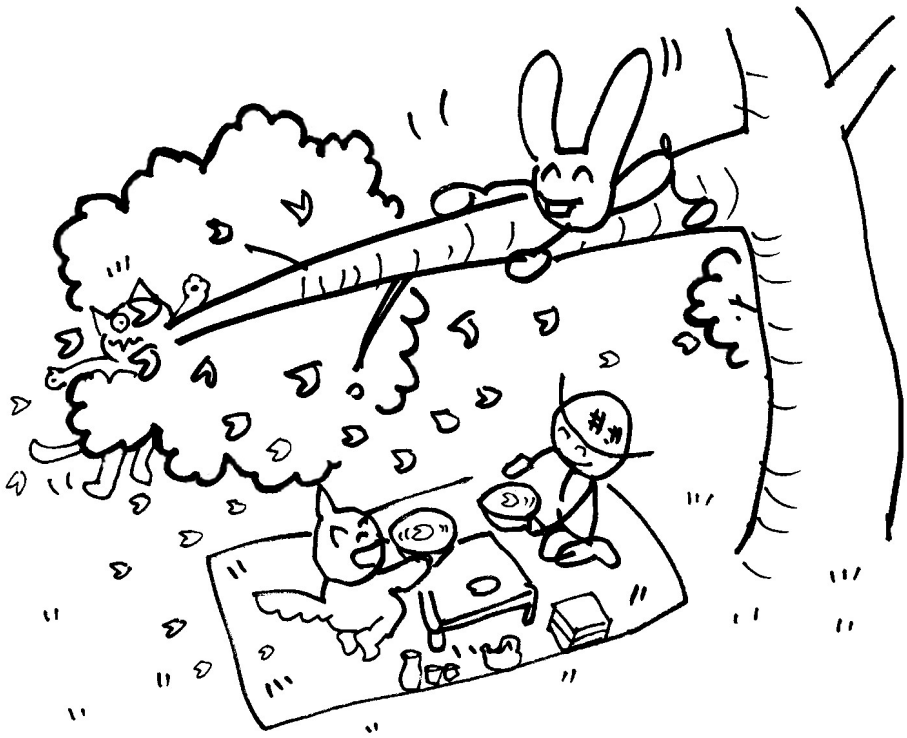
上田地域もの・こと交換制度
蚕都くらぶ

ま～ゆ



蚕都くらぶ・ま～ゆ会報

No.28

2006 年3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。

光風雨森ハウスにて

No.40 よっちゃんこと 松野芳枝

私は光風雨森（こうふううりん）ハウスがオープンして、２回目に使わせて頂きました。一回目は星空コンサートでした。次が私達の虹の会１０周年記念でした。

ハウスが建築中にも、何回か足を運び、おじゃまをしていましたのでハウスのオープンは待ちどうしかったです。工事中の時の夏は、風が建物の中をす通り。緑がいっぱい、ちょうちょも飛んでいました、せみの声は、すごかったです！ 秋に入って裏の森の紅葉でした。これもまた素晴らしい景色でした。

10月下旬に待ちに待ったオープンでした。さっそく家氏さんに予約を入れました。私達虹の会は11月中旬に使わせて頂きました。その日は24名で光風雨森ハウスへ。

朝ボランティアーの方が車で送迎して下さいました。ハウスに着いたらさっそく皆さん、足湯とお茶飲み、そして散策です。

お昼の用意は大きなりっぱな道具がそろった、厨房での用意です。材料を持って行っての、おにぎりとすいとん汁です。厨房にはママさんが居ます。ハウスの常勤の方で私達もすっかり、仲良しになりました。一緒にお昼を手伝って頂きました。

11時30分より式典を開きました。。広い大広間で、市内を南の方から眺め、素晴らしい景色にウットリしながら。

午後は研修室にて、手塚先生の映画ナツメロです。昔懐かしい、金ちゃんの一心太助。美空ひばりと、ナツメロをお願いしました高齢者に大変に喜ばれました。

それに足の悪い高齢者でも心配なく出入りが出来るバリアフリーの玄関です。助かりました。

光風雨森ハウスは町の中にはない自然がいっぱい。静かで、緑が有り、そよ風が有り、季節の虫や鳥が泣いて、我家では味わえない事が沢山有る所です。これからも何かにつけてハウスの方へ登って行きたいと思います。

ほっーとする一時です

七田チャイルドアカデミー上田教室 No.11竹田

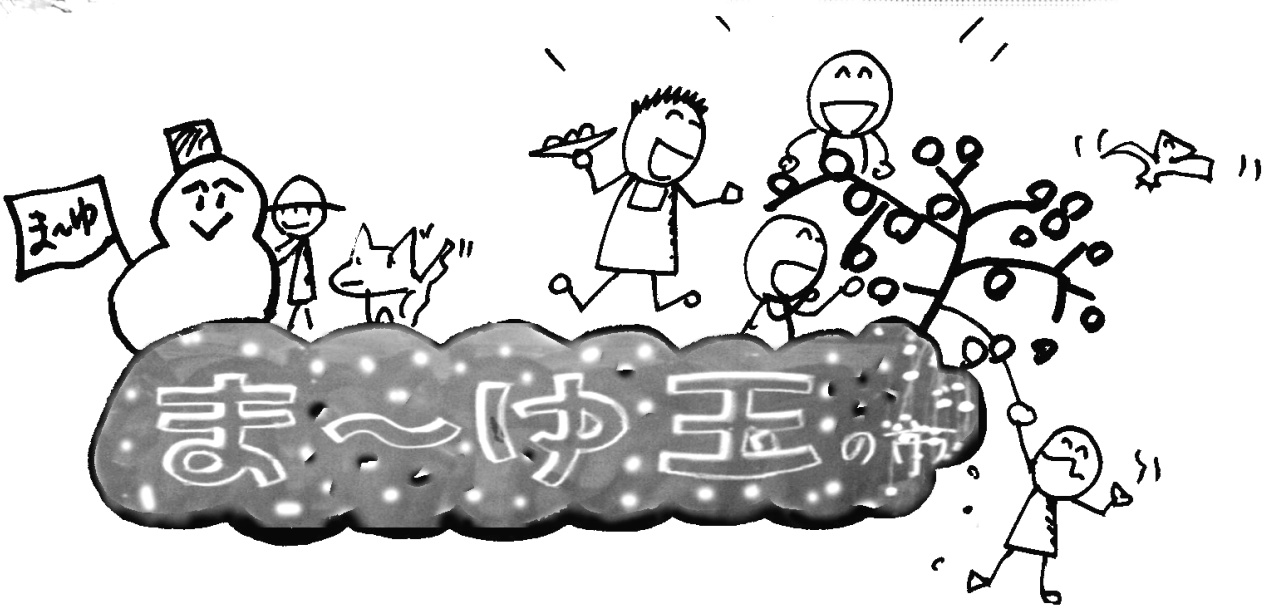
● 体験レッスンの20%まで「ま～ゆ」をお使い下さい

上田市中之条101-1利幸第2ビル201号
TEL23-2952

都市・建築工房 No.130ヒデさん(竹内秀夫)

● 一級建築士事務所
● 地元産木材を使ったローコスト環境住宅の設計料の５%まで「ま～ゆ」が使えます。

上田市御所274
TEL0268-28-7532



ま～ゆへの参加

いつも参加するのが久しぶりになって、参加しずらい気持ちになってしまう事が正直あるんですが、温かく迎え入れてくれる ま～ゆはうれしい存在です。今年のお正月には年賀状まで頂き、「あっ自分はま～ゆに入っているんだ」という事を再確認させられました。これが今回１月のま～ゆ市に出るきっかけにはなったんですが、今年は自分からも積極的に参加してみたいと思います。

私は上田に住みだして３年になるんですが、３０歳過ぎて、知らない土地で人と知り合うという機会はなかなかないものです。ま～ゆへ入り続けているのは、そんな繋がりを大切にしたいという気持ちからだと思います。今後はま～ゆ交換などして、皆さんとより近づけるようになっていくことが出来ればと思いますので何卒よろしくお願いします。

No.41 くん^{2}こと 木下邦生

大学生活を振り返って　～無我夢中だった学生生活～

会員№104 トキ(♂) 鴇 沢 皓 一

３月 10 日発行のま～ゆの会報がみなさんの手もとに届き、この記事を読み終えているころに卒業式を迎えます。もしかすると５年目に突入なんてこともあるかもしれませんけどね…。一応卒業を前提に今までの４年間の学生生活を振り返りたいと思います。

まず、僕が長野大学に入ったきっかけですが、実はたまたま入れただけなんです。とくにこれといって目標はなく、入れるならどこでもいいや、と思っていました。この大学に入ったのがこれから始まる４年間という長いようで非常に短い物語の始まりだったと思います。

桜の咲く４月に僕は入学しました。４月と言ってもまだまだ肌寒かったのを覚えています。

入学してから３年生の夏ごろまでは、普通に大学に通い、普通にバイトをこなし、ごくごく普通の学生生活を送っていました。何もやりたいことがなく、ただただ時間だけが過ぎていた気がします。

学生生活に大きな光が見え始めたのが３年の初め。僕はとあるゼミを履修し、「共生の地域づくり」をいうテーマの専門ゼミを履修しました。このときに、このゼミを履修していなければ、こうやってま～ゆの会報に原稿を書くような機会はなかったでしょう･･･。僕が履修したゼミはま～ゆの会員でもある古田先生の専門ゼミで、地域の方々と一緒に学ぼう、という大学のゼミでは一風かわった雰囲気をかもしだしているゼミでした。普通ですと、週に１度教室で行うだけなのですが、古田先生の場合は、授業の時間以外にもゼミの活動をするという、なかなか厳しく□楽しいゼミです。ゼミの活動を行うにつれ、“こみっと„という一つのグループとの出会いがありました。僕はひょんなことからこみっとに入会し、ここから始まる人と人とのつながりを求めていきました。

このときに、特に面白みを感じていなければ自分はどうなっていたのだろうか。今でも不思議に思っています。そして、こみっとを通じ、ま～ゆの方と知り合えるようになり、たまたま顔を出した１月のま～ゆ玉市に行ったのがきっかけで入会しました。これも何かの縁でしょうか。

ま～ゆとの出会いは突然。きっと他の会員の方もそうだと思います。初めてま～ゆに出たときは、自分よりも目上の方(自分の両親よりもだいぶ年上)が多く、すごく緊張していたのを今でも覚えています。今だって緊張しているんですよ？

ま～ゆに限らず色々なところに顔を出していた僕ですが、なんとなく「ま～ゆが一番自由だな」と感じました。

ま～ゆでは、自分の得意分野であるパソコンを活かし、会報の編集委員等にも顔を出すようになりました。なんとなく、「自分がそこにいても不自然ではない気がする…。」と思ったのがきっかけでしょうか。ま～ゆの人と人との繋がりがとても楽しく、ちょくちょく顔を出しています。ま～ゆ市以外でも、会員の方と会う機会があったり、年の離れた知人？友人？仲間？どういった表現をすればいいか分かりませんが、とにかく楽しいんです！学生生活の大半を同じ年齢の友達と過ごしてきたことに不満を感じていたからでしょうか。

きっと “無理をしない” というのがま～ゆの魅力なんでしょうね。会報を読んでいるみなさんはどう思っていますか？

さてさて、どうあがいても学生生活は４年で終わってしまったわけですが、やっぱり古田先生との出会いが今に繋がっているのでしょうか。結構キツイことを言いかねない人柄ですが、実はとてもいい人なんですよね。とにもかくにも古田先生にお世話になりすぎなぐらいです。やっぱり専門ゼミを履修してよかったな、と思うばかりで後悔は一切していません。

短かった学生生活もとうとう終わってしまい、これからはどんな事が待ち受けているのでしょうか。自分がどこまでやれるのかが非常に楽しみです。皆さんに色々とご心配をおかけしてきましたが、これからも宜しくお願いします。

とある人の言葉に「ま～ゆは私の命です」という格言(?)がありますが、ま～ゆを楽しんでいる人にとってはこの言葉の意味が分かるのではないでしょうか。地域通貨だけではなく、色々な人と人とのつながりが出来たのです。これからもこの縁を大事にしていきたいと思っています。

最後になりましたが、この会報を読んでいるみなさんへ、そして僕を育ててきてくれた恩師へ…。
今まで大変お世話になりました。
僕の４年間の学生生活、「感無量」です！
これからは社会という今まで体験したことのない世界へ飛び立ちます。これから宜しくお願いします。

（注）まだまだま～ゆはやめませんよ！

実はこうやって文章に書いてはいますが、本当は照れちゃって本人を目の前にして言えません。

この場を借りてお礼を言いたいと思います。

そして、僕の長いようで短い大学生活は終わりです。最後まで読んでくれたみなさん。ありがとうございました。

2006年（平成18年）1月13日（金曜日）

里山が「眺望スポット」に

上田市上塩尻「神社を身近に」住民手入れで

上田市上塩尻の里山にある「座摩（ざますり）神社」境内から、新幹線の線路と市街地を見下ろす景色が楽しめるようになった。市西部公民館の「里山づくり講座」の一環で下方の斜面を間伐した結果、予期せぬ眺望が開けた。

昨年十二月、講座の受講者や地元住民ら十数人が里山に入り、クヌギやコナラなどを伐採。新幹線トンネルの数十メートル上にある神社から下が見渡せるようになった。東京方面に向かう新幹線は足元から飛び出すように見える。その先には千曲川と市街地が広がっている。

神社は上塩尻地区の集落から歩いて二十分ほど。同地区が蚕種で栄えたことから「蚕陰（こがけ）さん」とも呼ばれ、数十年前までは境内で子ども相撲が奉納されるなど、住民に親しまれてきた。昨年五月に明治時代以来の社殿改築をした際、神社が地区から見えるような景観整備を住民が提案し、公民館の講座に合わせて里山を手入れすることにした。

伐採に参加した住民団体「塩尻元気会」の早川潤さん（51）は「この景観にとても感激した。これをきっかけに、里山の魅力と同時に荒れた様子も住民に知ってもらい、里山を見直す機運が高まれば」と期待している。

直下に新幹線を望む神社境内からの景色

西部公民館の“里山づくり講座„で計画された第１回目のチェーンソー講習会がありました。

「どうせなら神社境内の木を伐採して眺望をよくしよう」と一石二鳥を狙って、脈のありそうな方□に声がけをして回りました。

当日の参加者が何人になるのか不安でしたが、幸いにも十数名の参加があり、信濃毎日新聞の記事のように想像以上の成果を上げることができました。

何よりも主体的に参加した地域の皆さんと１日楽しく良い汗をかけたことが嬉しかったです。

山の木を伐る、ということはいろいろな意味で実は大変なことなのですが、伐採した一帯は保安林という関係で、公民館から地方事務所や自治会への働きかけがあって初めて実現できたことでもあります。

「住民との協働」とよく言われますが、住民と行政職員の熱意があれば成果はより大きなものになるという良い例ではないでしょうか。

No.9 のび太こと 早川 潤

私からあなたへ

二〇〇五年度 初体験

No. 141

丸山久美子

ま～ゆにお世話になって、野菜作りが出来るとは思いませんでした。四月十六日に区画分けがあり、丸山菜園が動き出しました。畑で野菜作りをするのが初めてなので楽しみも有りましたが、不安もありました。でも、かじやさんはじめ、仲間の皆さんにご指導を頂きながら、昨年はたくさんの収穫があり、うれしもあり、楽しくもありました。

ま～ゆ畑での植付けは、きゅうり・なす・大根等十数種類になり、たくさんの野菜が収穫でき、いつもより野菜料理が食卓に上りました。白菜は玉がまかず失敗に終わりました。

何もかもが初めてなのでとても大変でした。クワ柄もない私でしたのが、石井さんに譲っていただき、マイクワ柄が出来、耕しと畝作りが始まりました。畝作り一つにしてもむずかしく、クワ柄の使い方も教えていただきながら、時間を見つけては菜園に通いました。けっこうひとりごとを言いながら、草取りをしたり、太郎山をみたりと楽しみながら、汗をかきかきやっていました。

草には悩まされました。あんなに草がおおく生えてくるとは驚きました。私のところは人一倍スギナがおおかったように感じました。人参の種を蒔いたのですが、芽が出る前に、畝全体が緑になってしまったほどでした。スギナをきれいに取った後は、耕したようになり人参はあきらめていたのですが、小さな葉が見えてきたときはとてもうれしくなりました。

まさか自分で植えた人参が食べれるとは思ってもいませんでした。煮物用・味噌汁等に切って、冷凍保存をして食べました。

大変だったひとつに、きゅうりの棚つくりがあります。しっかり組んでいなかったので、台風のときに補強をして何とか倒れずにいましたが、支柱をしっかりしないといけないと思いました。一度はやってみたかった家庭菜園でしたので、今年は、昨年の失敗をしないように楽しみながら、色々な野菜に挑戦していきたいと思っております。かじやさんはじめ皆様よろしくご指導おねがいいたします。

秋和菜園のほかに、平井寺の竹の枝切り、竹酢作り等がありました。

ま～ゆの会計も監査していただきました。近年になく『はじめて』が多い年でした。私の生活の中でま～ゆで楽しませていただいております。

追　昨年七月の生ビールまつりの時、ま～ゆデビューしました孫の楓大（ふうた）ですが十二月に一才になり、一月に入ってからはしっかりと歩くようになり、いたずらをしております。

次回は、ニシチャンこと西澤修さんにお渡しします。

昨年始まった**秋和菜園プロジェクト**
参加した**にわか農婦さん＆にわか農夫さん**に
感想をお聞きしました

～楽農1年生～

何事もいいかげん（良い加減）で完璧を求めない楽農１年生の私にとってま～ゆ菜園はピッタリ。にゃんこ先生、ヒデさんから分けて貰ったズッキーニの種は、見事に芽を出し、何と、市場で売られているものからは想像できないほど大きく大きく育ち、さすがイタリ ア直輸入!!と感嘆しきり。

かじやさんに手取り、足取り（これはないか！）の親切な指導の下に植えたなす、 ピーマン、しし唐等は、予想をはるかに超えた収穫で、これまたうれしい悲鳴。

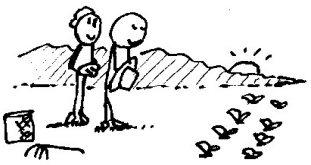
昨夏は、来る日も来る日も連日なす、ピーマン、しし唐が食卓に上った。正直、なす、ピーマン等から解放された秋には内心ほっとした。

自然の偉大さとま～ゆ人の温かさをどっさり味わえた年でした。

さあ、今年はどんな作物と出会えるか今から楽しみです。　（№1　安井啓子）

ま～ゆ畑つれづれ

まーゆ畑はいろいろな事考えさせてくれました。
文明の利器の最たる新幹線が時に早く、時にはゆっくり走り過ぎるのを眺めながら、ある時は昔を想いまた別の日には過ぎ去った過去を電車の音と共に思い出させるにはとてもよい処でした。



今年はどんな気持で畑を耕すのだろう。
……。　（№103　大野さとし）

「秋和の畑で、野菜を作る」…この話題が出たときはすぐ飛びつきました。
有機野菜を作ってみよう！」…本当の畑での野菜作り…畑で働く？働いていなかったかもね…でも農作物を作ることって本当に大変でした！自分のペースで動くのでなく、作物のことをいつも頭に入れ、相手に合わせて動くのですから…でも時には野菜 たちに無理をさせたこといっぱいありましたね…みかねた他の農夫（婦）さんが手を貸してくださって難を乗り越えましたが…本当に皆さんありがとうございました。

家族や友人を「なす」攻めしたり、皆さんから「ししとう」攻めをされたりしましたが、**旬の物をたっぷり**食べましたからこの冬も元気にしています。重ね重ね皆様ありがとうございました。

さて、「私の野菜作品」を見て思ったのは「店で売っているのは一体どうやってあんなに画一なものが出来るのだろうか？」ということです。私のはひとつとして同じものはありません。
「売り物」にはなりませんが**「食べ物」**には充分なり、我が家の食卓を今も賑わしてくれています。
「でこぼこしたジャガイモ」…ジャガイモってこんな形もあるんだぁ…と主張しています。「細々した大根」…夏大根の種だった…２人暮らしの沢庵にはとてもいい！その上柔らかくて美味しい！…皆様にもお勧めです。

自信作は「ニンジン」…ついこの間まで食べていましたが…ニンジンの味のするニンジンでした…今度も作るぞ！…国産の種でこれが良かったかも。

「藤さんの畑」の作品

なす・にんじん・じゃがいも・おくら・はつか大根・落花生・ヤーコン・モロヘイヤ・ししとう・だいこん・ターサイ・白うり・ねぎ・みずな・青じそ・アズマ菊…マリーゴールド・つるなしいんげん…・よく頑張りました。美味しかったです。

書きたいことはまだまだありますが、とにかく大変だったけれど楽しく、嬉しいことばかりでした。そしてその野菜を食べる度にまわりの人にいちいち自慢していた私でした。
また今年も宜しくお願いします。　（№75　藤倉佑子）

肥料を入れ耕してもらい、すぐにも野菜作りが出来る状態で畑を貸して貰えるなんてこんなうれしい事はない。

先ずは葱、じゃがいも。葱はすくすく大きくなって、こんな良いもの私の作った中では上等品。気を良くして種々蒔いたり植えたり。大根、人参、ピーナツ、さつま芋等々…。トマト２本、なんばん２本とか本当にままごとのような野菜作りで、畑に行くたび大きくなっているし、どんな形をしていようと無農薬。自分の作った「もの」は旨さ格別です。

ヤーコン２株植えました。これは植えただけ、手もかけず大きく成って掘るのにどうやって…？
と悩んでしまった。ある程度貯蔵もきくし、手を加えず食べられるし、栄養の点でも良いとか…グッド！

初めてのま～ゆ畑、わからない事は地主さんやお仲間に教えてもらい、お蔭さんで沢山とれて、うれしい菜園でした。欲を言えば冬野菜（ほうれん草等）も作りたいです。またお願いします。

（No.119　タマちゃん）

野菜作りのことは昔から親がやっていたので、何でも知っているつもりでいた。「ミーすけさん、これどうやって蒔くの？」と聞かれたとき、迷わず「普通に畝を掘って蒔くといいですよ」と答えたら「畝に盛り上げて、蒔くんだそうです」とアンジンさんに逆に教えられた。

それで野菜作りは何にも知らないことを思い知らされた。以後はかじやさんに何でも聞きながら作ることにした。

一番多く採れた野菜はピーマン。都々平と二日に一度の収穫でも、家にたまってたまって、困った。「今年は植える本数を減らそう。」「それから白菜を植えてみたい。」大きく丸まった姿を今から思い描いているのだがはたして…。

地豆も良く採れる。家のストーブの下において置くとカリカリになって省エネで地豆が食べられる。そのほかに何を作ろうか。今からとっても楽しみ。

（No.55　ミーすけ）

ねば土で野菜を作るのは初めてだったので、とても楽しく、色々育ててみました。
実ものは10種類くらい全て豊作!!採りきれないほどでしたが、葉ものは???今年の課題です。

土手の草刈やアブラ虫の駆除等いつも見守ってくださった かじやさん ありがとうございました。

（No.29　三井幸子）

“ま～ゆな人々”と知り合いたくてま～ゆ畑を申し込みましたが、家とも距離が上田の東の端と西の端、家の近くに畑を借りている都合もあり、1年間に何回も行けませんでした。草だらけにして大分ご近所の畑さんに迷惑をかけました。初めからあまり行けないことは想像していたので作るものはネギに限定したので、ま～ゆ市に出そうかしらと思うような長くて太いすごく立派なネギが出来ました。

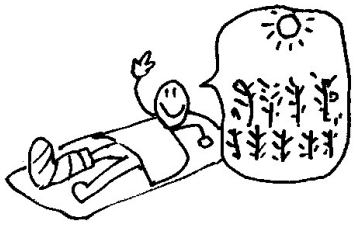
今年度はやはり皆様にご迷惑をかけますし、私も両方の畑の面倒を見るのはたいへんなので辞退しようと思います。

No.148　河野三枝子（ちゃ～こ）

ま～ゆに２００５年に入会させていただいたマナチャンです。

ま～ゆ秋和菜園にお仲間入りして本当に充実した楽しい１年でした。私は４０年間石ころだらけの我が家の空き地で情けない野菜ばかり作り、諦めかけていた時に前田さんにご紹介いただき菜園と出逢うことが叶いました。すばらしい土壌と小川も近くにあり１５坪の畠でもたくさんの収穫をさせていただき感動とよろこびの１年でした。

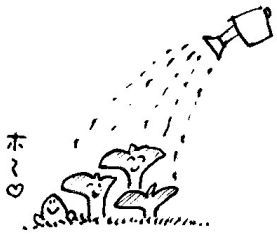
足の指を骨折して１週間位畠に行けなくなり皆様にご心配をおかけし、おばけの様に大きくなってしまった



きゅうり等我が家の玄関へ届けて下さった方々に感謝しお礼申し上げます。

反省と致しまして、どうも私は気早にやりすぎる事の様です。先輩の方々のご指導を仰ぎ、今年も無農薬の野菜作りに頑張りますのでよろしくお願い致します。乱文にてマナチャンでした。　（No.142　マナチャン）

夏野菜はよくおすそわけを頂くので、頂くことの少ないもので、頻繁に世話をしなくてもいいものと思って、枝豆とさつま芋と落花生にしぼって作りました。
畝を間違えたのでしょう、さつま芋の苗を植えた畝に落花生の芽が出てきた時には、かじやさんが移植して下さいました。
６月の雨のない時期の水やりは、いくらやっても焼け石に水。じょうろを両手に持って、何度往復したことでしょう。でも水　路から遠い畑の方はもっとご苦労でしたね。

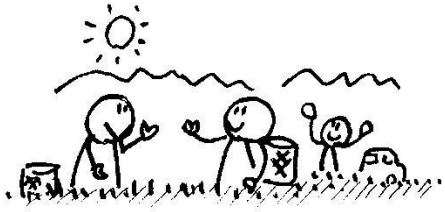


収穫はおかげさまでどれもみな大豊作でした。秋に植えたブロッコリは、時期が遅かったので生育が間に合わず残念でした。青虫を見つけるたびに、抜いたさつまいもの葉っぱのとこに放り投げていたのですが、こんなことなら存分に食べさせてやればよかったです。
また、カインズホームで白菜として売られていた苗は、なぜかキャベツになりました。苗はちゃんとした店で買うべきですね。
今年は別の畑も使えることになりましたが、秋和は枝豆がよくとれたので、面積を半分にして続けたいと思います。

（№130　ヒデさん　&　№136　にゃんこ先生）

ま～ゆ畑で元気な野菜が出来ました。いつも作っているネギ、ジャガイモの他にピーナッツやアマランサス、もらった豆を蒔いてみました。作り方を知らないアマランサスと豆（煮豆用？）が勢いよく、オバケのように大きくなりビックリ、近くの畑の皆さんにご迷惑をかけました。反対にジャガイモは失敗。遅い収穫でコブのような薯、「もっと早く掘らなきゃダメだ」とかじやさんに言われました。又アドバイスしてください。
風邪をひいて遅くなりましたが、アマランサスとネギの収穫、畑の始末など夫に手伝ってもらい終えることができました。
夏の朝夕の気持ちよさ、ま～ゆ畑で声をかけ合いいい汗流し…、今年は何を作ろうか？

（№155　黒柳 由紀子）



“たべられるだけ”
春の日、１輪車で堆肥を運び、皆でマルチ張り、苗の植付けまでお
お張り切りの私でした。

きゅうりが、ナスが、ピーマンがどっさり、青しそを大量に使った野菜料理のオンパレード。
都会で暮らす妹達は炎天下、流れる汗をものともせず持てるだけ持って行きました。
でも半分しか使わなかった残りは退治しきれないほどの草、草、草。
おまけに日照りでカチカチに、それでもと蒔いた夏大根、子かぶは食、不可。残念”今は立派に育ったネギを美味しく頂いてます。
今年は欲ばらないぞ”

（№81　ハコさん）

子供の頃、親が畑で野菜を作っていてもあまり関心がなく、当たり前のように食べていました。
ま～ゆ菜園で皆様にお世話になり、教えていただきながら、日々生長する野菜と、収穫する喜びに目覚めました。菜園では自分の畑の野菜はなぜ成長が遅いのかと、政庁具合も比較できて、そこでま～ゆの交流が始まります。又取れたての新鮮野菜を頂いたり、あげたり、本当に楽しみになりました。

一番困ったことは、シシトウが採っても採っても毎日大きくなり収穫過剰で今年は１本か２本にしようかと思います。サツマイモは蔓が畑の３分の１ぐらい伸びてさぞかしたくさん芋が取れると思いましたら、５～６個しかついていませんでした。場所ばかりとるので今年は止めます。ナスは芥子漬け、大根は糖漬、ネギは大変重宝しています。奈良漬ができました。
今年もま～ゆ菜園でよい収穫ができますよう頑張るゾ！
かじやさん、ま～ゆの皆様、色々と教えてください。今年もよろしくお願い致します。

（№25　西澤公子）

ま～ゆな人

平澤 洋介 さん　No.23・・通称 ひらりん

- ・1979年 上田市常田に生まれる
- ・26歳
- ・血液型 A型 羊年
- ・タバコはすわない
- ・お酒　あれば呑む～積極的には呑まない。

今まで＜ひらりんさん＞は、ま～ゆの表舞台に登場してこなかった。150 人のま～ゆの会員名簿の管理／ま～ゆのホームページの管理／をして頂いている。ま～ゆの会員の半分くらいはMLの交信者である。いわばま~ゆの中の・・パソコンの申し子・・？・・パソコンドクターかな？有難い存在には違いない。

本職もパソコン屋さん。。。イージーコンプ。。。という会社に在籍、19 歳の時から現在もずっとパソコンの仕事一筋である。パソコンの事については、とにかく詳しい。みなさん試しに何か質問してみてください。、ポン～ポンと答えがかえってきますよ～。そもそものパソコンとの出会いは 1995 年に下之郷の情報センターができ、Windows95 からはじめた。それが高校１年の時・・パソコンが 40 万～50 万円は、当たり前の時代であったため、もちろん手が出ない。しかし、もともと機械が好きなのでこれ幸いと、友達と情報センターへ足を運び、パソコンと慣れ親しんだ。
パソコンの今後については、４～５年前はパソコンに家電を取り込んでいたが、これからは、趣味から事務的なものに代わっていくのでは。。。ディスクからノートへの移行もありうるのでは・・・・・

☆ ま～ゆへの関わりは
・ま～ゆのたちあげの時から参加している。
☆ 意外にも地域活動が多い。
：上田市消防団第一分団（ラッパ隊）
：信州上田夏季大学（元祖は小ずくネット）
：上田こどもまつり実行委員に属し、子供達とのイベントに参加している。目的には、後継者を育てるという意味もあり、35 回開催してきて、ようやく最近目指す後継者が育ち始めた～。“これからの上田地域の発達に期待できそう。。。。

☆ 趣味はドライブ。。。遠い所では、松島、西は今治､休みが 2 日位しかとれないのでその間に廻ってくるとか。。。

☆ 合唱が得意。。。。他には、アレやってコレやって と頼まれ事も好きだとか～～～

☆ こだわりは。。。東小学校で地理クラブであったためか上田市の、“歴史的地名と住居表示を考える会„にも参加。住居表示の「〇丁目」は、本来は漢数字を使うように決められている。漢字で「一丁目」「二丁目」というように・・１丁目　２丁目ではない・・そんなこだわりをもっている。

☆ 特技は。。。秋和の信号から、大屋の先まで、信号の下の看板を、全部暗記している。～～お仕事暇そうでもないのに、良く覚えていますよ！！「営業で車を走らせている間に自然に覚えた」と言っていますが、なかなか・・・である。

☆ ま～ゆにたいしては
：拠点ができたことは良いことだと思う。“寿限無”ができて、自由に出入りが出来、ここから発信すれば、こんなにいいことはない。
：今あるプロジェクトの中身がみえるといい。
：年代が違うのは、抵抗がない。異年齢と異業種はボランティアの原点である。

☆ 行ってみたいところ～
~沖縄・・・飛行機に乗ってみたい。
☆ 住みたいところ～
~スリランカ。
☆ 最近腹が立ったこと～
~社会保険庁。（年金が～）？？？？

最後に、今までのパソコンのトラブルで主張して行き、一番早く決着がついた事項は、「コードがはいっていないもの」「フロッピーが入りっぱなし」でした。みなさんも気をつけましょうね。

～～～~忙しい中、インタビューに快く答えていただき有難うございました。
これからもま～ゆの発展の為に、若い力を、知恵を　　よろしくね～～～～～　　コボル 記

ニックネームの い・わ・れ

ま～ゆ会員にはユニークだったり、難解なニックネームをつけた人がたくさんいらっしゃいます。その「なーに？」を

今回は 会員番号58番のチーカマさんこと宮島智津子さんにお聞きしました。口の悪い輩は「孫の手さんのつまみってことだろう」なんておっしゃっていますが…。

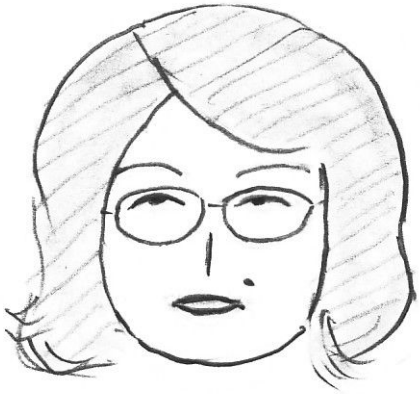
たしか智津子さんが小学校六年の頃、**チーズかまぼこ**のコマーシャルがテレビ画面にながれていました。語呂が合うために男の子たちに、廊下ですれ違うとき「チーカマだ、チーカマだ」とはやし立てられて、それでついた仇名だそうです。本人も結構気に入って、それからずっとチーカマさんできました。

今、チーカマさんには三人の子供さんがいます。

一番上は君子ちゃん。中学三年生で、もうすぐ高校受験です。卒業式で歌う曲の伴奏者に名乗りを上げています。三人弾きたい人がいる中で、負けたくないとがんばっています。

二番目は敦子ちゃん。中学一年生です。バスケット部に入っています。身長は160㎝を超えています。伸び盛りのせいか足の痛みに悩まされていて走る時が痛いのだそうです。ピアノも習っていて、「元気よく弾く」とお母さんの弁。

三番目は幸太郎君。小学校三年生。彼の得意はなんと言ってもマラソンです。今年の坂城の元旦マラソンに出場して、小学生の部で優勝しました。「お父さんが力入れちゃっているのよ」と言っていました。それから歴史に関心が深く、そう、地理は前々から興味がありました。都道府県庁の所在地なんて簡単簡単。人口の多い少ないも勉強中です。ただね、算数はあまり興味がなくて、お母さんの頭の痛いところだそうです。



「家の前にセブンイレブンがあるので「子供さんは行きますか」とお聞きすると「ほとんど行きません」とのこと。やはり親の姿勢を見ているんだなと思いました

チーカマさんは一昨年病気をして全快したのですが、まだ体に無理をかけられないので、困ってしまうことがあると言います。「一日仕事をしてまだ残業もやると、疲れてしまってね。」病気を教訓に、「寝る前の三～四時間前に食事は済ませたい」と思うがなかなか出来ない日もある。

「土、日は休みだけど、土曜出勤もたまにある」。「部屋が散らかってくるとイライラするし」、時間がほしいと切に思う。そんな時ちょっとした時間、ピアノを弾きます。「エリーゼのために」は気持ちを癒してくれる一曲だそうです。気分転換に本も読みたいけど目が疲れるし、夜に卓球に行きたいけど、次の日疲れると困るから行かれない。チーカマさん今が一番大変なときですね。がんばって。

「チーカマさんの家に時々ホームステイする外人さんがいるんだけど、どんなきっかけからですか？」とお聞きすると「以前予備校で事務の仕事をしていたときがあって、そこが関わった事業に海外からショウをしながら地域(県外は名古屋・東京など,県内なら小諸・丸子)を回る一団があって、その人たちを泊めたのが始めなの。」それからその予備校が語学留学生を採るようになり、都合がよければチーカマさんの家でホームステイを受け入れているのだそうです。今までにイタリアの人が三ヶ月。次もイタリア人、スペイン、メキシコ。この四月からはスイスの女性が滞在するそうです。「言葉は分かるの」と聞くと「日本語の勉強に来るんだから少しは分かるのよ」と言われ、なるほどごもっとも。でもやはり私にはできそうもありません。いともたやすく答えるチーカマさんはすごい。「一ヶ月もいると、牛乳やパンなど買い物もしてもらえるのよ。」「料理や、後片付けもしてもらうし、茶碗も洗いぱなしでなく、拭いて戸棚にしまうまでやってもらうの。家族と同じように接すればいいのよ。」とおっしゃいました。家族同様の付き合いが出来る宮島家の生活は、彼らにはきっと生きた日本語が学べる最高の場所だと思えました。世界中のあちらこちらに知り合いが出来て、いつか訪ねてみたいというのが宮島家の夢です。

バスツアーの時、自己紹介で「捨てたいもの」という項目に、チーカマさんは、「倉庫の中の物」と書きました。自宅より大きい倉庫です。「どんな物が入っているのですか」と聞くと、「大きなものでは自動車が2台(プレートが長野8と古い)、重機、木材に、まだまだその他いっぱい」。孫の手さんにとっては宝の山なんでしょうね。

子育て真っ最中で時間がほしい、でも家族をしっかりつかんでたくましいチーカマさんです。

ミーすけ 記

あなたもわたしも　スペシャリスト　これが私の自己表現

「書くことが生きること」を目ざして

136番　ニャンコ先生

私は子供の頃から本を読むのが大好きです。また、日本語をいじり回して文章を書くという、苦しく楽しいことも大好きです。

思えば小学生の時、アイヌに関する本を読み、そこに出てくるアイヌ語を単語帳に書いて覚えた頃から、言葉というものに興味と執着をもっていました。

大学ではイタリア語を専攻しました。就職にあたって、出来ればイタリア語を使える仕事、無理なら日本語をいじくり回せる仕事につきたいと思い、出版社や新聞社もターゲットにしました。（幸い、それらの試験前に、イタリア専門の超零細輸入商社にうまいこともぐりこめましたが。）

話はそれますが、外国語習得の際にも、日本語に神経を尖らせていることがとても大事です。たとえば、意味の似た単語が複数あった時に、どれを使うのが今の自分の気持により近いのか、よく考えて話したり書いたりするということです。母国語を粗末にしたら、外国語の上達はのぞめません。

前号の会報にも書きましたが、私は上田社会教育大学の文学科を修了後、現在は文学科ゼミナール（歴史学科を修了すると歴史研究科に進めます）に在籍しています。

講師、平野勝重先生の講義の魅力は、文学作品の読みの深さと鋭さはもちろん、わかりやすくユーモアを交えながら作品を解きほぐしてくれる点でしょう。先生の講義をあと何年聴けるかわかりませんが、一回たりとも聴き逃したくない、というのが私の気持です。

更に、受講生の書いたエッセイなどを講評する際に、平野先生はいいところを必ず見つけて力一杯に褒めてくれます。しかもそれが全然いやみに聞こえないので、「えー、そんなに褒められるほどじゃないはずだけれど、えへへ、そうかなあ、嬉しいなあ」と、受講生は皆いい気分になって、もっと高い樹にものぼれるようになるのです。これがどれほど励みになるかしれません。褒め上手は、平野先生の卓越した才能のひとつだと思います。

さて、上田社会教育大学では、現在、受講生を募集中です。

文学科　講師　平野勝重先生　毎月第二金曜午前
歴史学科　講師　尾崎行也先生　毎月第二土曜午前
上田地域学科　主任講師　尾崎行也先生　（月替わりで様々な分野の講師が登場します。）　毎月第三土曜午前

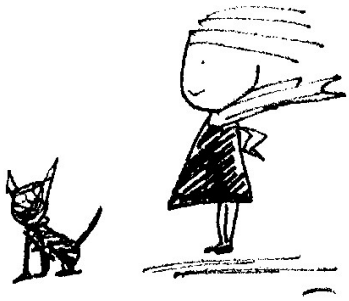
＊講義時間はいずれも午前一〇時～一二時です。

場所　上田市立図書館ほか
受講料　月額一五〇〇円
開講　平成一八年五月（平成二〇年四月修了）

この大学は、ただ行って座って話を聴いて帰ってくればいいというのではなく、「学び方を学ぶ」がモットーですので、調べることも書くこともします。意欲のある方をお待ちしています。

締め切りは四月一〇日です。お申し込み・ご質問はにゃんこ先生こと竹内紀子までお願いします。募集のチラシもあります。

応募資格が女性限定なので、男性会員の方々にはお気の毒ですが、奥様やお母様、娘さん、恋人や女友達などなど、周りの女性にもっと輝いてもらえるチャンスです！薦めてみて下さい。



地域通貨「ま～ゆ」に入ったきっかけ

自 己 紹 介

・名前　古河原 正俊（こがはら まさとし）
・出身地　長野県上伊那郡宮田村
・現在住んでいるところ　上田市新田（安井先生のご近所）

☆「ま～ゆ」に入ったきっかけ

もともとは､1 年の時に安井先生のコミュニティ体験で須川の棚田で米作りを行った時に、じゃがいもパーティにご一緒させてもらい、地域通貨「ま~ゆ」の存在を知った。

2 年になり、古田先生の入門ゼミで地域通貨を勉強し、下之郷で使うことを考えている時に「ま～ゆ」の前田さんに「考えるより、実際にやってみるといいよ。」とアドバイスを頂き、ま~ゆに参加を決めました。

☆今後どういう事をしたいか

自分は、体を動かしたりすることが好きなので、何か力仕事があったら声を掛けて欲しいですね。特に最近運動不足気味なので…。畑仕事でも何でもします。

☆自分が今目指していること（夢）

上にも述べたように、最近運動不足なのでそろそろ走ろうかなぁと考えています。大学に来てから 15 キロは軽く太りました。走るにはまだまだ体力も不足しているので、歩くことから始めないとまずいかもしれません。

また、高校の頃のように元気に走りたいものです。ちなみに、高校時代は全日制で県大会、通信制で全国大会の準決勝に進出していました。800m、1500mが主に専門でしたが、8 種目もやってました。

☆自分の得意分野（できること）

自分は高校の頃から単車で高校に通っていたので、通う過程で自然に単車の整備に興味を持つようになりました。（周りにも好きな人が集まってきました。）単車は簡単な日常整備（オイル交換・プラグ交換・バッテリー交換他）もろもろの作業ができます。

現在は単車といっても原付にしか乗っていないので、大きなバイクにも乗りたいと思ったりしますが、車があるので我慢してます…。（ちなみに大型二輪免許持ってます。）

もちろん車の整備も出来ます。オイル交換やプラグ交換、簡単なパーツの交換なども出来ます。整備の際に壊さないことが取り柄です。整備のコツは「無理そうなら止める。」これに尽きます。

☆自分がして欲しい事

自炊もしていますが、学生なので食生活が不規則になりがちなのが辛いです。なので、ご飯なんかご馳走して頂けると大変助かります。お礼はもちろんま～ゆで。またはお手伝い（庭の草取り、オイル交換、タイヤ組み換え）も可能です。

☆会員のみんなへ一言

結構変わり者です（人の興味を持たないものに興味を持つなど）が、基本的に礼節をわきまえているつもりです。興味を持った事には納得のいくまでのめり込むところがあります。（小さい頃、テレビや本を読んでいる時に声を掛けられても聞こえないくらい集中してました。）

最近は、車で走ることにハマってます。車体に自分で手を入れることが楽しくて仕方がないといった感じで、ちょくちょくいじってます。不正改造じゃないですよ!！燃費を良くしたり、加速を良くしたりすることが楽しくてタイヤを交換したりしてました。

経年劣化とヘタリによって乗り換え、廃車になりましたが、今後は新しい車で走っていきたいと思ってます。

新入りご挨拶

昨年一月からの新入りです。新しい年がスタートして、本当の繭玉作りもとどこおりなく終わりました。和気藹々の仲のお汁粉パーテーも、あっという間にお開きになってしまいました。

いろいろのサークルの活躍、全部参加してみたいのは山々ですが、自分の年と相談して、お仲間の足手まといにならない様について行きます。

また、「ま〜ゆ」ではニックネームが行き交っていますね。常会のま〜ゆ市は勿論、都合をつけて他のイベントにもできる限り出席して、知名度をつけますので、私にもニックネームを付けてください。来年度はその名前で呼ばれたいです。よろしくお願いします。

No.172 市川敏子

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

地域通貨って何？

No.111 下村シズ子

私は丸子町住民、昭和一けた生まれです、ま〜ゆの会では最年長でしょうか。

その私がなぜこの会に迷い込んだのでしょう。私にもよく解らないのです。何年か前、町の商工会主催で地域通貨についてま〜ゆの安井代表にお出で頂き、説明会があった折に参加し大変関心を持ちました。その後、飯山で県のボランティアー研修会があり〔地域通貨について〕の分科会に出席して、松本大学の白戸先生のお話をお聞きしました。少し解りかけたがその後も機会があると学習会にも出席してみましたが、白戸先生に「学習より実行したら」と言われました。

家庭の事情と、丸子の町には同じ考えの人にめぐり合えず、そんな時、安井代表からお声があり、ま〜ゆの会員になりました。ほとんど参加できない会費会員で過ごしてきたのです。昨年から「トキちゃん」という方が、知らない私にま〜ゆの会合のたびにお誘いのお電話をくださったので、新年会に思い切って参加しました。前田さんのお宅でテーブルを囲んで、それぞれ自慢のごちそうを持参しての会食会でした。ほとんど見知らぬひとでしたが、とてもおいしく楽しいひとときでした。又前田さんと環境についてお話が少しですが出来 嬉しくなりました。

帰宅してから思いました。地域通貨とはむずかしく考えることではなく「トキちゃん」の車にのせてもらい皆さんとお知り合いになり、お仲間に加えていただけば良く、先ず自分が楽しみ、それから私も皆さんになにか出来ることでお役に立てれば、と性急でなくスローでと考えています。

今社会で問題になっているライブドア事件、耐震強度の偽装、東横イン不正改造などは、金が全てであって何かの役に立つということはゼロと思います。悲しい世の中になってしまいました。

ま〜ゆに参加してお金でなく、人と人のふれあいに心が温まりました。私の出来ることは洋裁ですので、洋服の丈直しぐらいですが、ご希望の方はどうぞお知らせ下さい。これからもどうぞよろしくお願いします。

「牛に引かれて」ではなく「トキちゃん」に引かれて ま〜ゆへの下村シズ子 です。

5 周年記念誌プロジェクト スタート

２月 17 日、９人の有志(2 回目の会議には３名が加わりました)が集まって記念誌プロジェクトを立ち上げました。

「そもそもま～ゆに目的があったのか?」に始まって、十人十色の意見が出るは出るはで、熱のこもった論議が展開されました。

２回目の会議で、ようやく「5 年の歴史を踏まえてま～ゆが個人にどのような影響を与えたのか? 地域通貨の知識と認識が当初とどう変化したか?」を柱にして、「ま～ゆならばこその地域通貨スタイルを社会に発信したい」にほぼ集約され、「自分が読んでみたいような本」を目指すことになりました。

毎月 2 回のペースで話し合いを重ね、11 月の総会に発行することが決まったほかは「まだこれから」です。この本のテーマ･タイトルも決まっていません。ご意見がありましたらお寄せください。

いつになく厳しくて長く感じられた冬でしたが、3 月に入ると「やっぱり春だなぁ」と明るい気分になるものですね。

ま～ゆの活動は“麦踏み„を皮切りに、“味噌作り„“菜園„と次々にプロジェクトが始まります。そして 5 周年記念事業の一環として、記念誌刊行に向けて企画会議が開かれ、大きな夢を膨らませてスターとしました。これまで 28 冊の会報には実に多くの会員が登場してきました。いろいろなイベントでたくさんの会員が得意技を披露してきました。そしてそれをより以上に発展する“ま～ゆ寺子屋„が 4 月から開校することになっています。

また、ま～ゆの活動についてのご意見、会報への感想等を遠慮なく出し合って、“楽しいま～ゆ„に留まらない“日々進化するま～ゆ„を目指していきましょう。

編集委員として大活躍のトキちゃんがめでたく社会人になりました。会報が彼の力によって進化した事実に感謝したいと思います。これからも無理せずに編集に関わってほしいと願っています。　都々平

街の友軽ス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

吉 崎 酒 店　No.126吉崎
●輸入元より直接仕入の厳選されたワイン
●和・洋酒各種・又健康に良いものいろいろ
●全商品5%まで「ま～ゆ」をお使い下さい
上田市中央3-7-7
TEL22-0300/Fax22-4525

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

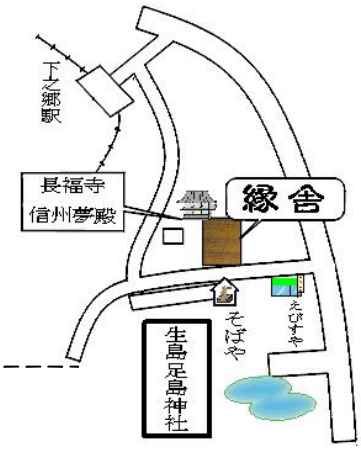
代 表　安 井 啓 子
ま～ゆ 連絡先　前 田 光 俊
〒386-0041 上田市 秋和 503-6
TEL 27-1230
ホームページ　(検索エンジンで地域通貨 ま～ゆ を開いてください)

✿ **4** 月 **9** 日(日)午前 **11** 時から
８０畳の大広間で
「草餅をつくよ」。会費 200 円です。
光風雨森(こうふううりん)ハウスまでの道は桜並木、
お花見できればいいね。
※　道案内は13ページにあります。

5 月 10 日(水) のま～ゆ市

(会場は 縁 舎 です)

“ま～ゆに思うこと„をテーマにワークショップで話し合いを行います。思いのたけを出し合いましょう。



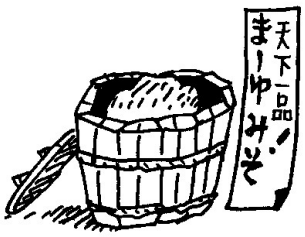
太郎山に登ろう

まず、初心者向けの軽いコースで。
５月連休明け頃を予定。

3 月 31 日～4 月 3 日

味噌作り

自前の豆とみんなの汗で
安全・美味な手前味噌



予告

ミステリーツアー

今度は新緑森林浴になるかも?
詳しいことはこれからじっくり
検討して発表します
ご期待ください

ま～ゆ寺子屋　はじまるよ

　ま～ゆには実にさまざまな知識や特技を持つ会員がおられます。これまでもま～ゆ学習講座として数回開きましたが、その名も“ま～ゆ寺子屋„に変えての再スタートです。
　第１回目の授業は

- ✿ 4 月 21 日(金) 夜 7 時から中央公民館で
- ✿ 講師はNo.100 アンジンこと安井幸次さん
- ✿ 演題は
  〔合併後の新上田市のこれから〕です