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.112 2018年12月10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。

木々の紅葉が秋日和に映えた一日。朝から会場設営、装飾、ランチづくりにと役割を分担し、途中で体ほぐしのラジオ体操も入り準備が進みます。

次々運び込まれる野菜や果物、新米などが所狭しとテーブルに並び、交換を待っています。

調理室ではランチの準備。野菜を切ったり、おはぎを丸めたり、あんこやゴマを絡めたりとベテランぞろいで手早い事。

更に舞台では廿日市の教室でつくった陶芸の器や陶板絵、お習字、デッサン画、パレ画伯のすばらしい絵画が飾り付けられ、ま～ゆ人の芸術性の高さが会場を一層引き立ててくれました。

みんなが主役のま～ゆならではの準備のひと時でした。

ランチ交流会でスタートです。

8 人ずつのテーブルには、おはぎ（あんこ、ゴマ、きな粉）、野菜たっぷりま～ゆ汁、リンゴ、柿、白菜の即席漬け、レタスと赤カブのサラダなど、秋の味覚満載！！みんなで食べる事の幸せを満喫しました。

次に 11 月のハッピーバースデー

都々平さん、パレちゃん、殿下、ノセさんの 4 人をお祝いしました。この 4 人で男性合唱団を結成するとか？（来年が楽しみだね～）

ま～ゆ寄付者に感謝状贈呈

にゃんこ先生（2 万）殿下（1 万）、アンジンさん（1 万）から、ま～ゆの寄付をいただきました。ありがとうございました。

❁ 総会

♦各プロジェクトから**1年の振り返り報告**

ま～ゆ市（ヒデさん）廿日市（辛口）味噌PT（都々平）レクリエーション（ミーすけ）田んぼPT（ごんべえ）ま～ゆ寺子屋（ケセラ）。

♦**会計報告**（かっとまん）

多様な活動をしている割には少ない経費で済んでいます。これは各プロジェクトが独立採算制で実施しているためでもあります。

❁ ま～ゆまつり

♠まずは**モノ・コト交換市**

カボチャ、大根、レタス、水菜、白菜、キャベツ、お米、イガチク粉、干し柿、銀杏、柿、お茶、古本等々自慢の品々で賑やかに交換がスタート。野菜をいっぱい抱えてホクホク顔も。

※巨大サツマイモの重さ当てクイズも！！当選者は、やよいさんとミーすけさん。大きなサツマイモをGET。このような交換は自然に笑みがこぼれます。

♠今年のメイン～**お互いをもっとよく知ろう**～

4人グループで一人3分ずつ語りました。

①今年のま～ゆ（交換）で印象に残っていること。

②今年のニュースで一番印象に残っていること。

③今年一番うれしかった事。

テーマごとにメンバーチエンジして聞きあいました。日頃ゆっくり話したことが無い人と話すことができ、意外な面を知るコトができ、考えさせられることもあって、一人3分の持ち時間があっという間でした。改めて聞きあうことの楽しさや大切さを感じました。

※ま～ゆ汁用野菜の提供者
ぶんちゃん、民ちゃん、ゆうさん、ミーすけさん、ケセラ
※柿の提供者 リンちゃん
みなさん、ありがとうございました。

最後にみんなで“旅愁„と“信濃の国„を歌って幕を閉じました。
最後の最後、お掃除と片付けもみんなでやって気持ちよく終えることができました。

世話人会 安井啓子（ケセラ）

コロボックル （西山）
№381 殿下 №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

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

上田、地域通貨ま～ゆ感想　　陳(じん)ヨンジ

今回の調査では、初めて地域通貨ま～ゆのことを知り、実際ま～ゆに参加させて頂き、皆の温かい心に触れる有意義な時間でした。

現場には大勢の方がいらっしゃって、それぞれ収穫した野菜や自作の食べ物、読み終わった本などを持参して交換し、その際にも交流が生まれ、世間話をしながらコミュニケーションをする姿は、温かいと感じられました。

その中、印象的だったことは、本の交換できました。本をま～ゆで交換して読み、読み終わったらまた「ま～ゆ交換」に出し、他の人がま～ゆと交換して読んで、皆が共有できて、その本について話をする交流が生まれることはま～ゆが持っている面白い特徴だと思いました。

そして、皆が持ってきた野菜で美味しい料理を作って、一緒に味わうことは、皆の関係をより深くする媒体ではないかと思いました。

韓国では、家族を“食口„と言い、「ご飯を一緒に食べる人」という意味があります。そのぐらいご飯を一緒に食べることは「一緒に生を過ごすこと」の意味が含まれています。18 年という長い時間過ごしてきたま～ゆは、“食口„という家族のような存在で、みんながお互いに支えてきたと感じられました。

また、外者の私にもとても優しくしてくださり、美味しい食べ物もごちそう頂き、ありがとうございました。皆さんから頂いたたくさんの野菜にも私たちを考える気持ちが感じられ、実家に訪れた気持ちになりました。今回は調査ではコミュニケーションの場、お互いに生きていく、温かい心などを感じ、今後も忘れずに生きていきたいと思いました。　　(※左の写真は９月ま～ゆ市から)

ま～ゆ総会の感想文

№424 千葉大学大学院 **孟晗**(もうがん)

1 年ぶりにま～ゆの皆さんと再会して幸福な 1 日を過ごさせていただきました。皆さん相変わらず元気に活躍していらっしゃることはなによりうれしく存じあげます。今回総会で撮らせていただいた写真を 11 月 26 日アモイで開催された“アジアデザイン文化学会„の口頭発表で使わせていただきました。その中で1枚私たちが体操をやっている写真が映った際、会場の先生たちと学生たちの笑い声をききました。「こんな楽しいところ自分も行ってみたい」などのコメントや質問をたくさんいただいて、「地域の人びとが持っている技術や人柄は地域の宝だ」の魅力も海外の「地域振興」に関心を持っている学者たちに少々伝えたでしょう。地方の過疎化が急激に進展しているなかで、地域の「宝」をいかに地域の内外の人びとに伝達・共有するのがこの現状を食い止めるはじめの一歩だと信じております。これこそ「ま～ゆ」と出会って教わったことでした。

ま～ゆが持つ、きっかけづくりのちから　　髙橋真央

今回も素敵だなと思う場面にたくさん出会いました。台所でおはぎの準備をしている時、あんこをつける加減の話になりました。つけるときに転がす程度でよいという人と、丁寧につけるという人と、さまざまでした。私が見ていた限りでは、大粒のあんこを転がしてつけるのは、むしろ難しそうで、数をこなした人の慣れなのではないかと感じました。大げさかもしれませんが、話すことで作り方を継承しているように感じられました。

他にも、たみさんの青トマト料理には驚きました。食べられることは知っていましたがこんなに癖がなくてカレー風味が合うとは思いませんでした。また、寒くなるとトマトが赤くならず、青いまま大きくなる習性があるそうです。ま～ゆに入りたての若い方に話しており、普通は青トマトなんて捨てて土に戻してしまうようなものだと思いますが、本来の青トマトの良さを復活させたようにも見て取れました。

10月のま～ゆ市

今月は会報の発行月。午前中に仕上がったばかりの会報が受け取りを待って受付にどっさり。
司会の都々平さんは編集の疲れも感じさせないスムーズな進行でした。

❀ まずは、モノ・コト交換

西ちゃんが干し柿用の柿を山ほど。にゃんこ先生がオード・トワレと本数冊。いっちゃさんが限定 5 本の梅酒。ケセラが本数冊。ま～ゆ市では食べ物・飲み物が人気です。やっぱり生きる基本だものね～。

❀ ハッピーバースデー

ごんべえさん、どんちゃんのお二人をお祝いしました。

どんちゃん　デイ・サービスで 100 歳になるおばあちゃんが“桃太郎さん”の手遊びを玄孫（やしゃご）に教えてあげたいと一生懸命に覚えようと張り切っておられる姿を紹介し、いくつになっても何かに挑戦するのは素晴らしいと伝えてくれました。

ごんべえさんから

第二中学校の文化祭にOB合唱団でコーラスに参加されたそうです。年を重ね声も変わってきたけれど元気に歌い続けたいとのこと。歌うことは若さを保つ秘訣かな？？是非 100 歳まで歌い続けてほしいですね。

お菓子はつきまつりさん（新会員でコラボ食堂のシェフ）が、さつまいもとりんごの焼き菓子を作ってくれました。とっても美味しかったです。毎回ご相伴に与かり幸せ！！

◆「認知症の人のサポートについて」のミニ講座

講師のミーすけさんが認知症のいくつかの症状や対応の仕方などをご自分の体験を交えながら分かり易く話されました。

その後、いっちゃさんやかっこうさん,ノセさんなどからもご自分の体験などをお聞きすることができ、それぞれの人への対応の仕方や心構えを教えていただきました。

色々な障害（高齢者も子どもや認知症であっても）のある方も尊厳をもって生きるられる事。個人の尊厳を尊重しあえる社会でありたいと思いました。

※ま～ゆ市は、みなさんから生の声が聞ける貴重な場です。とても参考になり励まされることが多いひと時でもあります。みなさん、ご多忙のところを参加して下さりありがとうございました。　　世話人会　ケセラ

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

EQWEL 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
TEL23-2952

はつかいち
廿日市だより

10 月の廿日市は、**文化祭♪**

2 階には、今年の廿日市でみんなが作った絵付けのお皿、デッサンの絵、書道などの作品が並びました。

ほかにも陶吉さん、パレちゃん、リンちゃん先生方の作品や、廿日市の写真、みんなの家の昔のモノクロ写真なども展示しました。

レイアウトは陶吉さん。作品の並べ方、花や照明などの小物使い、窓枠を利用した展示手法など、素晴らしいセンスで、とっても素敵なギャラリースペースとなっていました♪

さらに、アンティークの火鉢でお湯を沸かし、コーヒーやお茶のふるまいも！ずっと長居したくなる空間でした。

並行して縁側では、ツキトモちゃんのキャンドルワークショップ！リンちゃんのニホンミツバチのミツロウ or パラフィンに色をつけたものを溶かし、貝殻や、ハート、貝、マカロンの形の型に流し込んで作ります。とてもかわいいですし、楽しかった♪

ランチは朝からみんなで用意して、おにぎりとけんちん汁、ポテトサラダと、持ち寄りの漬物や大学イモ。美味しかったです(*´-`)

出店も文化祭らしく、たくさん並びました。西ちゃんの包丁研ぎ、柿、のこのこ～ばの木のおもちゃ、ゆりく～らのパスタ、辛口屋のお茶、ベーグル屋ハル、ひなちゃんのリフレ、みつろうクリーム、はらまきさんのポストカードやメモ帳、リンちゃんの石垣島のニガリなどなど。

午後からは絵本や紙芝居の読み聞かせコーナーも登場！

大人もこどもも食べたり作ったり見たり聞いたり話したり、各自のんびりと、自由に過ごせた 2018 年最後の廿日市となりました。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

4 月から 10 月まで、毎月 20 日に行ってきた廿日市。企画している皆さまと、そして来てくれる皆さまのご協力のおかげで、とても楽しく充実していました。ありがとうございました！

毎回いろいろな話をしたり、出会いがあり、笑い合い、新しい経験や学びもあり。。世代を超えて交流できる、素晴らしい場所です♪

みんなの家はしばし冬眠しますが、また来年の春にパワーアップして帰ってくるはず！その時はみなさま、ぜひともまたよろしくお願いいたします。またお会いしましょう～～！ありがとうございました。

みんなの家に作っているバーベキュー場の進捗状況をお知らせします。

10 月 31 日は、屋根を付けました！陶吉さんが前もって引いてくれた設計図をもとに、どんどん組み立てていきました。しかも今回は人が多かったので早い！

途中、みんなの家の柿の木から収穫した柿をつまんでお茶タイム。女性陣のみなさまが用意してくれた具沢山のうどんと持ち寄りの品々で豪華なランチも楽しみました。

労働のあとの、みんなで囲むおいしいごはん。こういう時間が嬉しいですし、半日の予定が「屋根、完成させよう！」とみんなの気持ちも一つになりました。結果、一日では終わらないと思っていた作業が、少し時間を延長して無事に終了！マンパワー、すごいです。

№423 **ひなちゃん**

１１月２５日(日曜日) 大豆の刈り取りをしました

葉がなかなか落ちなく気をもみましたが、やっと刈り取りができるようになりました。5人のビーバー隊が豆の木を切り倒していきます。豆は暫く畑で乾かすので、ビールケースを台にして長い竹を3本くくりつけ豆を集めました。大きな島が3つできました。最後は雨よけにビニールシートをかけて終わりです。10 時から始めて 11 時 30 分には終りました。

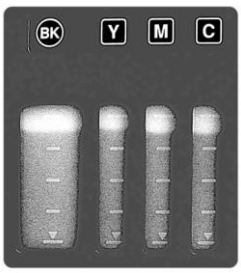
その後、10 人程は奈良尾の新そば祭りに参加。うまいそばをお替りして満喫しました。

来年もそば祭りの時に刈り取りがいいなァ。

投稿　感激！エコプリンター

№50 都々平

これまで使っていた CANON 製プリンターが 7月に故障して、メーカーも修理をしてくれないので買い換えました。代替インクを使わせない「意地悪」にさんざ悩まされたので、「もういやだ！」と決別。2年前、エプソンがようやく消費者側に立った“コスト激減プリンター„の発売に踏み切ったので、「もうこれしかない」と決めたのです。



そのコストです。メーカー発表では、A4白黒=0.4円/枚、カラー0.9円/枚、L判カラー/5.9円/枚と、まるでマユツバの激安です。

写真はプリンター全面のインク表示窓です。使用開始から、ま～ゆ関係の文書(モノクロとカラー)を数100枚、L 版写真を約220数印刷してこの減り具合(およそ8分の1)。4本のインク代が7,000円ほどですから、公表値以下と推測します。

うれしくなって信濃毎日新聞に投稿しました。(10月17日掲載) エプソンを匂わして書いたのですがカットされました。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

100枚程度の印刷でしたら、寿限無に原稿をお持ちください。
サイズはＡ４以下です。
ま～ゆ関連のチラシ等は用紙 インク代共に会で負担します。

建設標

エコ製品の開発　企業の熱意期待

自宅のプリンターが故障しました。私は会報などを印刷する機会が多く、これまで、プリンター本体の価格は抑え、インクを売って稼ぐというメーカーの戦略を苦々しく思ってきました。そこで大容量のインクタンクを搭載した製品に買い替えました。

このプリンターで、インクにかかるお金が減ると実感しました。インク補充式ですので、カートリッジ交換のわずらわしさもなく、大量の廃棄カートリッジが出ないことが何よりありがたいです。

地球環境の悪化が異常気象の原因となり、人々の命をも脅かすようになったと指摘されていますから、私たちもエコな暮らしを送るよう頑張らなければなりません。でも、個人でできることには限界があります。例えば、使い捨てプラスチック製品の分別は大切ですが、あまりにも多く、毎日分別しながらため息が出ます。

メーカーは社会的責任を果たし、エコな製品の開発に熱意を傾けてほしいです。地球に優しい商品なら少々高くても消費者は喜んで買い、ひいては業績の向上にもつながるのではないでしょうか。

上田市　前田　光俊
(無職・76)

北国街道の散策

№147 **かっとまん**

北国街道を何回かに分けて全コース歩いてみようと軽井沢追分からスタートし、今回第８回は戸倉駅から屋代駅まで約 6.5 ㎞です。

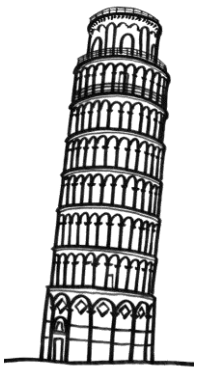
当日 10 月 25 日は暑からず、寒からず散策には絶好の気候で、一行 8 名談笑しながら 6 時間ほどの行程をゆっくりと楽しみました。

寿限無に集合し、車 2 台に分乗し、戸倉駅近くまで行き、そこから常任講師ヒデさんの案内で歩きました。いつものことながら散策は楽しく、帰宅すると軽い疲れが心地よく、夕食がうまく、夜もぐっすりと眠れ、次はどんな景色が楽しめるかなと思いを馳せます。しかし、感想文をといわれても何を見てきたのかぼんやりしていて、文章になりません。頂いた資料を見直すとそれなりに思い出しますが、報告するほどのまとまったものがなく、「ぐだぐだ言わずとりあえず気のあったもの同士で歩くのは楽しいよ」と言いたいね。今後は交通の便も悪く、困難があると思うが、高田まで行くのかな、金沢までかな。とりあえず、新潟との国境までは行きたいですね。

初めての海外旅行 ⑤

№130 **建築よろず屋の ヒデさん**

1987年2月3日（火）は、フィレンツェからピサに日帰り旅行をしてきました。目的はもちろんピサの斜塔です。当時はまだ傾き続けていたので、いつ上れなくなるか？倒れるか？ということが話題になっていた頃で、今行かなければ次はないと思っていました。約300段の階段を上って7階の屋上に出るのですが、面白いのはらせん階段の踏石のすり減り方が右側から左側へ、そして左側から右側へ徐々にずれて行くのを繰り返すことです。試しに踏石のすり減っていない部分を歩き始めても、3歩目ぐらいにはやはりすり減っている部分に自然に足が行ってしまいます。塔が傾いているからそうなるのですが、その傾きをこのような形で実感するとは想像できませんでした。



当時は「間違いだらけ」という形容詞が口コミで広がっていた「地球の歩き方」に、「塔の頂上には手摺がないので、転落しないように」と記されており、7 階の屋上が近づくにつれ、ドキドキしていましたが、そこにはちゃんと手摺が設置されていて、安心したと同時に拍子抜けしました。鐘楼部分が 8 階になるのですが、そこは閉鎖されていて上れませんでした。

ピサの斜塔は1173年に着工され、第1工期が1178年まで（4階まで）。このときに不同沈下が起き、塔が傾きました。原因は塔の南側と北側の地盤の硬さが違っていたためです。第2工期1272年～1278年（7階まで）では傾いた4階の上に重心をずらしながら造られ、第3工期1360年～1372年（最上部鐘楼）で完成しました。

塔がこれ以上傾くのを止める工事は、1990年1月から始まりましたが、長期的対策を検討するための時間稼ぎで、まず、塔の低層部分がつぶれてしまわないように南側壁1～2階部分へケーブルを巻いて補強し、北側基礎の浮き上がりを押さえるために約600ton のおもりを置き、傾きは改善しました。しかし、1995年9月に再び悪化し、おもりを850ton に増やし、傾きを止めました。

長期的対策は、北側部分の基礎直下の地盤を掘削し、部分的に除去して、斜塔の傾きを修正しました。そして、最後に北側基礎に設置してあったおもりを少しずつ外して、5.6°になった傾きを19世紀初頭の4°まで戻すことに成功し、2001年6月に塔の公開が再開されました。2018年11月23日には、「傾きが17年間で4cm 垂直方向に戻ったことを専門家チームが明らかにした」という嬉しいニュースが飛び込んできました。（つづく）

画はヒデさん

ま～ゆな人

№421 **トムさん**こと**松井　務**さん

トムさんの家族

トムさんは群馬県の昭和村の生まれです。

おじいさん一家が満州に渡り、軍属となり生活をしていました。敗戦でおじいさんは殺害され、お父さんは中国語がわかったので、ロシア人に通訳として使われました。苦労して単身日本へ引き揚げ昭和村にきたのです。トムさんが小学校1年までそこにいましたが、2年生から岐阜県、愛知県と移り、神奈川県で成人になりました。

私立日本水上小学校（聖坂養護学校）

横浜港には水上生活をする人々がいました。大きな船は港に入れないので、ぽんぽん船を使って荷物を運ぶのです。船倉の3畳ばかりの狭い船の中で家族が生活していました。子供たちは水上生活という特殊な環境で発達に遅れが生じ、特別な教育が必要でした。1974 年事業転換で聖坂養護学校小学部となります。大学の2部に通っていた頃、先輩がゼミに来ていました。私立の聖坂養護学校を見学に行く機会があり、子供たちの姿を見て、ここで教えたいと聖坂養護学校に就職しました。6人ぐらいで4クラスありました。今の時代も子供がマンションの中だけで生活していたのではルールが身につかないと心配していました。

別所に移住

ここで定年1年前まで勤めて上田の別所温泉に移住しました。今井さんの家の近くです。奥さんは別所の出身でした。義理のお父さんが別所で農業（兼業）をやっていて旬の野菜を毎月バナナのダンボールに4個づつ送ってくれました。とってもおいしかったそうです。その義理のお父さんが倒れ、待ったなしで帰ることになったのです。心をこめて看病しましたが旅立ちました。

奥さんの妹さんの家に3年間週末を使って援農をしました。それまでも、田植えなどの手伝いをしていたので、多少は農作業を知っていました。愛知県で住んだ場所にも、近くに田んぼがあり、お蚕さんも見ていたと話されました。

うえだ有機楽農会に入る

別所の山本さんという人の紹介でうえだ有機楽農会に入り、今井さんとつながりができました。今、会員は 50 人を超えているそうです。この会は月1回定例会と役員会を開き、松代の「農と食の会」にも参加しているそうです。今まで化学肥料を使った農業でしたが有機農法にして今年は3年目。今年の作柄は 2017 年より収穫が上がったそうです。本格的な農業の人は少なく、趣味というような家庭菜園の人が多い中で研鑽しています。

菌を育てる

土がよければ小さな草、ハコベや、オオイヌノフグリなどが生えて覆い、そこの土は軟らかくなるそうです。大きな草は出てこなくなり、草に悩まされることはなくなります。庭の隅に大きなタンクが2個あり、菌を培養して籾殻とそば殻を入れて増やし、田んぼや畑に入れるのです。手間暇がかかると思いますが、奥さんも有機農法を理解して協力しています。田んぼは冬季湛水で作っています。湯川の水を使い、漏らないよう畦に気をつけています。土がとろとろになり、カブトエビ、ホウネンエビなど出てきています。イトミミズが棲む田をめざしています。

ま～ゆとのかかわり

別所に住む人は、奥ゆかしい人たちですが、とてもいい所だと思っています。ま～ゆへ参加したのは楽農会でパレちゃんと知り合ったことから。パレちゃんの家に手伝いに行き、話している中でま～ゆを勧められたそうです，昨年のま～ゆ総会が初参加でした。

しかし農作業に追われ、なかなか参加できないことが悩みです。冬は、山の仕事、畦や水路の整備、夏は草取り、などで外仕事が多く忙しい日々を送っています。

ま～ゆ交換で唐箕（とうみ）と、箪笥がもらえたこと。それから映画「働く」を提案して実施できたことがうれしかったそうです。パレちゃんとは稲わら切りで交換をしました。

トムさんが活動の主にしているのは「皆様とともに命を守り、育む活動をしていきたい」ことだ、と言われました。

ミーすけ 記

ま～ゆ会員にききました。

”今年心に残ったこと„ は何ですか？

№50 都々平

年初から良いことがなくて、年の明けるのが待ち遠しい思いですが、一つありました。

「山菜が食べられるようになった」んです。50 歳代、毎年初夏の頃になると腹具合が悪く、便秘や下痢に悩まされるのです。この時期は山菜のシーズンで、食卓はワラビ・タケノコ・フキ等々山の幸だらけでした。妻がふと「山菜のせいじゃないかしら？」と気づいてくれて、これらを断つと症状が改善されたので、この日を境に 20 数年断つことになりました。覚悟をしたとはいえ、ウドとセリは好物でしたから指をぐっとくわえての我慢は辛い～～。

今年 6 月、便秘が続くので「薬を飲むより山菜を食べてみよう」と一か八かの実験をしたところ、適度にお腹が下ってちょうどよく、成功です。

最も危険だったタケノコでも大丈夫。「これから食べられるぞ！」と喜んだのですが、山菜のシーズンは終わりでショボン。ウドの天ぷらやセリのお浸しは来年までお預けとはなりました。でも嬉しい。

№76 ぶんちゃん

今年も自治会内にあり、傾斜が 20 度くらいの土手に、瓦を使った花壇を継続して作りました。夏は、暑さに強いマリーゴールドやニチニチソウ、その他宿根草 6 種類ばかり植えました。

何しろ日当たりは良く土は悪い。真夏には、20リットルの容器に水を入れて何日も運びました。今年は新たに、パイナップルフラワーも仲間入りしました。そして秋には、良く咲くスミレとパンジーの種を 8 月下旬は蒔き、11 月初旬に 55 本程植えました。

レースフラワーやキャンドルトマトのレッドも植えました。足場は悪いし苦労してすべてボランティアで行っています。

なお個人では丸子山野草会に属していて展示会を年 2 回開催しています。その時何人かが余剰苗を売り、そのお金を毎年 3 万円から7 万円を20 年間ぐらい社協に寄付していて、今年は表彰されるとのことです。いつまで続けることが出来るのかな。

姪の結婚式

№71 トットちゃん

気持ちのよい秋晴れの 10 月 14 日姪の結婚式で東京品川、八芳苑へ行ってきました。姪は日本テレビで、“森三中„の出演している番組のプロデユサーをしています。式には“森三中„始め芸能人が盛大に祝ってくれました。“森三中„は教会の神父に促された誓いの言葉を始め、個々の祝辞、両親へ読む花嫁の手紙にも、ことごとく、どの子もどの子も涙ぐんでハンカチで目を押さえ聞いているのです。局長の祝辞では局長自ら泣いて話され、なんと言う仲間だろう「おなじ釜の飯を食っている」姿を見た披露宴でした。

私のテーブルに臨席した2人のメンバーも私を「お年寄り」と見たのでしょう、色々と気を遣ってくれ、かとおもうとメンバーの番組にあのテレビの調子で盛り上げるのです。最後は例の“浴衣手拭姿„で歌って踊って楽しませてくれました。実物の“森三中„メンバーはテレビで見るよりずっとどの子も肌がきれいで美人でした。

田舎物の私は結婚式より“森三中„一人ひとりを目の前で観察していたひと時でした。姪も海外出張の多い職場ですが情のある上司、仲間に囲まれている現場をしっかり見たテレビ風の結婚式でした。いつまでもイッテ Q の番組が続きますように。

(写真はイメージ)

今年印象に残った事あれこれ

No.1 ケセラ

⊙ 楽しい旅をたくさんしたこと。

✧ 2月のギリシャ旅行はアンジンさんの古希のお祝いで行きました。当初行くのを渋っていたアンジンさんでしたが楽しかったみたい。

✧ 4月に名城めぐりが趣味のアンジンさんに付き合って沖縄の城めぐりに参加。お城にも沖縄と日本本土との文化と歴史の違いを感じる旅でした。

✧ 5月に念願だったトルコへ。トルコは広くて大きい!！果物が豊富！現地に行ったから分かることがたくさんあった。青森から参加した社長さんの人間力とさり気ない心遣いに感服。

✧ 6月シチリアの旅は、にゃんこ先生、ミーすけさんと 3 人のイタリアの旅の 4 回目。シチリアは地中海文化の歴史とお宝がいっぱい。人もとてもフレンドリーで、果物やジェラートも美味しくて豊富。べらぼうに楽しかった。イタリア語学習に意欲が湧いた旅になった。

⊙ 7月にアンジンさんの病気が発覚。しかし大病には至らなくてほっと一息。そのお蔭か？アンジンさんが 50 年以上も吸い続けた煙草をきっぱりやめたこと。禁煙は続いています。

⊙ 9月に『ザ・デー・アフター・ピース』の上映会ができたこと。
平和を創る猛烈なエネルギーがあふれる映画。上映会をしたいと思ったとき、応援して助けてくれる人がいたのが本当に心強くうれしかった。

素敵な人たちに囲まれて暮らせる幸せを感じ、たとえ小さなことでも、やりたいことをあきらめない勇気も湧いた 1 年でした。

今年印象に残ったこと

No.417 月

10 月ほんの1時間ぐらいですが、ま～ゆの田んぼの脱穀作業の周りでほんの少しお手伝いをさせていただきました。何十年ぶりかの稲刈り上りの田んぼを踏みました。秋の陽の田んぼでのお茶のひと時は何よりのご褒美でした。

そして孫をおんぶして、おたまじゃくしの泳ぐ田んぼの脇を散歩したこと。

サワガニのすむ用水路のチョロチョロいう音に背中の赤ちゃんが気付いて「何かな」って探すのです。見つけて覗き込む。孫と田んぼとの出会いでした。夏は育った稲が風にサラサラ葉ずれの音を聞かせてくれました。その時孫は「ふー」と深呼吸しました。

10 月に1歳になったころからはおぶった背中から水の流れに触れようとします。今は広くなった田んぼに「カーカー、チュンチュン、チッチッピーピー」鳥の声が響いています。私にとっては田んぼに再会できた今年でした。

113 号のテーマは
"あなたのモットーは？"
です。

「生き方」「思い」「心の持ち方」「信条」「指針」「一家言」「拠り所」「座右の銘」「格言・名言」「好きな言葉」「主張」等々似た言葉はもっとあるかもしれません。あるいは「そんなものあるもんか」かも。

とにかく**思いつくことなら**結構。
気軽に書いて寄せてください。

都市・建築工房

No.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

№320 **合原**

今年心に残ったことって、山盛りあるような、何も思い出せないような。目の前だけしか見えてないのかなあ、なんて思いました。

よかったことは、次男一家が大阪から上田に引っ越して来てくれたこと。孫二人が次男が卒園した幼稚園に通うようになったことかな。

目の前の関心事は、10 月に到着した 50 羽の雛の世話。大きくなって来て手がかかります。

心に引っかかったことは、親戚が亡くなって、その周りの人間模様の複雑さに感銘を受けたことでしょうか。

それ以外では、生まれて初めて健康診断で黄信号が点いた事ですかね。やっぱ好き放題してても無敵というわけには行きません。反省すべきか前向きに戦うべきか、それも楽しい今日この頃です。

今年心に残ったこと

№112 **めばえ**

① 地球が人間の横暴さに怒りを爆発させたような地震台風豪雨…そしてプラゴミ…。心が痛みます。

② 沖縄県知事選で、金や物や圧力に屈せず前翁長知事を継いだ玉城氏が勝利した事。沖縄県民すごい！ 力をもらいました。

③ 私に届いた後期高齢者医療被保険者証。かって野山を駆けていた自分の足は夢？何をやるにも時間のかかる事。出来なくなる事も多々…。

今年 100 才を迎えた吉沢久子さん「老いも悪くないもの、今日を丁寧に生き一番いい日にと…」

私も生かされている事に感謝。前向きに

「ま～ゆ葬」がいいな

№130 **建築よろずやのヒデさん**

今年の 4 月 23 日に母が亡くなり、26 日の告別式に続けて母の遺言どおりに偲ぶ会を催しました。偲ぶ会の第一部では、形式に則って喪主で長男の竹内孝次が挨拶、祥雲寺の長谷川住職の法話の後、献杯を羽仁もと子氏（1873 年～1957 年）が考案した「家計簿」実践者や「婦人之友」愛読者による上田友の会会長の田中さんにして頂きました。

第二部では、ごんべえさんのリードで「ふるさと」を全員で合唱し、その歌に合わせて弥生の会のみなさんに手話ダンスを披露して頂きました。ケセラさんには、NHK の「ご近所の底力」を母の家で撮影したときのエピソードを話して頂きました。そして、弥生の会の伝田さん、切り絵の会・ぐるっぺの講師をされている五味先生、同じくぐるっぺでお世話になった早川さん、上田洋画会でお世話になった宮沢さん、俳句の上田槐句会で講師をされている海野先生、上田槐句会とぐるっぺで一緒だったうえのさん、母の弟の高柳英治、友の会でお世話になり、母の晩年の生活を支えてくださった茂木さんと中島さんに母の思い出を話して頂き、最後に友の会のみなさんに「友の国」を歌って頂きました。

偲ぶ会は母の遺言だったので、最後の奉仕のつもりで取り組みましたが、母親が元気で活動していたときの様子が、みなさんの話から浮かび上がり、亡き母もその場で一緒に聴いていたような気がしました。そして、私も最期はこういう風に送ってもらうのがいいな、と強く思うようになりました。私の場合は、通夜式も告別式もいりません。ま～ゆのみなさんを中心に集まって頂き、一言ずつ言って頂ければ、それで十分です。こういう「ま～ゆ葬」をにゃんこ先生、その際はよろしくお願い致します。

№136 **にゃんこ先生**

大好きな本や映画、絵画に彫刻に建物…みんな私の宝物。たとえ普段は見ることができなくても、それらの存在を思い起こすだけで幸せな気持ちになります。

中でも、一番強力に心をつかむのは音楽です。手っ取り早く会いにゆけるし、どんなにへたっぴいでも自力で再生可能というのもいいところですね。

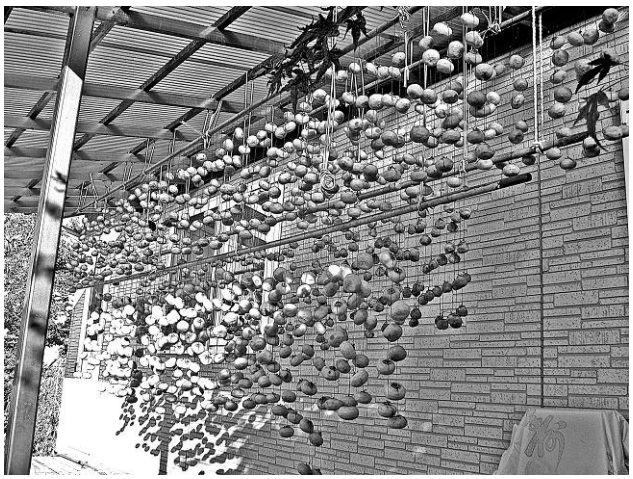
若い頃から好きだった曲を聴くことが多いですが、新たな出会いもあります。今年は以下の4曲が、あー、生きててよかった、と思わせてくれました。

米津

- ✧ 米津玄師の「ゴーゴー幽霊船」
- ✧ Patrizia Laquidara (パトリツィア・ラクイダーラ)の「Mielato(ミエラート)」
- ✧ アンジェラの「僕じゃない」
- ✧ 「Anthem for animals」(この歌については、「動物たちの声になりたい」で書いています。)
- ✧ おまけ、長渕剛の「巡恋歌」、前にも聴いているはずなのですが、認識から洩れていました。

投稿

柿すだれ　№55 ミーすけ



今年は柿が色づきだすと、枝という枝に鈴なりになっていることが分かりました。なんて見事だろうと見ほれてしまいました。重くなって地面に触っている枝もあり、米の袋に2つもぎ取りました。

弟からも、「平井寺の柿が取れたので末の弟にむいてやって欲しい」と、米の袋1つ持ち込まれました。手始めにむきました。176個ありました。

それからは、わが家の柿を本格的に取る番です。ごんべえさんにお願いしました。長い三脚を使って、太い枝をのこぎりで切ってもらうと、沢山柿のついた枝がどさっと落ちます。都々平さんと2人で柿を集めます。その夜から柿むきです。はじめは1人でやっていましたが、400 個あたりからペースが落ちてきました。見かねて都々平さんもむき始めました。むいてもむいてもなかなか減りません。

柿取りを途中でやめたごんべえさんが、3日ほどして「もう少し取りますか」と聞くので、「エエお願いします」と欲をかいて、取ってもらいました。洗濯の物干し竿まで使って 1,100 個ほどになりました。こんなに吊るしたことは初めて。陽に輝いて見事です。10 日ほど経ってから沢山の人に分けました。

柿の吊るし方は実家の母が元気な頃に教わりました。右手に糸の先を、小指、薬指、中指で持ち、親指と人差し指に糸を掛け、柿の軸にかけます。もう一度同じことをすると、柿がしっかり結べます。早く出来て楽なので色々な人の教えるのですが、なかなか難しいようです。今年もどうやったかしらと聞きにきた人がいました。

4日間ほど夢中でむいて大変でしたが、終ってみれば楽しかったという気持ちです。こんなに柿がむけるのも、実家の平井寺にいた頃、家族でラジオを聴きながら夜なべをしてむいた記憶があるからでしょうか。ジリオラ・チンクエッティやボビー・ソロやドリス・デイの歌が流れていたのを懐かしく思い出します。

街の気軽なマルチメディアショップ

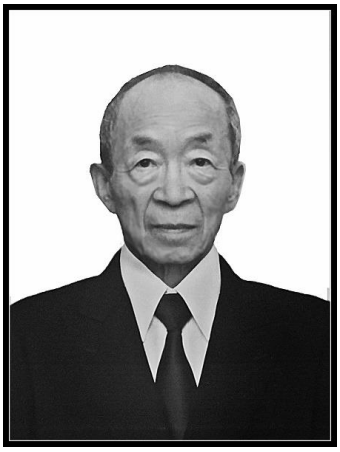
㈲ 伸和印刷　№57 中澤

●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

松木重男さん追悼



11 月 2 日、№73 しげちゃんこと 松木重男さんが他界しました。
大腸癌に侵されて数年の闘病後、行年 76 歳でした。

ま～ゆでの顔出しは少なく、現役を退いてからの活躍が期待されましたが…

下の一文は中学卒業文集に載ったものです。これを読んだ同級生の一人が「子供の頃、こんなに深く考えていなかったな、俺は」と驚嘆していました。人生を真剣に見つめて堅実に生きてきた彼の実直さはこのころから醸成されていたようです。自他共に認めていた〝えんごう〟(因業)は彼の一生の宝で、揺るぎない信念を貫き通した原動力がここにあったと思います。

隣のページは「ま～ゆな人」でコボルさんが松木重男像を表しています。その下は彼が記した 5 周年記念誌「地域通貨をこえる ま～ゆ」の感想文です。生真面目な性格がよく出ています。

ご冥福をお祈りします。

№50 都々平

僕の三年間

松木重男

僕の体はあまりにも貧弱だったし、人並みはずれて神経質であったようだ。何しろ臆病ものだから、「この川とびこしてみろ」と、言われても、出来るのだが至って勇気と、運動神経が発達していないから、人並みのことはできなかったようだ。しかし僕は、負けずぎらいだったのかおっちょこちょいだったためか、チクショウと思って、無理に危険なことをしてけがをしたことがたびたびある。だから二度骨を折ったのも無理はない。こんなことで小学校を卒業して来たのだから、中学校に入ってもばかに孤独で口数の少ない子供になっていたと想像できよう。これでは皆に相手にされなかっただろう。

ところが中学に入って第一に突き当たったのが勉強であった。勉強はしなければできないと、いうことがわかったのはこの時からである。というと少し幼稚のようですが、ここにも人並みはずれたところがあったのだから仕方がない。友達というものはありがたいもので、つき合っていると勉強せずにはいられなくなり、ここに僕の〝えんごう〟な負けずぎらいなところが一致して、皆といっしょにつきあってこられたような気がする。あの時そうしなかったら、今ごろは孤独で、貧弱な人間になっていたにちがいないと思う。

そのうちに、友達とつき合っていて、自分の知識のせまいことに気づいた。何しろ人と話していて、自分の知っていることはなく、ただ、そうかと感心することばかりであり、話しかけられてもほとほとこまった。これからは大いに新聞雑誌を読み、ラジオをきき、映画などもたまには見て、知識を深める必要があると思った。

一年の三学期にはルーム代表をやらされたが、これほど僕に適しないものはない。何しろ会などに出席するのも、人の前で話すのもいやだ。生徒会なども放課後に行われるから、外の者と一緒に早く家に帰った方がまったく気楽である。だから生徒会も一度も参加しなかった。何しろ、そうゆう大役についていると、僕みてえな、毎日楽しくくらしたい者には遊び、勉強、何かにつけてきゅうくつで仕方がない。まるで死神を背負っているようなものであった。今考えると、なぜか、残念に思って仕方がない。

三年生になって、我がクラスの副任として、浅川先生がこられた。先生は、少しのことでは大しておこらないが、一度おこると何もしてくれない性質で、いやに変わっていた。しかし、我がクラスには、大へんむいていたようで、ホームルームにたまたま顔を見せると、小林先生の時より静かになるのは痛快だ。そんな組でも、学校の中では、小林先生の教育がよかったのか、組がまとまっていて、大へん素直な組だそうだ。きっとふだん小林先生の口癖だった「素直にしろ。」というのがよかったのだろう。浅川先生もそういってくれたが、それよりほめることがなかったようだ。三年になって先生が来てくれたことは僕たちの幸福で、進学、就職のために大変力をつくしてくれ、僕らを勉強意欲に燃えさせてくれた。そして勉強した。

皆勉強したらしく、三学期になるといやにまじめくさって来て、このぶんでは、皆が高校へ上がれても、自分は落ちるかもしれないぞと思った。しかし、思っただけで、時には、皆落ちても、自分だけはパスしなければという自尊心に燃えたときもあった。だから安心してもらいたい。

こんな気ままな、変わった作文を書いても、ある日、こんなことを一日中考えたことがある。それは、何をキッカケに考えたか知らないが、とにかく、僕の結論は「人間は、一生の間に何かやりとげなければいけない」と、いうことだった。

上田第二中学校六組の卒業文集より（昭和33年）

ま～ゆな人

会報40号(2008年3月)から

№73 しげちゃんこと　松木重男さん

上田市海野町の出身、昭和17年生まれ。都々平さんとは中学の同級生で、エンゴウという共通項を持った親友だったそうです。

今回は、昔の思い出を主に、語っていただきました。

小学校は4クラス、中学校は7クラス、1学級は50人以上で、しかも中央小学校(現清明小学校)と二中が隣り合わせで、講堂兼体育館と校庭は共有していたそうです。

その頃の遊びといえば、コマ廻し(手のひらの上で)・コマを廻したまま鬼ごっこ・パッチン（めんこ）。

それから、冬の遊びは、、雪が凍った夜 海野町通りでの下駄スケート。又、上田公園のお堀でも。小学生のころは、常田池や、須川湖迄(歩いて)、下駄スケートを持って、滑りにも行ったとか。

ソリは木のミカン箱やりんご箱の底へ、竹を付けて（坂がないので）町の中を曳いて歩いたりもした。

街中のためか、どんど焼きとか、道祖神はなかった。

えびす講はたいへんにぎやかで、露天を廻って見るのが楽しみだった。

夏は、千曲川でよく遊んだ。プールのない時代だったのでここで水泳を覚えた。釣りも好きで、釣ったのは主に、ハヤとジンケン(オイカワのこと)。

お父さんが、早く亡くなったので、経済的には恵まれず、学校から帰ってくると家業の下駄屋の手伝いをしていた。今でも鼻緒をすげるのは得意だとか。

叔父さんの援助もあって、千曲高校電気科へ入学、名誉ある一期生である。少し会社勤めもしたけれど、同じ日々の繰り返しに、つまらなくなり、電気工事店に転職。しかし27歳の時「このままでは…」と将来に不安を感じて独立。持ち前の頑張りや精神と、確かな技術力、そしてちょうど高度成長期だったこともあり、順調に業績を伸ばし、現在に至る。

都々平さんのお母さんはいつも「松木さんは無一文から家を建てたり子供を大学に進ませたり、立派だね」と褒めていたそうです。

現在は中之条在住。電気工事（家庭の屋内配線）が主な仕事。御用の節は、是非 一声かけてくださいね～～～。

- ま～ゆの仲間になってプラスになったことは
  - ◍元気がもらえる ◍勉強になる事が 多い
  - ◍束縛感がないから出席欠席が気楽・・・・。
    ま～ゆ市には、出席しなければ、と思っていても足が遠退くこともあるが、飲み会は、いろんな人と会話ができるので、参加するよう努めている。
- ま～ゆ市への希望は、人の前で話す機会を少なくしてもらいたい。
- 苦手な事・・作文。
- 得意な事・・キノコの見分けができる。
- 性 格・・・・◍エンゴウ（因業）◍友達を大切にする ◍人情に厚い

コボル 記

5周年記念誌“地域通貨をこえる ま～ゆ„を読んで　№73 しげちゃんこと 松 木 重 男

入会して丸2年経過しました。いまだにま～ゆにとけ込めずにいます。通帳はというとやっと1ページ終わったところで、まことにきれいな通帳です。脱退するつもりは更々ありませんので、総会は必ず出席しております（3回)。

私 今年から年金がもらえますが、月6万円程ですので、死ぬまで働かないと生活できません。あまり器用な人間ではありませんので、なかなかま～ゆにとけ込めないのも、これが一因だと思います。

昨年の総会で“地域通貨をこえるま～ゆ„を購入しました。手にしたとき、先ず驚いたのは、予算がないのに よくまあーこんな立派な本になったこと。(外観) 次に目次を見たときに構成(言い方が分かりません)がしっかりよく出来ていることに驚き、次に内容が言葉良し、面白く、とても私にはマネのできない文章でした。推理小説でもないのに読んでいて面白くて一気に読みました。

田んぼプロジェクト・味噌プロジェクト・秋和菜園プロジェクト・ミステリーツアー・お花見ま～ゆ市、・ホタルコンサート、・納涼夏まつり・餅つき大会・ま～ゆ寺子屋、等々全て面白く、また私の想像していた以上のことをやっていることは驚きでした。

会員の皆様に活動の内容がわかって大変よいと思います。プロジェクトや行事はこれからも続けていただきたいし、この和やかな雰囲気、大人の付き合いを大切にしていただきたいと思います。

最後になりましたが、この本の出版にあたった11人のスタッフの方々に心から感謝申し上げます。プロが作ってもこんなよい本にはならないと思います。またケイちゃんのおっしゃる通り，これから地域づくり，仲間づくりをしたい人には大変参考になると思います。少し時間は掛かりましょうが、完売は出来ると思います。増刊までは行かないかなあ……

もう一つ、1ヶ月おきの会報も是非続けてください。

会報33号(2007年1月)から

信濃毎日新聞　11月23日

「相乗り」太陽光普及 NPOに環境大臣賞

上田の市民発電 晴れの日

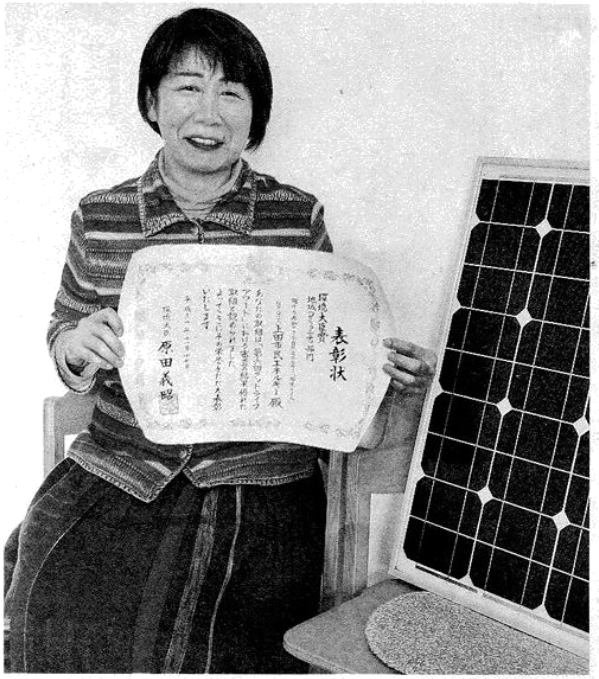
「上田が拠点だからこそ」

市民出資による太陽光発電の普及に取り組むNPO法人「上田市民エネルギー」が、環境分野の優れた活動を表彰する環境省の「第6回グッドライフアワード」の地域コミュニティ部門で環境大臣賞に選ばれた。2011年の東日本大震災・福島第1原発事故を機に始めた取り組み。藤川まゆみ理事長（上田市）は「各地の市民発電の取り組みを代表して頂けた。活動の励みになる」と喜んでいる。

代表的な事業「相乗りくん」は、自宅屋根に太陽光パネルを設置する「屋根オーナー」と、設置可能な屋根は持たないが自然エネルギーの普及を望む市民らを同法人が仲介。屋根オーナーは屋根の一部を市民発電用に提供する。市民は「パネルオーナー」として10万円以上を出資して太陽光発電に「相乗り」して発電規模を増やし、売電収入の一部を得る。現在、市内外の住宅や公共施設44カ所で618キロワット（住宅約230軒分）を発電し、パネルオーナーは230人を数える。

今回のアワードは企業や自治体、NPOなどから6部門に169件の応募があった。環境大臣賞には計10件が選ばれ、相乗りくんは「自分たちが使うエネルギーをみんなで生み出す優良事例」と評価された。藤川さんは「晴天が多く発電に適した上田が拠点だからこそ続けてこられた仕組み」とし「多くの人が環境のために自分ができることを探していると感じる」と話す。

環境大臣賞は県内からは、客の健康や環境に配慮した「ビオホテル」に認証されている八寿恵荘（池田町）、栄村小滝集落の合同会社と東京銀座の高級子供服店との協働による「小滝米」のブランド化の取り組みも選ばれた。



賞状を手にする藤川さん。「個人でも気軽に自然エネルギーを増やせると伝えたい」と意欲を示す

「上田はよく発電するから、広い屋根にみんなで“相乗りで太陽光パネルを増やす取組み„を始めることを考えています」。2011 年の夏、先進地視察交流ツアーで藤野と鎌倉を訪れた時のバスの中で近況報告のマイクが回ってきて、自信なく発表した私に、間髪入れずに「私、参加しますよ！お金出します。」と大きな声が。辛口さんでした。そしてツアーの間じゅうみなさんが「応援するよ」「やらなくちゃね」と声をかけてくださったのです。それまで自信がなく迷っていた私はこのツアーの間に、『相乗りくん』を始める決心ができました。それからきょうまで振り向けばいつもそこにま～ゆがあり、温かく支えていただき感謝でいっぱいです。

共感の輪は上田から全国に広がり、この度環境大臣賞地域コミュニティ部門賞をいただきました。みんなでいただいた賞です。日本全体が自然エネルギーで動くようになるまで、まずは“上田から、エネルギーで未来づくり„。これからもどうぞよろしくお願いします！

No.226 のだま

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080-5140-6689

投稿 「ない」からこそ、つながれた

ひとつめは、私がいま広報部隊としてお手伝いしている、下之郷の“侍学園スクオーラ・今人„の寮に「スプーン＆フォーク、そして食器類」の提供をお願いした件です。

侍学園には不登校や引きこもりやうつなどを経て「これまでの自分を変えたい！」と思う若者たち（16 歳から 38 歳）が全国各地から集っています。寮が昨年新築され、そこでは集団生活をしながら、健康的に起きること、食べること、寝ることなどが大切にされています。お昼には寮生以外の通学生、スタッフと一緒に多い時には総勢 40 名ほどが一斉に食べるのですが、今年人数が増え、食器類が足りなかったのです。おかげさまで安心して食事の時間を過ごせています。

そして、ある程度自分で暮らしを切り盛りできるようになると、一人暮らしを始める生徒がいます。しかしそれに向けた運転資金も自らバイトをしながら貯めていく中で賄っているのが実情です。今回いただいた食器類に、「たくさん寄せていただいて、助かりました！」とのこと。本当にありがとうございました！

もうひとつは、秋にフィリピンから山岳民族を招聘し、上田で演劇公演をするという件で、彼らの滞在にかかる食材の寄付をお願いしました。なんといっても初の試み！フィリピンでは演劇を通して地域社会の変革にアプローチしていくという手法が盛んで、今回も学校教員3名と NGO の活動に関わる若者3名が来日。フィリピンの「棚田」をテーマにした作品の上演と、滞在中「稲倉の棚田」をみんなで訪れ、その地域に関わる人から現状を聞き、それを演劇的に表現する、というワークショップも開催しました。おかげさまで、公演、ワークショップともに大盛況に終わり、海を越えた演劇交流の大切なはじめの一歩を踏み出すことができました。

そしてその間、メンバー滞在中にはいただいた食材をたっぷり贅沢にいただきました。ほぼ毎日自炊をする中で、ま～ゆのみなさまが育てた愛情たっぷりの野菜やお米から、ほんとうにあふれるパワーをいただいていることを強く実感しました。これはお金がなかったからこそ、できたことです。改めて地域通貨って「ああ、こういうことだなあ」としみじみ感じたのでした。

越えるべき課題や取り組む問題などがとてもとても大変だと感じてしまう時でも、人に支えてもらうことは、目に見えないけれど、本当に大きなパワーをいただくのだなと実感したわけです。ま～ゆの集まりに出て直接お伝えしたかったのですが、今なかなか難しく、紙面をお借りしてお礼を申し上げます。支えていただき、本当にありがとうございました！

№230 ぐんちゃん

西洋占星術・ヒーリング

№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

動物たちの声になりたい その24

No.136 にゃんこ先生

人間による動物搾取の現実を描いた映画「ドミニオン」によると、有史以来、戦争で死んだ人間（どういう数え方かは知りませんが）は6億 1900 万。同じ数の動物が3日ごとに殺されているそうです。もちろん人間によってです。（なお、魚やエビ・カニなどの海洋生物は含んでいません。）

忘年会シーズン。クリスマスも近付いてきました。飲食街で、周りにあふれるおびただしい死肉とそれに群がる人々に気づいた時、価値観の違う世の中に生きていくのはしんどいなと思います。

動物たちの苦しみに共感することをやめられない私のほうが異常ですか。恐怖に怯えて苦痛に叫ぶブタに、どうして私が彼でないんだろうと思う私が異常ですか？

種差別をやめよう

この連載を始めてから丸4年。私の願いはいたって単純。「種による差別をやめよう」です。こんな当たり前のことが、どうして共感を得られないのでしょう。

昨今、女性の大学入試の合格ラインが高く設定されたり、本人の承諾なしに不妊処置されたり、そんな差別が明るみに出て大問題になりました。虐待、レイプ、監禁、惨殺。どれも人間に対してしたら非難の嵐。「そんなやつは死刑にしてしまえ」とバッシング。家族も巻き添えをくって社会的に葬られます。なのに被害者が動物なら皆無関心。

さて、ここまで読んだ方の反応はたぶん二通りに分かれるでしょう。

一つめは、「仕方ないよ、彼らは動物なんだから。人間と同じには扱えないし、扱わなくてもいいんだよ」。そう考えた方、お願いします。動物を差別してもいいと考える根拠を私に教えてください。身動きできない檻に生涯閉じ込めておいていい理由、母と子を引き離してもいい理由、生まれたての雄のヒヨコをミンチにしていい理由、生きたまま毛皮をはいだり、熱湯でゆでたりしていい理由を。

二つめ、「うん、確かにこれは種による差別だ。差別はいかん」、そう考えた人は、ヴィーガンへの最初の一歩を踏み出しましょう。いくら今は合法でも、いくらみんながしているといっても、正義でないと思うことは拒否しましょう。少しばかりの勇気をもって。

（念のため言い添えておきます。私は動物たちに、人間と同様に、義務教育を受けさせろとか選挙権を与えろなんて言っていませんよ。）

「Anthem for animals」（動物たちへの聖歌・応援歌）を、11月3日にま～ゆの ML で紹介しました。以下、歌詞の一部です。

子犬のためなら命を投げ出す人間が、たった今、赤ちゃん豚を切り刻んだ
金を払ってそうさせた
子猫殺しを狂気と呼ぶ奴が生後 6 週間で殺された死体を噛み砕く、たった今口に入れたそれだ
私たちはみな同じ血と魂でできている
そして私たちの故郷はみな同じ母なる地球
だから闘おう
すべての命のために闘おう
そうそれはアニマルライツ
その灯（ライツ）を燃え上がらせよう

私がこの歌に涙するほど感動し、毎晩聴くのは、まがりなりにも私もこの闘いを闘う者のひとりだからでしょう。少数派とは言え、同じ思いを抱く人たちが世界中にいて、アニマルライツを求める闘いを共に闘っているのだという喜びと誇りで胸が一杯になるからなのでしょう。でもアニマルライツなんて考えたこともない人にはきっとなんの感慨ももたらさないのかもしれません。

歌の最後に「動物好きな知り合いはいますか？シェアしましょう。」と字幕が出ますが、私は、自称「動物好き」を信用しません。当てにできるのは「正義」を愛する人です。あなたは？

いずれやってくるだろうとレオナルド・ダ・ヴィンチが言った、肉食が過去の野蛮な遺物となる日、私はそれを 5 千年後くらいかなと思っていますが、意外にもっと早くに訪れるかもしれません。その日どんなに世界が光り輝くことでしょう。その日をどこで迎えるにしても、どんなに嬉しいでしょう。その喜びを楽しみにあと 5 千年を生きられる気が、一瞬、しました。

落語

(二)

No. 395

八　先生こんちわ。せんだって熊の野郎にカネの話をしたそうだな

先生　うむ、貨幣について話したナ

八　ナンデモ、古後家もカネがあれば縁付けるそうだが、今でも、資産が3億もあれば、認知症がかった爺さんにも嫁がくるそうだ、オレにも一つ話してくれ

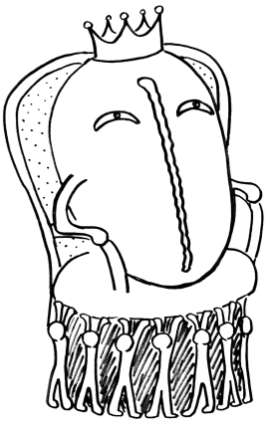
先生　だめだ、だめだ、お前たちのようなカネに縁のないやつに話してもムダだ

八　確かにカネには縁がねえが、先生に言われたくねえナ。ところで、そのカネってやつはいつ頃だれが発明したンで？

先生　今から、二千六百五十年ほど前、いまのトルコの西あたりにアナトリアという国があって、そこの王様が、硬貨をつくったのが始まりだそうだ

八　へエ、じゃあそれより前はどうやって買物をしていたンで？

先生　なんでも、タカラガイという貝殻を貨幣として使っていた時期もあるそうだ。その証拠に中国の古い文字にはカネに関することには“貝”の文字が付く、たとえば買う、財産、寶などだ



八　なるほど、今でもそうなら、アサリを食ったあと、その殻でビールでも買いてエもんだ

先生　貝殻は食えないので、その後“大麦貨幣”というのもあったらしい。およそ五合の量の大麦を1シラといって、男の労働者の日当は1日に60シラだったそうだ。そのなかから、油や魚などを買った

八　それじゃあ、貨幣ができる前には人間はどうしていたンで？

先生　物と物とを直接交換していたらしい。弓矢を作るのが上手な人は狩の得意な人と弓と動物の肉を交換した。弓作りはその肉の一部を靴などと交換したという具合だ。しかし、何時でも、そううまくいくとは限らなかった。そこで、何とでも交換できる“或るモノ”、すなわち貨幣が必要になった。それが貝殻のようなものから金、銀の金属に変わり、今では聖徳太子や夏目漱石の絵の描いてある紙切れになった。

八　なアルほど、先生、カネには縁が無エが確かにカネについては牛のおいどだ

というわけで次をお楽しみに。

文芸欄

俳句

立冬や　藤沢周平　借りに行く　No. 158 うえのさん

木枯や　スイートポテトを求めて来　No. 130 ヒデさん

十月の句

秋思ふ　難を乗り越え　平常心

十一月の句

立冬や　セーターを出し　また仕舞う

川柳

もう逝くと　十年言いつつ　母白寿　No. 278 サイヤン

お土産を　買って帰れば　地元産

風吹けど　桶屋の仕事　今はなし

七光り　あっても無くも　子は育つ

築百年　住むにはきつい　隙間風

忙しい　部下を持つほど　上司暇

「こんにちは」　挨拶すれど　誰だっけ

柿すだれ　一もめ二もめ　千個剥く　No. 50 都々平

ま～ゆ 餅つき大会

- ✦ **12** 月 **23** 日(祝) 8 時から 寿限無で
- ✦ 持物　箸、皿、カップ、のし餅を運ぶ板(段ボール可)
- ✦ 会費　大人 500 円＋100 ま～ゆ、子供 300 円
  ※ま～ゆ通帳を持ってこない場合は実費 600 円です
- ✦ 参加申込寿限無へ 締切り 12 月 18 日（火）
- ✦ のし餅　白餅 1600 円
- ✦ のし板代 200 円(デポジット＝返却時返金)

※ 事前準備 21 日(金)午前 10 時から 会場づくりと米洗いです。

繭玉ま～ゆ市＆新年会

1 月 12 日(土) 1:30 から 西部公民館で

※ 詳細は ML で

2 月のま～ゆ市は 10 日（日）1:30 から 中央公民館、

編集が終わって

〝年末ジャンボ 10 億円〟宝くじのコマーシャルが流れています。かつて「1億使ってもまだ2億」の名文句にそそられたことがありました。あれから物価が上がってもいないのに… それほどの大金を欲しがる人の気が知れません。

かたや、宝くじを超える報酬を得ていながら、それ以上に隠してまで欲しがる強欲な企業トップが世間を賑わせました。

どうやって使うのかなぁ。

人はなぜこんなにもお金に執着するのでしょうか？落語“貨幣ってなーに„をベースに勉強して、私たちが目指している地域通貨の理念を深めようと思う、今日この頃です。

都々平

会費未納の会員さんへ

1 月のま～ゆ市までに年会費 1500 円を納めてください。
ご都合でその日までに納められない場合は会員として継続する意思を事務局にお伝えください。 ☎(0268)27-1230

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

会報に携わった人

- ◆編集長 前田光俊
- ◆記事　安井啓子・佐藤妃七子・前田美枝子
- ◆イラスト 竹内紀子(カット)・斎藤慈生(いつき)(表紙)
- ◆似顔　前田光俊
- ◆写真　前田光俊・竹内秀夫・佐藤妃七子
- ◆校正　前田美枝子・竹内紀子・古川幸子
  前田光俊・安井啓子

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 (0268) 27-1230
ホームページ
http://mayu.lolipop.jp/santo/