバスに 19 名の参加です。7 時寿限無出発。都々平さんからの皆が退屈しないようにの問題集に集中するうち、山梨県立美術館に着きました。

見学タイムたっぷりありました。入口に彫刻。ブールデルの「ケンタウロス」に圧倒されてミレーの展示室へ。若い女性の肖像画、ミレーの最初の奥さんだそうです。下塗りがしっかりした堅牢な油絵に背筋が伸びました。・・・

働く人をありのままま っすぐに描くミレーが素直に今の時代に伝わってきます。麦の臭い、煙ったような背景、力強い種まく人の無表情が、働くひとの生活を語ります。
同時展示のミュール・ブルトン「朝」に感動しました。

11 時半に集合で「小作」でホウトウを楽しみました。

次、「フラワーパークハイジの村」へ、ここはバラの時期が終わったので早めにバスに、そして次の見学をワイン工場にするかアイスクリームにするかの意見が車内でシャッフルされて「シャトレーゼ白州工場」へ。せいぜい 1 人2個が限界でしたがなかにはちょっと舐めて捨て、次を舐めて捨てていっぱいいただいた方もいたようです。帰路、温泉に立ち寄るかどうかで車内が沸騰、中止。和田峠を越えたころ、ミーすけさんから今日の感想を順番に発表させられました。

枯れバラの回廊

シャトレーゼの
不気味な回廊

みなさん真摯にミレーに対峙した感想を述べていました。その中で都々平さんがミュール・ブルトンの「朝」の絵ハガキを出したら、ぶんちゃん・辛口さんも同じ絵ハガキを買っていました。若い女性の立ち姿で青い前掛けで鋤(すき)を持ち左上を見ている。左の手の肘に日がさし、左足の靴がわずかに浮いた感じが、今、スマホで撮ったばかりの写真のようにリアルでみごとでした。

それを見たキミちゃんがすっかり欲しくなり辛口さんと値段交渉。

ミレーさんもブルトンさんもブールデルさんもさぞかしご満足であられたかと思いました。明るいうちに寿限無に着きました。

No.82 **パレちゃん**

今回は、今年の「カフェまーゆ廿日市」の舞台裏を若干紹介します。

まずランチですが、**4月**は、みんなで“お餅„をついて、その場で食べるという、ま～ゆ会報100号と、今年初めての「廿日市」のお祝いをコラボさせたものでした。**5月**は“ピザ„と“„おにぎり„と“味噌汁„を、**6月**は“天ぷらうどん„、**7月**は夏野菜の“カレーライス„、**8月**は“流しそうめん„をそれぞれみんなで作り、みんなで食べるという形になっています。

またイベントも、**4月**の会報100号記念に参加者全員が感想を述べ、**6月**の陶吉さんの陶芸教室、**7月**のパレちゃんの絵画教室、**8月**のおおつか まきこさんとたきざわ むつみさんの「おはなしの会」と、ま～ゆ会員の専門家による参加・体験型が続いています。

ランチもイベントも大好評で、大いに盛り上がりました。ありがとうございました。

これらは、「みんなの家」・「廿日市」の利用形態を参加型・体験型にしていく、という大枠に依るものではありますが、同時にそのことによって財政的にも体質の強化をもたらすものになっています。

ご承知のように、ランチは当初、ほのじゅんさんの「ほのカフェ」の出店で始まったのですが、その後いくつかの試行錯誤の末、今年からは参加者による、参加者のためのランチ（つまり直営）になり、その結果、原材料費を除く粗利益が格段に増加し、少なくとも昨年の倍以上になることが確実になってきています。

一方、「みんなの家」の改善作業が本格化し、優先順位、手間、時間、作業形態などの見直しが、自ら行われるようになってきています。またそれに要する資金をどう「みんなの家」の運営から捻出して行けるのかが、大きな課題になっています。

その意味でも、「廿日市」をはじめとする「みんなの家」の利用を広げ、結果として収益力が強化されるような運営をしていきたいと思っています。ま～ゆ会員の皆さんのご協力を切にお願いする次第です。

No.114 **辛口**

6月の廿日市は**陶芸教室**でした。

午前と午後2回ありました。

午前に参加した人は、天ぷら、うどん作りに関わらなかった人。でも、天ぷらを手伝って、暑くて大変だった公ちゃんも午前に参加し、大きなマグカップを作りました。

午後は10人程が机いっぱいに広がり、かっとまんが粘土を大きなレンガにしてから、糸を引いて1cmほどの厚さにスライスしたものを渡してくれました。

サランラップより少し太い芯に貼り付けて湯飲みなどに仕上げます。葉っぱを貼り付けて模様をつけました。底も粘土を丸く切り取って付けました。まごついていると陶吉先生は優しく手を差し伸べてくださいました。緊張しましたが、焼き上がりが楽しみです。

ろくろをまわして作るよりはたやすくできましたが、前回のようにろくろに挑戦してみたい気もしました。

No.55 **ミーすけ**

7月の廿日市 **絵画教室**に参加して

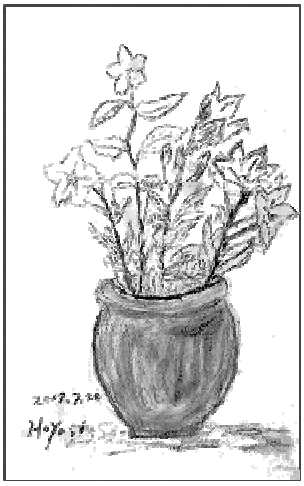
最近、(ずっとかも…)バタバタと忙しく、あまりま～ゆのメーリングリストもチェックできない毎日です。

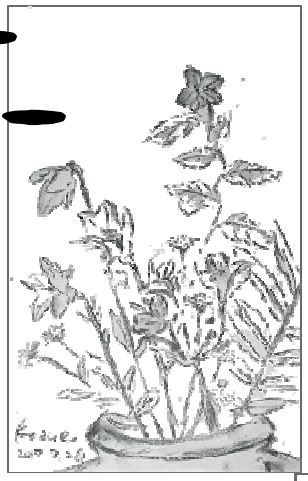
廿日市だけは、なんとか出店しようと思いながら、出店内容も流すことができないままだったのですが、前日の夜にチェックしたら「絵画教室(木炭画)」とあるじゃないですか。「絵を描くなんて、もう何年もやっていないけど、木炭とかで絵を描くのなんてちょっとかっこいいなぁ」と思い、ぜひ参加したいと思いました。何時からやるんだろ？なるべく早くに行こうと思っていたのに、実際に到着は11時過ぎ。すでに午前の部の方はみなさん仕上げにはいっている頃でした。それでも、午後も用事のために早く帰らなければならないため、なんとか午前の部に途中参加。画用紙に描くなんて、30年ぶりかも？！しかも、静物画なんて、中学の美術でも苦手だったなぁ･･･と思いながら、完全自己流で描き始めました。最初はどこの部分から描き始めていいのかも迷ってしまいましたが、キキョウの花が好きなので、まずはキキョウから描き始めてみました。パレちゃんに「ボカシて濃淡つけたりしないの？」と声をかけられ、そっか･･･そんな方法もあるのか･･･と思い、これも自己流でのぼかしづけ。食パンで消すという作業も、漫画かドラマでしか見たことがなかったけれど、どうやるの？うまく消せないなぁと思いながら、なんとか少し使ってみたりして(『食パンで消す』というのをやってみたかっただけかも)仕上げてみました。思ったとおりには全然描けず自分で見ても納得できない仕上がりでしたが、この原稿依頼と一緒に都々平さんが添付してくれた作品をみたら、それなりに形になっているかも～～なんて思ったり。

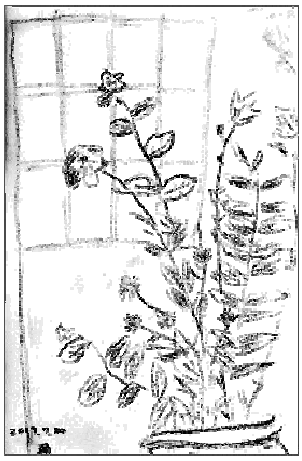
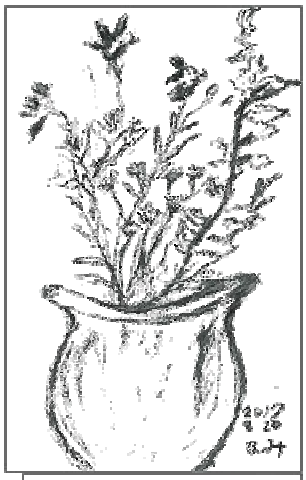
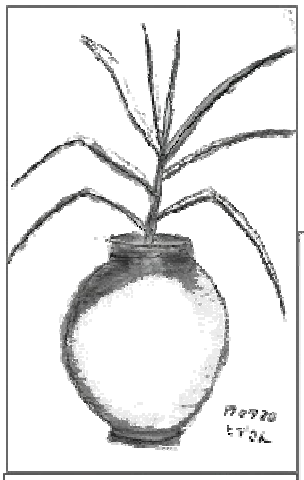
サインを入れるっていうのは、ちょっとこれまたかっこいいですね(笑)パレちゃんの絵画教室、次も参加したいです。

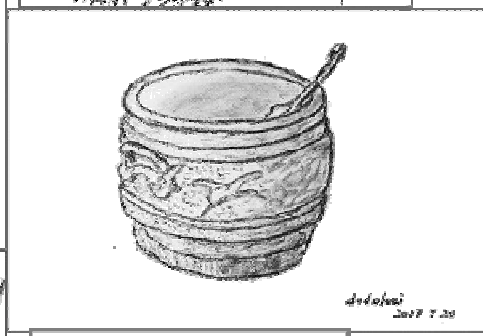
No.298 **こずえ**

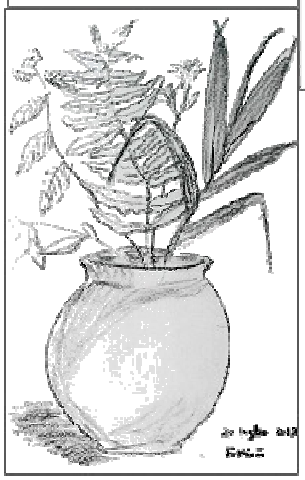
クロッキーギャラリー

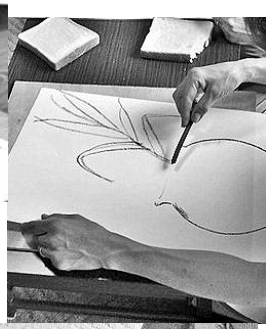


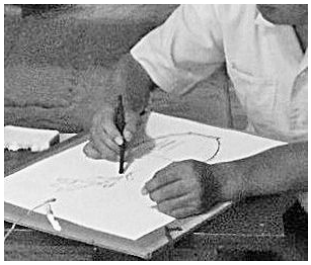










ま～ゆな人

No.158 **うえのさん**こと **上野博子**さん

子供の頃

うえのさんは1931年(昭和6年)飯田市に生まれました。小学1年まで過ごし、小学校の先生だったお父さんの転勤で、2年生から高家(今の豊科町)に移り住みました。

春は田んぼいっぱいに咲くレンゲの中でかくれんぼ、蛍が舞うようになるとネギを筒にして蛍を集め、夏は川で水遊び、体が冷えると、木の橋の上に水をバシャバシャすくいあげて水を温め、体を横たえ温まる。冬は道祖神のお祭り。 自然の中でおもいっきり遊びました。

この思い出を絵本『南安曇郡、高家村』にしました。子供の声が聞こえてきそうな、楽しい絵本です。挿絵もうえのさんが描きました。絵が大好きで、出来れば絵の勉強をしたいと思った時もあったそうです。ま～ゆ会報の表紙に植物の絵を 51 号から 2 年間描いてくださいました。

高家村にいる間、うえのさんのお父さんは日曜になれば村のどこかにイーゼルを立てて風景を水彩で描いていたそうです。

戦中、戦後

小学校6年生になってお父さんの転勤で下伊那の三穂村(現飯田市)に引っ越しました。

飯田風越女学校へ入学しましたが。戦時中で勤労奉仕があり、農家へお手伝いに行きました。

この頃の経験も本にしました。『下伊那郡 三穂村、山村の少女』です

2年生の時終戦になりました。敗戦で突然、民主主義が叫ばれ、学校にも行き過ぎた民主主義が吹き荒れたそうです。高校2年生の時、男子校だった飯田高校へ転入。女生徒は6人だけ、このときの6人とは今でもお付き合いがあるそうです。

卒業後は、奈良女子大学史学科へ進みました。

ご主人との出会い

高校の教師になって篠ノ井高校へ。

そこで出会った数学の先生が、夫となる上野さんでした。二人は結婚して子供が出来たので(にゃんこ先生のお姉さん) 5年勤めて家に入りました。

読書会

子供から手が離れるようになると読書会を始めました。

最初に入った創作グループは、昭和38年、元市立図書館長の平野勝重先生が始められた、書くことを目的にした会です。50年以上も続きました。

次に、創作グループの仲間だった竹内みさおさんに、「竹の会」に誘われました。皆さんご存知のヒデさんのお母さんです。この会も長く続き、芭蕉の足跡をたどって各地を旅したりもしたそうです。

他にも2つ、古典を読む読書会があります。「源氏物語」を読み終わり、現在は、「平家物語」を読んでいるそうです。

国分寺万葉植物園

文学に偏っているので、修正して、植物などの自然に関心を持ちたいと思っていた頃、林一六先生(ま～ゆのいっちゃさん)が公民館で開いた講座に参加しました。さらに一六先生の指導で、万葉植物園を国分寺資料館に作りました。

植物園の草取りの責任者となり、毎月2回参加して10年ぐらい続けました。腰のベルトに剪定ばさみを挟んだ姿はとてもかっこうよかったです。

染谷の森の会

一六先生から、雑木林は、温暖化や洪水を防ぐ大切な林と教わり、仲間たちと、放置された土地の竹を切り、クヌギやカシの木を植えて、染谷の森と名付けました。

その後、上田市近辺の塩田、菅平などの植物をみなで観察して、「上田地方の万葉植物」「塩田平の花」「菅平の花」などの小冊子を作りました。

旅

ご主人とよく旅をしました。うえのさんがおもにコースの設定や電車の時刻調べなどをして計画を立てました。

ご主人が定年になると、同僚の先生ご夫妻と外国旅行にも行くようになりました。ヨーロッパは 10 年かけてほとんど廻ったそうです。

平成28 年にご主人が亡くなり、淋しくなりましたが「ぐるっぺ」という切り絵の教室に通い、作品を作っています。

ミーすけ 記

蕎麦処 いちや No.312 牧野隆彦

●お食事代の 5%をまーゆでお使いください
●環境やお財布にもローインパクトな蕎麦屋を目指しています平日は予約制となっています
※前日までにご予約頂いたお客様には一品サービスします

上田市住吉1160 TEL25-1841／携帯

動物たちの声になりたい その16

№136 にゃんこ先生

花粉症が治る！

7月30日に小淵沢で開催された私たちのマルシェ「ヴィーガン・フォレスト」大成功でした。夫々の得意分野で寝る間も惜しんで準備した仲間たちを誇りに思います。

ヴィーガンになってよかった点を数十名の方に訊いた答えが、展示してありました。便秘解消、肌がきれいになった、精神的な充足、などがもちろん多いわけですが、花粉症が治ったという答えがかなりありました。私は花粉症には全く縁がないので、これまで気にもとめませんでしたけど。

感謝すれば許される、とはこういうこと

「お肉大好きです、食べ続けますよ、何がわるいんですか、ちゃんと感謝して食べてますよ」

いいかげんに目を覚ましてください。動物たちが自らの命を「はい、どうぞ」と、差し出したわけではないんですよ。わたしたちが、無理やりに奪っている命です。

立場を替えて考えてみて下さい。あなたの全財産を盗んでいった泥棒から「おかげで超贅沢な世界一周の旅ができました。」って満面の笑みで言われたらうれしいですか？

あなたの息子を殺した兵士から「おかげで出世できました。息子さんに感謝してます。必死に命乞いしてましたっけ」と挨拶されたら、どんな気持ですか？

あなたの娘がレイプされました。「何度も何度もたのしませてもらいましたよ!ありがとう!」と言う犯人を許せますか？

非常に不愉快な例えでしたね。でもこれで、感謝して食べれば許されるというのが、いかに身勝手な言い分かがお分かり頂けるでしょう。

どうして線をひくの？必要なの？

「人間と動物を同列に論ずるな!」と怒る方がいるかもしれません。そういう方には、人間と動物との間に、線がはっきり見えるのでしょう。あいにく私にはその線が見えないんです。

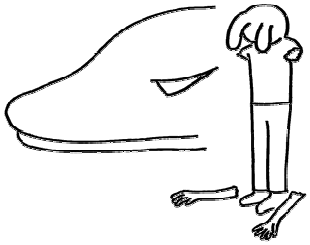
犬と豚との間に線を引く人もいます。犬は家族の一員。とんかつは食べます。

韓国では毎年 500 万頭、13 秒に 1 頭の犬が食用に殺されているそうです。

かわいがる動物と食べてもいい動物、線を引かずには生きられませんか？

サメの言葉（「動物たちの小さな訴訟」より）

ヒトノクチトハ　コワイモンダ。
コレイジョウナニヲ　アジワイタイ？
（中略）
「アア　オイシカッタワ。モウ　オナカガイッパイデ　タベラレナイワ。」
トカ、オクチヲシロフキンデ　フキフキ
ソノヒトコト、ヒトクチ　フタクチノタメニ　オレタチノヒレヤ　オビレガキラレ
カラダハ　ヤスイカラト　ウミヘステラレ、
ソノスバヤサニ　ナニガアッタカ　リカイスルヒマモナク
ヤットウミニモドサレテモ　カイテイヘトシズンデユク。
オヨギタクテ　カラダヲウゴカシテイルノニ　カイテイノスナガ
ホコリノヨウニ　マウダケ
イキタメヲアケタママ　オヨイデイルナカマヲミツメ…



中華料理店の前などで「フカヒレ」という文字を目にすると、つい両腕の付け根に手を当てたくなります。私の腕がまだ切り落とされていないのを確かめるために。

理不尽な暴力を受けている動物の顔には、人間に対して当然抱いてもいい怒りも憎しみも浮かんでいません。あるのは、なぜこんな目に遭うのかわからない当惑と狼狽、そして先に殺された仲間の苦痛をかぎつけた時の恐怖、次は自分の番だと悟った時の悲しみ。私は本当にその一頭一頭を抱きしめたくなります。

質問、ご意見、大歓迎！

私はすべての暴力に NO と言います。その中でも動物への暴力は、量の面でも圧倒的に多く、代弁者の数はほんとうにわずかです。たとえすべての友達を失うことになったとしても、口をつぐむわけにはいきません。

この連載もまだまだ続きます。ですが、私からの一方通行ではなく、皆さんからご質問やご意見をいただけたら、とてもうれしいです。

味噌プロジェクト大豆種まきに参加して　№309 しんこちやん

今年からプロジェクトデビューです。昨年度の最後に味噌の仕込みに参加して、今年は最初からと思いました。草取りや途中にあるいろいろな作業に参加できるか不安で、今まで尻込みしていましたが、都々平さんの説明で少しその心配も減り参加することにしました。

6 月 24 日、平井寺の畑には30人ほど集まりました。年齢も男女も様々、子どもたちもたくさん。これが「ま～ゆ」のよさだと実感。最初の三人一組で紙を敷く作業は、既に新聞紙に穴が空けられてあり、今年はまた紙の角の折り込みが有効に働き作業がしやすくなっていました。今までの作業での工夫の積み重ねが見事でした。新聞を一枚ずつ渡すミーすけさん、二人組で広げて置いて土をかける私たち。「おやっ、そこの3人組み、いいペースだよ」とよいしょされ、おだてに弱いわたしは超がんばりました。あっという間に広い畑に新聞紙が敷かれました。

次はいよいよ種蒔きです。これも新聞紙マルチに大豆を蒔く人、土をかける人、共同作業がいいですね。畑を耕していただいてあったり、豆に鳥よけの薬がかけてあったり、本番までに準備をしていただいた方々ありがとうございました。作業が早めに終わり、畔でお茶。私は時間の都合で途中で失礼しましたが、皆さんこれが楽しみのひとつだと思います。農作業には欠かせない時間です。

今頃は芽が出て成長してきているでしょうか。草取りも一回計画されましたね。今後を楽しみに、作業もがんばっていきたいと思います。平井寺トンネルに向かう道を通る時、大豆畑に近づくと自然に目がそちらに向く昨今です。

投稿　ま～ゆへのオマージュ

木下勝敏（かっちゃく）

私が蚕都くらぶま～ゆに出会ったのは、平成 14 年。もう 15 年も前の事になります。弊社「熱勝」が上田支店を設立し 3 年間は私が赴任し地盤を固めるとの経営的戦略がありその 3 年目が平成 14 年でした。

当時、はやっていた地域通貨を現在ではほとんど耳にする事がなくなりました。そんな中、ま～ゆが着々と活動されている事は特筆すべき事だと思います。温かいお金、地域での支え合いなどのツールとしてま～ゆが存在すると言う基本理念が正しく継承されている所以（ゆえん）だと推察致しています。

最近、私が住んでいます駒ケ根のケーブルテレビで企画された〝伊那谷人物交差点〟なる番組にその「人物」として出演する機会がありました。私としては今、私が生命を掛けている合唱団、コール・アンの事について話すのが主でしたが、進めているうちに聞き手の方が「ま～ゆについて」聞いてきたので私がま～ゆに関わった話などをさせて頂きました。

上田に進出した当時、「この店はどんなお店だったら繁栄して行くのだろう？」「そうだ！地域に役に立つ店と感じてもらえたら良いのでは？それにはどうすれば良いか？」と問い続けていました。そんな折、ま～ゆは私のニーズにバッチリはまりました。人は知らない人に何かをしてもらうのは、とても気が引けます。それを地域通貨で埋めようと言う発想だったからです。私としては送迎をしたり、荷物を運んだり。また陶芸教室の講座では、お昼を食べて解散と言う企画で、カレーライスを作るのを担当してもらったりしました。やって差し上げる事、やって頂く事がけっこうありました。ま～ゆがあったおかげで、「地域の中で生きるのはこういった事なんだな」と、とても楽しく実感していました。

ま～ゆの皆さんのこれまでの活動に敬意を表し、また益々のご活躍を遠く駒ケ根からエールを送り続けたいと思います。

9月 9日（土）

1 回目 13:30～　2 回目 16:40～

※1 回目上映後に河合監督と企画監修の飯田氏のトークあり。
2回目に参加の方も入場できます。
（9 月 11～14 日も上映あり。時間は劇場へお問い合せ下さい。）

✦会場：**上田映劇**
上田市中央 2-12-30（℡0268-22-0269）

✦料金：**前売・事前予約1,000**円／**当日1,200**円
学生 500 円（中学生以下無料）

チケット販売：寿限無、ベーグル屋ハル、犀の角、上田映劇、平安堂上田店、
（その他、地域のあの店この店で販売中）

事前予約・お問合せ先：080-5146-9937（藤川）

主催：「日本と再生」うえだ上映実行委員会
NPO 法人上田市民エネルギー
協力：上田映劇,一社）NECO,自然エネルギー信州ネット, 蚕都くらぶ・ま～ゆ,信大繊維学部高橋(伸)研究室
（※ま～ゆシネマプロジェクトのチカラもお借りしています）
後援：長野県上田地域振興局,上田市,自然エネルギー信州ネット

世界と日本の自然エネルギーの最前線を伝えるドキュメンタリー映画。

地球を 3 周するほどの距離を移動して撮影された、とーってもわかりやすい 100 分の映画です。

まず世界では最も安い電気は風力発電や太陽光発電になりつつある様子が伝えられます。

日本では反対に原発を増やそうとしていて自然エネルギーはかなり遅れていますが、各地域でフロンティアとしてがんばっている元気な人がたくさん出てきます。

なんと上田市民エネルギーの相乗りくんもチラッと出てますよ。上田で撮影があって、緑が丘の相乗りくん屋根オーナーのお宅でま～ゆのヒデさんやミーすけさん・あきちゃんとわたしが映っています。ほんの少しなのでうっかり見落とさないようにしてくださいね。

わたしたち多くのオトナは、これまで自由にエネルギーを使える暮らしを続けてきました。

でもこれからは人口が減り、化石燃料も減り、温暖化が進み気候が変動し、一人のオトナが負担する費用が上がっていきます。

いま、わたしたち日本人オトナには何ができるでしょうか。

ヨーロッパでは自然エネルギーの主人公が地域市民である国が多いです。きっと日本でもできるはず！

映画、ぜひ観に来てください！　No.226 のだま

2012 年 7 月に固定価格買取制度（FIT）がスタートして丸 5 年が経ちました。

上田は特に太陽エネルギーに恵まれていて、全国平均の 3～4 割増しも発電する屋根が珍しくないことから、その強みを活かした上田市民エネルギーの「太陽光パネル相乗りくん」発電所はもう 37 ヵ所で合計 436,37kW。

「わたしもできることがあるなら」と参加されたパネルオーナーさんの出資額は 9,000 万円を超え、順調に売電収入をお渡しできています。

では地域全体でエネルギーの自給が進んでいるか、というと全然、まだまだです。

NPO 法人上田市民エネルギー　藤川

蕎麦処　いちや　No.312 牧野隆彦
●お食事代の 5%をまーゆでお使いください
●環境やお財布にもローインパクトな蕎麦屋を目指しています平日は予約制となっています
※前日までにご予約頂いたお客様には一品サービスします
上田市住吉1160　℡25-1841／携帯

七田チャイルドアカデミー上田教室
No.11竹田
● 体験レッスンの20%まで「ま～ゆ」をお使い下さい
上田市中之条101-1利幸第2ビル201号
℡23-2952

北国街道あるきⅦ

坂城駅から戸倉駅まで歩きます。
帰りは しなの鉄道を利用。

10 月に 予定しています

責任者＝ちゃーこ（３６－４７２２）
詳細はＭＬで流します。

予 告

スケジュール表に書き込んでおきましょう

16 周年
総会＆ま～ゆまつりは
11 月 11 日(土) です

9 月のま～ゆ市は
10 日(日)朝 10 時から
中央公民館

10 月のま～ゆ市は
10 日(火)夜 7 時から
中央公民館

9 月 20日(水)の
カフェま～ゆ廿日市は
10 時から 室賀みんなの家で

10 月 20日(金)の
カフェま～ゆ廿日市は
10 時から 室賀みんなの家で

102号で思うこと

今号は さながら“省エネ特集„でした

今年の梅雨は梅雨入り宣言から晴天が続き、梅雨明けからは雨ばっかりです。北九州の豪雨から始まって列島各地で大雨洪水の被害が連発しました。台風 5 号が異様なコースをたどったのも〝地球温暖化〟の顕著な表れではないでしょうか。

軍事力を増強しても、核の傘に依存しても、自然災害は防げるものではありません。毎年必ず(と思いたくなくても)襲ってきて、多くの犠牲者が出ます。どうしたらいいのでしょう？この答えにはなりませんが、今号の記事には多くのヒントが示されています。

「出来ることから始めよう」はずいぶん前から唱えられていますが、私は「そんな生ぬるいことを言っている段階ではない」と考えています。人類(全生物も)滅亡が秒読みと判断して、二の足を踏むのを今すぐやめましょう。

都々平

街の気軽なマルチメディアショップ
㈲ 伸和印刷 No.57 中澤
●ご利用金額の 10%まで「ま～ゆ」をお使いください
●今、流行りの自分史を作ってみませんか?
●会議資料作りに便利な、製本機能付き
高速デジタルコピー機導入しました
上田市国分1-7-12
TEL22-7710 Fax22-7718

会報に携わった人

- 編集長　前田光俊
- 記事　安井啓子・竹内秀夫
- イラスト　竹内紀子(カット)
  斎藤慈生(いつき)(表紙)
- 似顔・写真　前田光俊・竹内秀夫
- 校正　古川幸子・竹内紀子・前田光俊・前田美枝子

蕎麦屋 つゞき No.412 近藤 薫
●お食事代のうち 100 円をま～ゆでお使いください
●浅間山麓 700mの自家製・手打ちそばです
●珍しい変わりそばや、箱寿司・蒸し寿司などもあります
●営業は4～12 月の金土日、11:30～14:00 です
◇所;湯の丸ICから山側へ 800m祢津JAの近くです
東御市祢津1308 TEL0268-63-6192

代 表　**安 井 啓 子**
ま～ゆ 連絡先　**前 田 光 俊**
〒386-0041 上田市 秋和 503-6
TEL 27-1230
ホームページ
http://mayu.lolipop.jp/santo/