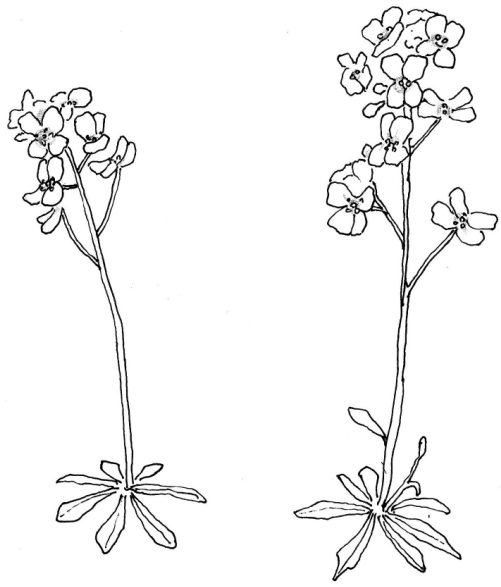
上田地域もの・こと交換制度
蚕都くらぶ

ま～ゆ

蚕都くらぶ・ま～ゆ会報 No.59 2011年5月10日発行



モイワナズナ

北海道 藻岩山一帯と上田市にしか無い貴重な植物です。それが上野さん宅にあるのは、20年も前に筑波大の林一六先生が、実生苗を種子から芽生えさせて下さった2株のひとつから増えたのです。

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。

文字どおり 花より団子のま～ゆ市でした

4月10日

今年のお花見ま～ゆ市は、お目当てのさくらの開花も足踏み状態。

それに小さいお子さんには外で長時間は少し寒いかも…。また、福島原発からの放射性物質が風に乗って飛んでくるかも･･･。ということで、大事をとって中央公民館で開きました。児童公園で待っていてくださった方本当に申し訳ありませんでした。

ま～ゆ市チームのリーダーふかちゃんをはじめ、きみちゃんの司会進行（新鮮でよかったという声あり）とおだんご係のくりちゃんが ばっちし用意してくれ、よちよち歩きのお子さんたちから大人までが部屋いっぱいに集いとっても賑やか。

また、東日本大震災チャリティーま～ゆ市にはテーブルに並びきらないくらいいろんなものが集まって、これもすごく賑やか。今回のま～ゆ市の売り上げはみんな支援金にしていただき、約２万数千円集まったようです。みなさんの何か協力したいという気持ちが現れたま～ゆ市となりました。本当にありがとうございました。

また、わざわざ名古屋から参加してくださったヒゲジイと夢子さんは、被災地の子どもたち用にと、ぬいぐるみや絵本、バッグなどいっぱい運んできてくださって、これまた嬉しい限りです。ありがとうございました。

こうしてみんなができることを出し合いつながり合って、少しでも誰かのお役に立てたら嬉しいですね。

司会と進行役のご両人

多分、被災地の支援は長引きそうです。 これからも息長くできることを積み重ねて関わっていけたらいいなと思っています。またご協力をよろしくお願いします。

ケイちゃん

荒井ハリ治療室 №194 まめちゃん(荒井)

●まめちゃんの健康相談室
体の構造とルールに照らし合わせて、あなたの体のことを考えてみましょう。
●相談には500ま～ゆをお使いください。
●治療にはま～ゆを25%使えます。
●予約は電話で。

上田市踏入 2－15－10
TEL0268-24-5627

☺ま～ゆ味噌づくり☺

No.224 あかねちゃん

お味噌作りは5回目、ま～ゆでの味噌作りは3回目になりました。

今回は子ども4人（あれ？倍になりました^^）と参戦。

ちょいと所用で遅れてしまい、もう来たときには糀、塩、大豆が混ぜされておりました。失礼しました。

4年生になるさくらは味噌玉もお手の物でキレイにやっております。あぁその横のチビ助三人組みはもう泥だんご作りの領域です。小さい、力はいってない…ので私が集めて空気抜きなおし味噌玉にします。今回のチームはこれをやることたしか3回、いつもより一回分少なかった気がします。何回やるかもチームによって違って そこがおもしろいま～ゆ。

泥だんごチームにも温かく付き合っていただき改めて感謝のま～ゆ味噌作りでした。

甕（かめ）を大、小用意してたのですが小さいほうを大豆を提供してくれた峯村さんに贈呈いたしました。

子どもたちの手も加わり美味しい味噌に成長してくれることを楽しみにしています。

ありがとうございました。

秋和菜園にお仲間入り

No. 287 ジンズー

昨日までの暖かさとは一変、今朝のなんて寒い事。でも雨でなくて良かった。

４月３日ついに秋和菜園デビュー。未だかって農作業をした事の無い私、身なりだけはそれらしくと、日よけのついた帽子、長靴、ゴム手袋に鍬、我が夫は農作業用の服まで買って･･･、さあ秋和へ。８時３０分集合だからまだ早すぎるのではと思ったが、目的の畑には既に数名の姿、早速皆さんに仲間入り。とは言っても何をすればよいのやら、ミーすけさんにお聞きする。米糠（ぬか）、カキガラ、サラサ（？）、堆肥を畑に蒔き、それを鍬で広げるとの事、これで　肥料は足りるそうだ。風が強く、あらあら蒔いた糠がよそ様の畑へ。何事も経験、一輪車に積んだ堆肥を畑に運ぶ。初めはへっぴり腰だったが、まあ慣れればなんて事は無い（ホント？）。

鍬を持参というので、皆一斉に土を耕すのかと思っていたがあとは耕運機で完了。翌日は足腰が痛くなるぞと心の準備をして出かけたが、以外に楽で早く終わる。区画割りをし、我が家は一区画をいただいた。さて何を植えよう。

今年の野菜は自給自足で、なーんて考えるだけでも楽しくなる。

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

別所温泉あいそめの湯芝生広場で開かれた東日本大震災のチャリティーフリーマーケットは、思いの詰まったたくさんの出店があり、若い人たちがいっぱい、いっぱいあふれていました。

あきちゃんたちのママサブの元気なアフリカンダンス、もぐさん、良太君のライブ、じょうじくんの太鼓などもあり、賑やかで心に響く音たちにみんなが楽しみながら参加していて気持ちよかったです。

ま～ゆのお店は、ミーすけさん、にゃんこ先生、かっこうさん、きみちゃん、じゅんちゃん、ヒデさん、ごんべえさんが売り子に来てくれ、また、いろんな人が買物に来てくれました。

たくさんの品物を提供してくださったみなさん本当にありがとうございました。売り上げは、3万円ほどありました。

その半分をチャリーティー本部に寄付し、残りはまた支援物資を送るのに使わせていただきます。

これを企画準備してくださったあきちゃんたち若いママ、パパ、お疲れ様でした。そしてありがとうございました。

みなさんの元気に触れ、私も勇気をもらいました。　　ケイちゃん

No.263 あきちゃんです。

ま～ゆのみなさん、そして出店してくださったみなさん、イベントに足を運んできてくれたみなさん、本当に本当にありがとうございました！

昨日は天気にも恵まれ、風もなく、ステキな一日になりました。これもみなさんのお陰です。

今回の主旨は、被災地への義援金を募ることでしたが、なによりもみなさんと触れ合い、つながること、話すこと、笑うことができたこと、とっても嬉しく思っています。一人ひとりの想いが集まって、こうして大きな力となって被災地へ向けられることができて、本当にみなさんに感謝しています。

すごくよかった！続けていこう！というお話を何人もの方にいただきました。うぅ、涙がでるくらい嬉しかったです。。。この思いが消えないうちに、また企画したいと思っていますので（あっ言っちゃった！）その時はまた是非ご協力をお願いしたいと思っています。今回は市を通して会場を無料で借りたため、義援金は市へ託すことになりましたが、また違う形で被災地への支援ができればなぁと思っています。復興にはきっと時間がかかります。微力ですが、支援を続けていけたらと思います。

ド素人なので、不備が多々あったかと思います。朝からどたばたしてしまい、お手伝いいただいた方々本当にありがとうございました！また何か改善点やご意見などありましたら教えてください。本当にありがとうございました。

早速ですが、実行委員中村、工藤で今日の午前中に義援金を数えました。想像をはるかに超えた金額が集まりました！

●フリマ売り上げからの義援金――	263,105円
●お気持ち箱――――――――――	28,644円
◎合計――――――――――――	291,749円

すごい！信じられない！ただただ驚きました･･･
本当に本当にありがとうございました（涙）
明日の夕方、市長にしっかり渡してきます。

（4月18日 記）

持続可能な地域づくり リレー講座　part２

～これからの持続可能な暮らしを地域でデザインするために～（仮称）

❖ 日 時：６月11日（土）午後１時30分～

❖ 会 場：市民プラザ・ゆう

❖ 講 師：吉田俊郎（しゅんろう）さん

ナチュラリスト, NPO 法人トランジション･ジャパン立ち上げメンバー

地域の力で、持続可能なまちへ移行する「トランジション･タウン」を日本に紹介。

❖ 参加費：無料　　会員以外の参加も OK

「平成２３年度地域発元気づくり支援金事業」

農的な暮らしをするために葉山に移住し、トランジション・葉山で不耕起栽培の米と自然農法の野菜作りをしながら低エネルギーで底力がある循環型のまちづくりを目指して実践されている吉田俊郎さんを講師にお招きし、活動に至る背景やトランジションが目指すところなどについて語っていただきます。

トランジション・タウン（Transition　推移、移行・Town　地域）とは、

～地域の力で、持続可能なまちへ移行する～

2005 年にイギリス南部の小さな町で起きた、化石燃料に依存した地域を、住民自らの創意と工夫、団体、企業、行政等との協働でコミュニティーの力や地域の資源を活用して、暮らしやすい、持続可能で、元気な“脱石油型社会„に移行させる草の根運動です。

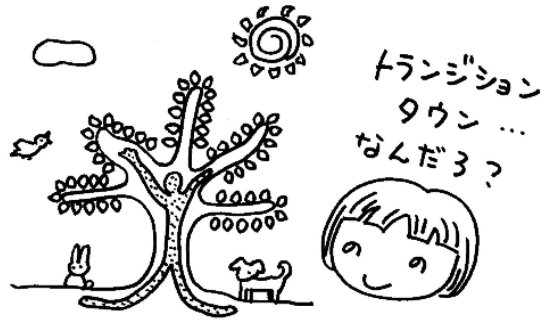
この運動は、始めた人たちが、自らの経験や事例を積極的にウエブサイトで公開し、 世界各地でセミナーを開催したこともあり、3年足らずで、イギリス全土、欧州各国、オセアニア、さらに日本にも広がり、世界中で 300 を超える団体が生まれ、トランジション・ネットワークでつながっています。

日本では、2004 年に神奈川のパーマカルチャー塾実習コースを通じて知り合った仲間たちが、2008 年春、イギリスで開催された会議に参加し、創始者の話に深い感銘を受け、日本でもトランジション・タウンの活動を広げていくために、NPO法人トランジション・ジャパンを設立しました。

NPO法人トランジション・ジャパンでは、日本各地のトランジション活動のネットワークや設立の支援、情報交換、全国ミーティングなどの開催をサポートしています。2011 年1月現在、「トランジション藤野」、「トランジション都留」「トランジション小金井」等18団体が　全国で活動しています。

これらを中心的に推進しているのが、今回リレー講座の講師に予定しているトランジション・葉山の吉田俊郎氏や先進地視察を予定しているトランジション藤野の榎本英剛氏で、日本へトランジション・タウン運動を紹介した方でもあります。

「トランジション藤野」は神奈川県相模原市藤野地域で、保存食の会、医療と健康の会、地域通貨「よろず屋」の運営などの活動を行い、毎月「お茶会」を開いたり、会報の 発行をしています。



特に「里山長屋暮らし」では、セルフビルドによるエコ建築と、複数家族でシェアする暮らしづくりにも取り組んで、全国から注目を集めています。

「トランジション葉山」は神奈川県葉山町で、「結ぶ、紡ぐ、繋げる」をキーワードに、　上映会、生ごみ処理ボックスづくり、自然農、地産地消、先達から学ぶ会等の活動をし、地域通貨“なみなみ„の運営も始まっています。

ま～ゆな人

みさおさんこと　No.129 竹内みさおさん

満州に渡る

みさおさんが生まれたのは仙台です。お父さんは結婚して社会に出ていましたが、もう一度勉強がしたいと東北大学に入学したからです。青木の実家から支援を受けて卒業し、東京で中学の教師になりました。

昭和13年 みさおさんが小学校6年のとき、満州に渡りました。新京(今の長春)です。お父さんは一足早く満州に来ていました。「国策で工業大学を作るため行くようになった」と、みさおさんは話されました。新京は日本人が多く、奥地に入った開拓団の人たちとは違い、中国語など使わなくても生活には困らない、恵まれた生活だったそうです。

満州より引き上げる

開拓団の人たちは、「入植するとき、現地の人たちから安く土地を買い奪ったようになったので、現地の人たちから恨みを買ったんだよ」と教えてくださいました。宮尾登美子の「朱夏」を読むと、召使に水を汲ませ お風呂に入ったら、とても恨まれたと、書いてあったそうです。日本では当たり前のお風呂ですが、現地では水が貴重なので、ぜい沢なことだったのですね。

敗戦になり ソ連軍が進軍し、政府の役人は逃げてしまい、兵は南の方へ移ってしまった。みさおさん一家は何処へも逃げないで暮らしていたのがよかったのです。8月に召集されたお父さんが終戦になり9月に帰ってきました。お金を皆で出し合って列車を仕立てたのだそうです。終戦1年目の8月15日に、青木へ引き上げることができました。引き上げるときのスタイルは、リュックを背負い、やかんをくびからかけ前のリュックサックにくくりつけていました。生水は飲むことが出来ません。中国人が機関車の吐き出す蒸気の水をやかんに受けて売るのを買う人もいました。大変だった、苦しかったなどと愚痴らず、淡々と話してくださいました。

友の会で

みさおさんが20歳の時、羽仁もと子さんが主宰した「友の会」に入りました。東京に住んでいた頃お母さんが入っていて、女学校を卒業したら入りたいと思っていました。この会は「婦人之友」という雑誌を読んでいる人の集まりで、思想しつつ、生活しつつ、祈りつつ、がモット―。衣、食、住についての生活勉強をしていて、今日まで続いているそうです。

一昨年、この会の80周年の記念事業で映画「嗚呼満蒙開拓団」を上映しましたが、この映画はみさおさんにとってどうしても上映したい映画だったのですね。たくさんの人が見に来てくれて、よかったと話されました。

みさおさんの趣味

コーラスは昭和35年から続け、絵は昭和44年ヒデさんが中学3年の頃、また切り絵は今年で18年になるそうです。上田中央公民館の創造祭に毎年出品されています。

ま～ゆに入る

ま～ゆに入ったきっかけは、上田夏期大学に参加した時、高村さんという人がいて、ま～ゆのことを話してもらいました。ヒデさんが興味あるというので、彼女に会報を見せてもらい、2人で例会に行きました。「ヒデさんがま～ゆとはいいネーミングですね、等と感心し、入会すると言うので私も入会したのよ」と話されました。これといった決まりが無い、束縛も無い、よく分からないけどいいな、と思ったそうです。

「84歳の私で何もできませんが、ま～ゆの働きは素晴らしい。ただ感心して眺めています」と話されました。

去年、ヒデさんが初めて青木で田んぼ作りをしましたが、ごんべえさんが全面的に指導してくれたからと感謝していました。「稲穂を持ってきてくれた時は、うれしくてお仏壇に供えました、と感動した面持ちで話してくださいました。60歳のとき終戦を中心に自分史を書き、70歳でさらに内容を充実させて自分史を出しました。

野菜作り

みさおさんの家の裏に200坪の畑があり、28年前から無農薬で有機栽培の野菜作りをしています。50坪はヒデさんに貸していますが、あとはスーパーコンを入れて、野菜くずをハラペコ君2号で処理し、堆肥として使うので、いい野菜ができますよ。いろいろな野菜を作りますが、ナスは丸と長で各5本、キュウリは6本、トマト6本。「ちょっと多いですね」と聞きますと「だめになる苗もあるからちょうどいいのよ」のご返事。野菜作りは苦しみのような、楽しみなようなもの。

今は予定を減らして1日に少しずつ動き、あせらず、ゆっくり生活していくことが私にとっては一番大事ですと話してくださいました。

ミーすけ 記

ま～ゆな人

№173 三井政義 さん

がっしりした体軀で、無駄口をたたかない。農作業のときは決まって姿を見せる人。
このような印象以外 何も知らない三井さんに今回インタビューを試みました。

19 歳で母親と別れた三井さんは、結婚するまでの6～7年間 父子の二人暮らしで家事が身についたといいます。そのような経験から今でも「味噌汁は私が作っている」そうです。ちなみに具はジャガイモや豆腐が好みとか。味噌は勿論自家製で、ま～ゆ味噌プロジェクトが始まるより はるか昔からの大ベテランです。

土と親しむのも「昔から」で、田んぼや畑に立つ姿が板についているのも無理からぬこと。自分の納得する野菜を作って食べることに年季が入っている三井さんです。

日本たばこ㈱に 37 年間勤務して、営業畑を長らく歩んできた三井さんは、次に勤めた銀行でも集金や支店長の運転手で仕事を無難にこなしていらしたようで、人当たりが良くて常に精神が安定している印象は生来のものと、これらの経験に基づいてのミックスで培われたのでしょう。

かつて“上田の裕次郎„と囁(ささや)かれた三井さんですが、その姿とは裏腹に「派手な振る舞いをしない」「自分をひけらかさない」ので、私が引き出すまでは ご自身からは自慢っぽい話がきかれず「インタビューのし難い方」でした。話をお聞きして感じたのは“コズクのある器用人„に集約されることです。

傘直しや刃物(鎌・包丁)研ぎなど家の周り全般について「必要なこと」をその時々に何でもこなします。スポーツもかつては軟式野球でファーストを守り、ソフトボールでも活躍しておられるといいます。また、お酒のほうも「嫌いじゃなく」て、興にのってのカラオケも好きだそうです。

溺愛しているミニチュアダックスは甘えん坊で、外出のときはいつも同乗し、寝るのも一緒とか。リタイア後でも退屈知らずの三井さんです。

今年から新田地区(1600戸)の自治会副会長をつとめ、現在は高齢者の名簿作りで「400人からの聞きだしが大変な任務」だそうです。パソコンは もっぱら幸子夫人に頼っていたけれど「覚えなければいけないかな？」と、ただ今思案中。これをマスターすれば正に鬼に金棒、あれもこれもと人から頼られすぎて大変になるかもしれません。

三井さんは徐々にま～ゆでの露出度を増してきました。“お楽しみイベント„の今年の夏まつりにも出てきてほしいと思います。そして小出しでいいから、得意技を見せてほしいものです。

都々平 記

№21 高藤三和さんがま～ゆを退会されることになり、挨拶文をいただきましたのでご紹介します。
2～3 年してお孫さんに手伝いが必要なくなれば、再入会も考えていらっしゃるそうです。

余生を「ま～ゆ」で楽しみたいと思っておりましたが、人生は予想どおり、思うように行かないものです。実は跡取り娘が高齢出産を近々することになりました。娘は今後も仕事を続ける意向ですので、古希を迎えた私が老体にムチ打って協力しなければならなくなりました。大変お世話になりましたが、このたび退会させていただいた方がよいのではと、判断いたしました。今までのご厚情に、心から感謝申し上げます。最後に素晴らしい「蚕都くらぶ・ま～ゆ」のご発展と、ご健勝をご祈念申し上げます。

高藤三和

ま～ゆ会員にききました。

大震災で感じたこと 思ったこと

東日本大震災で犠牲になられた方々のご冥福と、被災された皆様のお見舞いを申し上げます。

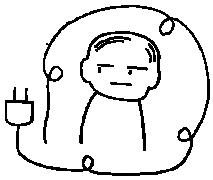
復興に向けて一人ひとりが何をできるかを問いつつ、特集を組みました。

誤った選択　オール電化　　No.50 都々平

8 年前、家を建て直したとき、私は「オール電化住宅」を採用しました。中部電力のCM 「そういう時代でしょ」に乗せられたわけではありませんが、老後の“手軽で快適な生活„ を追い求めるあまりに「これが良い」と思ったからでした。

ところが　ところが、今般の原発事故で「エネルギーを原子力に依存する」ことが、あまりにも大きなリスクを負っているという事実を知らされたのです。言い訳を言っても始まりませんが、オール電化を選ぶ際に、原発に頼る生活には迷いと後ろめたさがありました。核廃棄物の処理に決定的な対策がないことはある程度知っていたつもりでした。でも原発の事故については万全の体制が敷かれていると信じていました。毎日のニュースは「まさか？」の連続です。安全神話が擦り込まれていたのです。

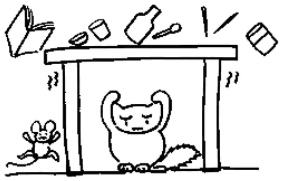
オール電化の“罪滅ぼし„ として、太陽光発電を設置しました。そして エコ ^{2} ライフを目指そうと決意しました。2つのエコのうち「エコノミー」は生来のケチが磨かれて売電のほうが買電を5万円以上も上回っています。しかし、電力量で見れば売電 2150 kw に対して買電は 3 倍の 6070kw と圧倒しています。「エコロジー」は落第です。「こんなに節電しているつもりなのに…」と首をひねってしまいます。ということはオール電化は間違っていると言わざるを得ないのです。



さーて困りました。“反省„ をしているだけでは「原発に替わるだけの代替エネルギーがどこにあるんだ」の現状維持勢力となんら変わりません。どうにかしなければならないのですが、その答えが導き出せないのです。賢明な読者のお知恵を貸してください。

阪神大震災を体験して　　No.169 ゆこちゃん

平成17年1月17日。あの日からもう16年が経ちました。でも私の体は昨日のことのように覚えています。阪神大震災の恐怖を。



あの朝、2階に寝ていた私は、何かすごい力に突き上げられたショックで、目が覚めました。とっさに枕もとの時計を見ました。5時46分。どうしたのでしょう。体の上に何か重いものが載っていて、身動きができません。全身の力を振り絞り、身を捩(よじ)ってようやくその重いものの下から抜け出しました。箪笥でした。三段重ねの上二つが体の上にあったのです。

一体何が起こったのか?同居していた85歳の女性が1階で寝ています。心配です。2階の階段の上に立って、息を飲みました。階段のステップが全く見えない!大量の土壁が落下して、真っ白に積もっていたのです。どうやって降りたか記憶にありません。おばあちゃんの無事を確認した後、彼女の寝ていた傍らを見て、ぞっとしました。棚の上のろうそく立てが真逆様に落ちて、鋭い先が床に着き刺さっていました。

外に出て、ブロック塀が粉々に砕けているのを見た時、初めて大震災が起こったのだと知りました。道は何処も裂け、橋は真ん中に穴が開き、倒れた家は道に移動していました。6階建てのマンションは傾き、毛布をかぶって立っている人々は、凍りついたような表情で、黙って立っていました。声の無い世界でした。

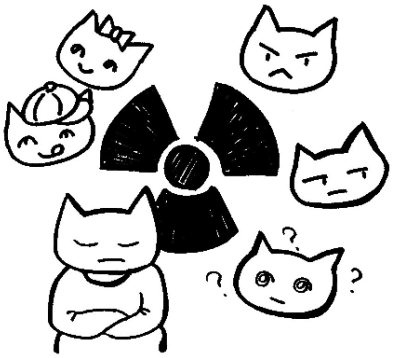
足の踏み場も無いほど全て落下した室内では、重力の支えを失ったテレビが、数メートルも飛び、ピアノの下で多くの人々が亡くなりました。たった2分半の直下型地震の恐ろしさです。人間はなすすべがない地球の恐ろしいエネルギーが人間の創りあげた美しい文化都市を瓦礫にするのに2分半で充分だったのです。

今回、東太平洋大震災の惨状を目のするたびに、16年前を思い出して胸が痛みます。あの時私たちは ボランティアの支援に恵まれていました。被災当日から若い人々は、崩れた家の中の生存者を救出する作業に力を注ぎ、その後も水の補給や、食料の調達など高齢者を抱える私はどんなに支えられたことでしょう。

今あの震災を体験した私に言えることは、被災者にとって一番大きい支えは、人の心の温かさと、共に在って支えあう気持ちの存在だと言うことです。東北の被害は私たちの数倍になると言われています。失われた生命や暮らしはあまりにも大きいけれど、あきらめないで欲しいのです。5年先、10年先になろうと、幸せな元の暮らしは必ず取り戻せるのです。そのために今だけでなく、5年、10年先を見据えて共に歩く力が必要です。私も微力ながら何かできればと思っています。復興への祈りをこめて。

未来のあるこどもを守りたい！

№263 あきちゃん



原発や放射能については、のだまさんに誘われて「六ヶ所会議」に参加して初めてその現実を知りました。参加して、そこで知り合った方にいろいろと教えてもらい、少しの知識はあったのだけど、実際にこうして現実となってみると、自分の知識のなさにちょっとショックでした。知識が中途半端だから、自己判断がなかなかできませんでした。自分で決断したことを信じることがなかなかできずにいました。

放射能について、どこまで危険でどこまで大丈夫なのか。子供にはどの数字が危険なのか。現実に起こっていることがどれほど危険なのか・・・小さなことかもしれないけど、雨が降っているのに保育園に行かせるべきかどうかとよく悩みました。今も悩んでいます。

私はもうこれ以上原発はいらないと思うし、今ある原発も止めて、自然エネルギーを地域で自給自足していく時代になるべきだと思っています。デンマークなどのように。当たり前のようにそう思うんです。

でも、そう思っていない人が周りにたくさんいることにすごく驚きました。お母さん同士で話をしていても、温度差がすごくある。「雨は危ないよ」と言っても、「うちは気にしないから大丈夫」とか「不安をあおらないで」と言われてしまう。まるで私が自分の子供だけを守っているかのような錯覚に陥りました。かと言って、淡々と原発の危険性について語るわけにもいかず、強制するわけにもいかず、でも友達の子供も心配で・・・この問題が起きてから、葛藤することが増えました。

この1ヶ月、いろんなことを見聞きして今思うことは、自分の子供は自分しか守ることができない。だから、知らされていない情報も知りたいし、「大丈夫かな?」という自分のカンを信じるしかないと。そして、雨に濡れて遊んでいる子供を見たら、「あの子達に何もありませんように」と祈ること。

これから原発と放射能とはきっと何十年と付き合っていくことになります。だからこそ、しっかりした情報公開を求め、知ることが大事だと思う。

未来あるこどもたちのために、私たちが出来ることはなんだろう。出来ることを考えて、後悔のないように行動したい。一緒に動いてくれる仲間に感謝の気持ちを込めて･･･

震災で思った事

№147 かっとまん

震災で思い出す事の一つに、父の亡くなった時の事があります。

相続税はゼロですが、弟との分割があり、税務署に行きました。何か問題があるとかで任せた専門家が投げ出したので、自分で直接税務署と話しました。戸籍謄本など必要な書類を出しているのに、税務署はくどくどと他に相続人が居ないことを証明しろと要求します。証明の方法など分から無いし、何で通常言われないことを要求するのかと喧嘩腰で反論したところ、税務署は、言い難そうに、父には「仮戸籍」の時期があり、その間他にも子どもがいる可能性が否定出来ないと言い、本籍地でちゃんと調べろと突き放されました。

本籍地の港区役所に出向いたところ、父の戸籍は関東大震災と、東京大空襲の2 回、火災で区役所と一緒に全ての記録が消滅し、その都度仮登録の手続を行い、その後時間を経て、それが本登録に変更されているそうです。港区役所は「仮登記の事情を説明すれば問題ないですよ」と笑っていました。ところが、税務署は証明書を出せと一歩も引きません。再度出向いた港区役所では、「こんなお役所仕事もいまどき珍しいですね」と笑いながら、簡単な事情と、それでも疑問が有れば港区役所に連絡下さいと手紙を書いてくれ、決着しました。

住民基本台帳制度については色々意見は有りますが、父の件は、この制度が有れば問題が生じ無いと思っていました。今度の震災で、現場役場の書類が壊滅しても全国ネットセンターに記録は残っているはずですね。不明者の確認台帳が作れないのなどと、なぜ騒ぐのか理解に苦しみます。消滅して困ったとの話だけが報道されていますが、実際には、問題など起きていない可能性もありますね。30 年前に私が勤務していた企業では、東京が地震で壊滅しても困らない様に、毎晩深夜最新データーを、離れた大阪と栃木県那須町に転送していたので、前日までのデーターは世界中どこからでも直ぐに取出せる体制を構築していました。復元できる記録の様に、手順を踏めば出来る事は事務方に任せ、トップは経験と知識では解決が困難な未知の事に、全力投入で指揮をとって欲しいですね。決まったことをやれれば「いい人」、初めてのことに対応出来るのが「責任者」です。

ハワイで聞いた地震、津波、原発事故

№114　辛口

いつものように夕食から飲んだくれ、そろそろ寝ようかなと思っていた時ですから、多分夜の9時頃だったと思います。突然ドアを激しくノックする音が聞こえ、今頃誰が?と「誰ですか」と聞きました。（アメリカでは相手を確認しないでドアを開けるのは危険です。）パティという隣の人の名前でしたので急いでドアを開けると、日本で大きな地震と津波が起きたと知らせてくれました。

礼を言い、テレビをつけ、とりあえずニュース専門のCNNにチャンネルを合わせてみると、津波が陸地に襲いかかっていく映像が次々に映し出されていました。CMもなければ他の番組もありません。酔いもふっとび、ハワイの観光客向けのチャンネルに合わせてみると、ここでは（多分NHKの）津波警報をそのまま流していて、日本列島の地図で津波の時間と高さを繰返し報道していました。そのうち、ハワイに津波警報が出され、私のいたカウアイ島での津波到着時間や高さの予測も流され、港湾や空港が閉鎖され、観光客は高台に逃げるよう繰り返し放送されました。学校は休校にするとのことでした。私のところはかなりの高台でしたから部屋に居りましたが、（後から聞いたところでは）ガソリンスタンドには車の長い行列ができ、スーパーは水や食料の買溜めで大混乱だったそうです。人口5～6万の小さな島ですから、殆どすべての生活物資は島外から来ています。港湾・空港が津波でやられれば生活物資はもとより島外への脱出も出来ません。大騒ぎも無理からぬところです。結局、大山鳴動鼠一匹も出ず、あっけない夜明けになりましたが、海路・空路が再開されるまではかなりの緊張感でした。

翌日になると、CNNは福島第一原発で水素爆発があり、疑問符つきながら「炉心融解へのカウントダウン」と報じ、複数の専門家の意見を流し始めていました。日本政府が爆発を認める数時間も前のことです。英語はよく聞き取れませんでしたが、深刻な事態と認識されていることはよく分かりました。

これに引き換え、インターネットで見た限り、日本のメディアのスピード感、緊迫感の無さが目立ちました。日本政府が半径20キロを避難地域に指定した頃には、アメリカ政府は80キロ以内のアメリカ人に退去を勧告、アメリカのメディアは、12対50（日本12マイル・アメリカ50マイル）とタイトルして、軍属の脱出で混雑する成田空港の様子などを放映していました。

この数日間の見聞で私が日本とアメリカの違いを特に強く感じたのは、次の二点でした。
一つは想定外の危機に対する（政治を含む）社会の反応と対策の速さで、もう一つはメディアの独立性でした。
ご承知のようにアメリカは治安が悪く、テロ、誘拐、暗殺などが頻発する社会ですから当り前といえばそれまでですが、事件の位置づけ、重要性の程度の判断、最悪の事態に備えての対策の迅速な呈示などはさすがだと思いました。日本では、例えば原発については幾重にも安全対策が講じられているから絶対大丈夫という強弁の繰り返しだけで、事故が発生した時の備えはほとんどありません。原発の危険性を認めるのは、反原発派を勢いづかせるだけという政治的判断がその底にはあります。地震についても例えば東海地震の予知に莫大な予算と精力をつぎ込み、避難訓練といえば予知から発生までの間にどう避難するかが殆ど全てで、予知できない東海地震というのはそもそも想定外なのです。ですから実際に想定外の危機が発生するとパニック状態になり、後手後手の対応に終始することになるのは理の当然です。しかもこの間、パニック状態を（自らを含めて）鎮静化するために、事態の深刻さを軽視するか無視する意識的なもしくは無意識的な操作が加わりますから正確な情報提供などできるわけがありません。私はこれは日本の政治・行政が持っている「お上の無謬（むびゅう）性」、「お上の絶対性」という致命的欠陥が露呈したと思います。この点では原発を含む公共事業に対する住民の差止訴訟をことごとく棄却してきた裁判所も同罪です。

日本のメディアが独立性を持っておらず、実は政治・行政に依存しきっている体質もこの事件で露呈したと思います。単にニュースソースを政治・行政に依存しているにとどまらず、報道の起点・視点が依存していることです。例えば最初の水素爆発についても、政府発表があるまで報道しない、その危険度についても政府見解をそのまま伝えるだけでした。
政府に対する反応や批判は、常に政府の発表や見解の後にそれに対する反応や批判として取材され報道されるという順序です。冒頭に述べたCNNなどとは対照的でした。現場を独自に取材し、独自に判断し、独自に報道するというメディアとして当然の「独立性」を持っていません。これでは報道は政府が把握している事態に限られ、それ以外のところで何が起こっているかは分かりません。避難地域で泥棒が横行している、避難所で死亡するひとがいるが報道されていない、といった話は政府・行政によって「流言飛語」とされ、「デマに惑わされず冷静な行動を」という政府見解だけが報道されるという始末です。事件の全体像は結局政府が上から把握している範囲と見解に限定されてしまい、現場での事実そのもの、その意味や評価は全く報道されません。お役所内に設けられている閉鎖的な「記者クラブ」に座って、政府・行政の「記者発表」だけを報道していればやっていける日本のメディアのこれまた致命的欠陥が明らかになっています。

今回の大地震・大津波・原発大事故はこれまでの私たちの生活の仕方を根本的に見直さなければならないことを示しました。（原発で）大量生産されたもの（電気）を大量消費する対象としてしか位置付けられていない私たちの生活をまずは私たち自身が脱却し、これからの自分の生活をどう作っていくかを考えたいと思います。すべての社会的なユニットを零細化・個人化しなければ未来はないというのが今の私の持論であり結論です。

2011年3月11日を世直しの記念日として歴史に残したい №1 ケイちゃん

3月11日の東日本大震災からまもなく2ヶ月になります。突然に生きることを断ち切られた一人ひとりの方の無念を思うと言葉がありません。連日報道される被害状況は想像を絶するもので、被災者の暮らしの不安を思うとき、私に何ができるのか?どんなことが支えになるのか?自問の日々でもあります。

特に福島原子力発電所の事故は、やっと東京電力から復旧に向けた工程表は発表されたけれども未だに収束に向けた確たる目処は見えず不安と焦りばかりが募ります。

さらには、不必要な不安を煽(あお)るといけないとのことで、正確な情報や的確な対処方も知らせず、次々と小出しに出される放射性物質の拡散情報と「当面健康に被害を及ぼす数値ではありません」などという空虚な言葉を聞くたびに、怒りがふつふつと湧いてきます。政治や政府に信頼感も安心感ももてないこの国の不幸をこれほど強く感じたことは初めてです。

福島県に住む友人４人にお見舞いの手紙を出しました。幸い彼女たちの所は地震・津波の被害はほとんど無かったそうですが、福島原発による被災者を受け入れる避難所が大変とのことでした。空気も水も大地も海も放射性物質で汚染され続けている現実をどう受け止めていけばいいのか・・・・。この地での農業や漁業の未来は･･･?

特に彼女たちが一様に心配していたのが子どもたちのこれからでした。放射能汚染地域の近くでは、外で思いっきり遊ぶことができない子どもたちがいっぱいいます。ストレスも相当抱え、でも発散できないでじっと我慢しているそうです。

電気などのエネルギーを湯水のようにジャブジャブと浪費し、しかもそのことに何の疑問も持たず、ただただ便利さと快適さを追求する社会を作ってきてしまった私たち大人の責任を痛感します。今は体の奥深くに重～い鉛のようなものを抱え気分が沈みがちですが、“明日へ希望をつなげなくては･･･”との模索の日々でもあります。

残念！ 中止になった太郎山登山

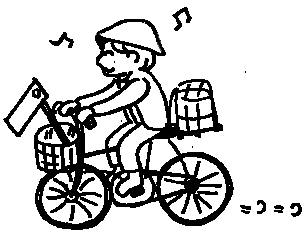
レクリエーショングループの初事業「太郎山に登ろう」には子供さんを含めて30人を超える申し込みがありました。じゅんちゃんが手配しましたが、この日の天気予報は雨。安全を優先して中止を決定しました。あやちゃんから「楽しみにしていたのに」と、メモをいただきました。

私にできること №55 ミーすけ

3月11日の震災で東北地方の避難所の人たちがガソリンスタンドに並ぶ姿を見ました。被災地は大変だなあと人事のようにテレビを見ていました。ところが、上田でもガソリンが無さそうだぞとうわさを耳にし、朝早くならいいだろうと高をくくっていたら、なんとガソリンがないのです。「こんなことが私に降りかかるのか」とただただ驚いてしまいました。

そこで、自転車で行かれるところは、車を止めようと決心しました。信濃国分寺まで自転車、食品の買い物も4kmのところまで自転車で行き、荷物は荷台にしっかりくくりつけます。

夜の卓球の練習も、塩尻公民館まで行き、夜10時ごろ帰ります。畑は去年からクワガラを前のかごに載せ、自転車で通うことにしています。公園や上田駅ぐらいまでは歩きます。私の省エネで できることです。



４月23日 私のパソコンでは迷惑メールに受信されて「実行？中止？」。判断がつかず集合場所の寿限無に！

右膝の調子がいまーつ？でも絶対参加する。登山道も整備され、子供でも大丈夫。登山と言うよりハイキング。私でも参加できる。「よし、絶対参加だ。」そう、大変楽しみにしておりました。当日は中止のため、予定があったでしょうが、前田夫婦にお茶を頂戴し、くつろぎの一時と、登山とは違うときを楽しく過ごさせていただきました。平成１８年１月より「味噌作りのみ一年一度の会員」から少しでも多く参加協力できる会員に成長するよう、時間を調整して参加しよう！ 今年は決意してのレクリエーション最初の思い出でした。 №177 岡 あや子

印象に残ったこと　感じたこと　　No.6 キタロー

4月16日朝5時、高速道路を走る車中から、朝陽がだいだい色に輝いて出てきたのが見え、地球を照らしていてくれる、と感じました。高速道路などには亀裂・段差があり、応急措置としてアスファルトを注入。水沢競馬場では馬が調教中でした。

国道 397 号線にある住田町・道の駅「種山ヶ原ぽらん」は三陸海岸へ入る手前のトイレ休憩所です。地元の農家70戸が参加した直売所やレストランがあります。ウグイスが鳴き、宮沢賢治の大きな詩碑があります。

16日、町営相撲場で写真を洗浄する作業をしました。そこに、富士フィルムの6名が指導に来ていました。「会社で写真再生プロジェクトを立ちあげ、現地へ来て支援しています」と、具体的な再生方法をていねいに説明してくれました。「水道の水は生では飲まないほうがいいです」と注意があり、仮設トイレは6基ありました。「NPOパレスチナ子どものキャンペーン」の若者 10 人ほどが、3 月中旬から大槌町で、生き生きと活動していました。写真再生と公開展示場の運営と、避難所での子どもたちの遊び相手が仕事。「パレスチナでも難民となり大切な写真を探す人たちが大勢います。本日は上田の方が来てくれて、40 人近くで作業がはかどります。ありがとう」。なお、展示場には大勢の町民が詰め掛けていました。

17日朝6時、民宿「さんずろ家」の崖下の遊歩道を散歩しました。同室のみんなで、大震災への対応や現地の話を、いろいろな視点でしました。この日、町内の小学校校庭で、花見会が開かれ、「虎舞（830 年前から続く伝統芸能）」が舞われ、明るい話題もテレビで流れていました。

「がれき」は資源です。分別するとすれば、木材・家電製品・車・船・ふとん・衣類・プラスチックなど10数分別になるでしょうか。しかも、海の中にも…。一番多い木材のリサイクルは、公設民営の「震災産業」にして循環社会をめざしては…。原発の安全神話が崩壊したなかで、これからのエネルギーは、自然エネルギーへと順次シフト替えをし、大規模なシステムから、小規模・地域分散型のシステムへと移行しては…。

阪神淡路大震災は「ボランティア元年」と呼ばれました。東日本大震災は「震災孤児」「原発難民（動物も）」など孤立した人々との長いつきあいの中で、ボランティア（精神）によるコミュニティー再生元年になると…？

歌舞音曲チーム 企画
ま～ゆの歌大募集！

歌舞音曲チームでは、**ま～ゆ10周年** にちなんで“ま～ゆの歌„を作ることを企画しました。

「誰が作るんだ？」

それは、あなたかもしれません。

「誰が歌うんだ？」

それは、あなた、そしてみんなで！

まずは「歌詞」を大募集します。

優しくて、親しみやすくて、ふつうのことばで、
そんな歌ができたらいいな！
子供たちが得意かもね。

締め切りは 6月末日。

ふるって応募してください。
採用された方には…まだ決まっていませんが
何か差し上げたいと思います。

※ 詳しくは5月中に全員にチラシが配布されます。

朝日新聞の「声」にヒデさんの投稿が、信濃毎日新聞の「建設標」には高須さんの投稿が掲載されましたが、大分手直しされていました。ここでは原文を載せます。

とにかく、環境エネルギー政策研究所の「『無計画停電』から『戦略的エネルギーシフト』へ」の提言が色々なところで取り上げられ、我が国もドイツのように自然エネルギー100％に向かうといいのですが。

2011年(平成23年)3月29日

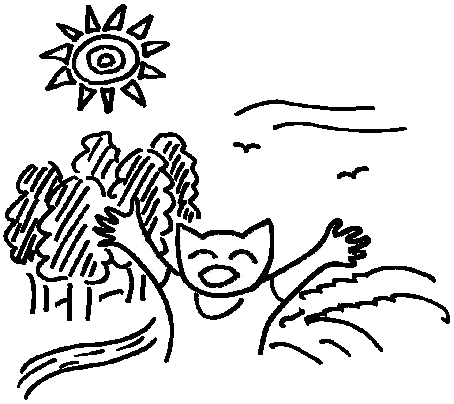
自然エネルギーに転換 急げ

1級建築士　竹内　茂実（長野県上田市　56）

福島第一原発の大事故に私たちは原発の脅威を知った。だが我が国の原発54基をすぐ停止することもできない。

NPO環境エネルギー政策研究所が「『無計画停電』から『戦略的エネルギーシフト』へ」と題する提言を発表した。提言によると、ドイツの政府機関は2050年に電力を自然エネルギーですべて賄うシナリオを示した。日本も大口顧客に節電抑制を求める見返りに料金を割り引く需給調整契約で計画停電は避けられ、また中長期的には自然エネルギーへの転換を進めれば、2020年には電力に占める原発の割合を25％から10％に、石炭・石油による火力発電を40％から15％に減らせるという。今まで自然エネルギーへの転換は可能か、自然エネルギーだけで電力の総需要を賄えるのか知らなかったが、逆風問題などを解決しつつ自然エネルギーを政策として推進すれば、震災復興の柱にもなり、転換は十分可能という。

「希望の持てない社会では生きていけない。若者から高齢者まで希望を持って生きられる社会へ向けてかじを切ることが、私たち国民一人ひとりに課せられている。黙っていては何も変化は起きない。「安全で安心な自然エネルギーに転換を」と声に出し、行動するときは今だと思う。



今こそ安全で安心な自然エネルギーに転換を

福島第一原発の大事故によって、私たちは原発の恐ろしさを目の当たりにしている。しかしながら、我が国の54基の原発を直ちにすべて停止することもできない。

23日に環境エネルギー政策研究所が発表した「『無計画停電』から『戦略的エネルギーシフト』へ」によると、ドイツでは2050年に電力を自然エネルギーですべて賄うシナリオが政府機関から提示されているという。そして、我が国も無理のない節電と自然エネルギーの加速度的な普及により2020年には電力全体に

占める原発の割合を 25％から 10％に、同時に石炭・石油による火力発電を40％から15％に減らすことができるという。

もちろん将来的にはドイツと同様に 100％自然エネルギーを目指す、としている。私たちは原発や火力発電より安全で安心な自然エネルギーがいいことは理解しているが、本当に自然エネルギーだけで賄えるのか、ということや どのようにしたら自然エネルギーに転換できるかが分からなかった。しかし、地域分散型の自然エネルギー政策に転換すれば、震災復興経済の柱にも据えられ、十分実現可能なことが明らかになった。

私たちは希望の持てない社会では生きていけない。若者から高齢者までみんなが希望を持って生きられる社会へ向けて舵を切ることが、私たち一人ひとりに課せられているのだ。黙っていては何も変化は起きない。「安全で安心な自然エネルギーに転換を」と声に出し、行動するときは今なのだと思う。

（№130 ヒデさん）

他の原発停止も検討すべきでは

福島第一原発の事故は日を追うごとに深刻さを増しています。放射能漏れも実際に起こっており、新聞紙上でも被曝を避ける具体的な方法が示されるまでになってしまいました。命がけで作業にあたる人々の無事を願いつつ、今は何としても最悪の事態だけは回避できるよう祈るしかありません。

それにしても、日本は唯一の被爆国であり、かつ 54 基もの原子炉を有する原発大国でありながら、私たちは核利用に伴うリスクをきちんと学んできませんでした。そして、原発の在り方について総合的に評価する知識と機会をもつこともありませんでした。そのことが今、とても悔やまれます。

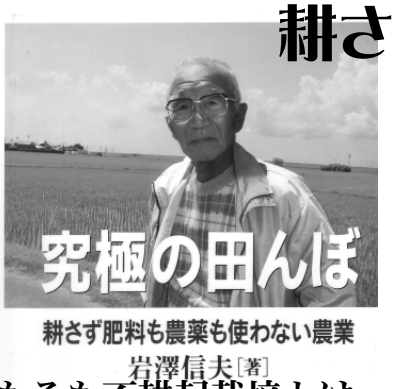
ここに至っては、原発の「安全神話」などは言うに及ばず、温暖化対策の切り札とか、コスト安でクリーンな次世代技術とかいったいかなる美しい宣伝も、私は信じません。過剰な電力消費を不問に付した電力必要論も承服できかねます。

政府と電力会社は「想定外だった」などと釈明するのではなく、むしろ「原発震災」の連鎖という最悪のシナリオまでも想定し、それを未然に防ぐために同じ危険性をもつ他の原発の停止をも検討すべきではないでしょうか。命に関わる喫緊の問題にこそ、政治主導による決断が求められるはずです。

（№67 高須 健）

ま～ゆ寺子屋　ごんべえさんのオオム返し講座　４月13日

耕さないと、奇跡の田んぼができる



今年の２月戸倉で、究極の米作りの提唱者 岩澤信夫さんの講演を聞き、その実践に基づいた理にかなった話に深く感動し、さっそく、ヒデさんとできるところからやってみることにしました。この農法についてはその後のま～ゆ寺子屋でお話させてもらい、参加された会員の多くが、興味を示してくれました。参加されなかった皆さんに簡単に説明させてもらいます。

そもそも不耕起栽培とは

正式には不耕起湛水移植栽培といいます。つまり土を掘り起こさないで、冬の間も水を張り、特別に育てた苗を稲株のあいだあいだに植える農法です。

不耕起栽培がもたらすもの

期待されているのは､省力化と省コストですが、進めてきた結果､思わぬ贈り物を沢山得たのです。

◇田んぼに昔から住んでいた生き物が増えたり戻ってきたり、
◇土壌の構造が変化して田んぼの水持ちが良くなったり、
◇田んぼが酸素を沢山吐き出す仕組みが生まれたり、
◇水がきれいになる仕組みが隠れていたり、
◇メタンガスの発生が少なくなっていたり、
◇冷害にも収量が落ちなかったり、
◇そして何よりお米の味がおいしくなっていたのです。

岩澤さんは､「飢餓の時代は必ず来る。その時に備えよ！」と人生を掛けて訴えているのです。

ごんべえさんの不耕起栽培講座に参加して

No.298 こずえちゃん

私は、以前から不耕起栽培には関心が高く、東京に住んでいる頃、市民農園で実践しようとして、クレームをもらった経験もあるくらいなんですが(^^♪

今回の、ごんべえさんが２月に講演会で感銘を受けた、不耕起栽培の実践者「岩澤信夫さん」については、まったく知らなかったので、とても興味深く聞きました。

今、青木村で借りている畑でも、不耕起をやりたいのですが、周りの親切な（うるさい）アドバイス（文句）もあり、完全なものではありません。

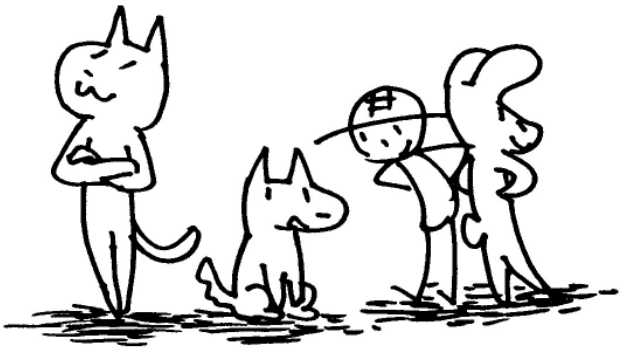
それでも、昨年あたりから、ちょっと不耕起の畑っぽくなってきたので、今年の収穫がとても楽しみです。

ごんべえさんのお話は､田んぼと大豆の栽培がメインだったのですが、今年の田んぼはごんべえさんに指導を仰ぎながら、耕さずに田植えをしようと思います。難点は、忙しぶっていて、なかなか具体的な苗の準備作業をまったくしておらず、まだ先日、あぜシートを敷いただけ･･･というところです。

芽だし苗を購入するようになってしまうのかなぁ･･･。これじゃあ不耕起栽培というより、ただの､「耕さないで田植えをした」田んぼ、になってしまうかも？！

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

平成２３年 農作業計画



ごんべえ

3月11日の未曾有の東日本大震災。犠牲になられた大勢の皆様のご冥福をお祈り申し上げます。また被災された皆様が逞しく復興に立ち向かう姿に感動しています。

原発からの放射能のせいで農業にも甚大な影響が出ています。米の作付けは出来るのでしょうか。いざという時のために頑張って植えつけましょう。

今年は“不耕起移植栽培„に挑戦です。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
田んぼ	播種（上旬）			田の草取り②（上旬）	田の草取り③（上旬）	落水（上旬）		**収穫蔡**（上旬）
		田植え準備（中旬）	田の草取り①（中旬）	中干し（中旬）		畔草刈③（中旬）		
	育苗管理	**田植え**（下旬）	畔草刈①（下旬）	畔草刈②（下旬）		**稲刈り脱穀**（下旬）		
麦畑			**麦収穫**（下旬）					**麦播き**（上旬）
豆畑			**大豆種播き**（下旬）	**大豆苗植え**（上旬） 草取り①（中旬）	草取り②（中旬）		**大豆収穫**（下旬）	**大豆脱穀**（上旬）

田植えのおしらせ

✻ 日　時　5月 29 日（日）
9時から お昼頃まで
✻ 場　所　須川ま～ゆ田んぼ
✻ 持ち物　お弁当、おやつ、飲み物、
田植えスタイル(天候によっては雨具)
※ 苗の生育状況によって変更もあります

大豆種蒔きのおしらせ

✻ 日　時　6月25日（土）予定
9時から お昼頃まで
✻ 場　所　平井寺(大郷)の畑
※ 雨天のときは変更もあります。

大豆苗植えのおしらせ

✻ 日　時　7月 9日（土）予定
9時から お昼頃まで
✻ 場　所　平井寺(大郷)の畑
✻ 持ち物　おやつ、飲み物、
今年は新しく岩澤式移植法の挑戦をします。お楽しみに･･･
※ 雨天のときは変更もあります。

我孫子（わびこ）設備設計　№33 Aya(我孫子文子)
●上下水道・水まわりの修理 お引き受けします
●消費税分「ま～ゆ」をお使いください
上田市諏訪形113-1
TEL&Fax 26-2679

ま～ゆ会員 自己紹介

名 前	№291 さっちゃん こと 中山サチ	№292 しのちゃん こと 中山 忍
出身地	小布施町	長野県御代田町
血液型	A 型	A型
私って こんな人	◆昨年14年ぶりにお産をしました、丹鼓(にこ)です。でも一番上は二十歳になります。子育て期間、意外に長いです。	◆好奇心旺盛でベクトルが定まらない
好きなもの	◆アフリカの太鼓(ジェンベ) ◆山や川でぼーーっとする時間 ◆にことの時間	◆古い乗り物
苦手なもの	◆都会の人混みと行列 ◆香水のキツイ匂い	◆片付け
欲しいもの	◆夫の片付けに対する意欲と助言	◆自然エネルギーにかんする知識
捨てたいもの	◆お気に入りではないもの、ぜい肉(背中)	◆ぜい肉(わき腹)
もしも生まれ 変われたら	◆深津絵里	◆また、自分になりたいです
私の夢	◆お気に入りのものだけにかこまれて暮らしたい。 ◆おうちカフェと移動カフェでお祭り行脚。 ◆しのちゃんと子供と青木村に住んでいます。 ◆みんなが心身ともにリラックスできる家にしたいのでそのためにと、今から断捨離しています…が何より夫の協力を希望です。 なかなか進みません… ※にこをおんぶで参加しています。よろしくお願いいたします。	◆世界放浪の旅 ◆古いバイクや車も好きで修理や車検代行などを仕事にしています。よろしくお願いいたします。
お願い		古いバイク情報ありましたらヨロシクお願いします

名 前	№305 Qちゃん こと 高橋幸枝	№307 りつこ こと 菅井綾子
出身地	山梨県富士吉田市。富士山のふもとです。	千葉県栄町(成田の隣町)
血液型		B 型
私って こんな人	◆子どもが3人います。「真面目」とよく言われています。「ちょっとどじ」とも言われます！	◆何に出合ってもあまり驚かない人です。そして食欲旺盛です。
好きなもの	◆食べ物:クラムチャウダー。寒だらのうま煮。 ◆動物 :犬(愛犬ワンダは特に好き)。木曽馬。 ◆趣味:編み物に挑戦中。模様編みが楽しいです。	◆山登り
苦手なもの	◆食べ物:ウニ ◆動物 :ワニ	◆ぜいたく
欲しいもの	◆おいしい野菜を作れる腕	◆自宅に温泉
捨てたいもの	◆子ども達が使わなくなった学用品	◆もらった皮ジャン
もしも生まれ 変われたら	◆３人の子どもの母になり、仕事もバリバリやりたいです。	◆文筆業
私の夢	◆弱い立場にいる人や、みんなが安心して暮らせる世の中になってほしい	◆ギターが弾けるようになって、教え子の外国人や旅先でできた友達と、飲んで歌って夜を明かしたい

～地域から始まる、足るを知る暮らし～ あなたは豊かさを何ではかりますか？

ま～ゆ寺子屋

『幸せの経済学』上映会

希望ある未来へ向けて、
今こそ暮らしを見つめ直してみませんか？

「ラダック懐かしい未来」のヘレナ･ノーバーグ=ホッジ監督の最新ドキュメンタリー映画

「グローバルからローカルへ」をテーマに、世界中の環境活動家たちがこれからの「豊かな暮らし」について語るドキュメンタリー映画です。

消費型社会を見直し、地域に目を向けることによって、その　土地の資源や文化を再認識し、人と人、人と自然との関係を　紡いでいく「コミュニテイの再生」の重要性を訴えます。

この映画の上映は震災の前から決めていました。
食だけでなく、エネルギーも、お金も、「地産地消」を目指し、今、手の中にある幸せを大切にして、足るを知り、おりていく生き方を楽しみたいと思っていました。
世界の飢餓や貧困も、原発も、諸悪の根源は私欲。すべての「私欲」を「他者への愛」に置き換えればダイジョーブ！
変わらなければ、犠牲になった方々に申し訳ない。すべての暴力をなくしたい。わたしの願いはそれだけです。　（にゃんこ先生）

- ❖ 日　時　５月２２日（日）　開場　午後１時
  第１部　「幸せの経済学」上映　　午後１時半～３時
  第２部　みんなでトーク＆カフェ　午後３時～４時半
- ❖ 場　所　塩田公民館大ホール（上田市中野 20 番地）
- ❖ 参加費　１０００円（ドリンク付。マイカップをご持参ください。）
  （参加費の一部は、東日本大震災支援金とさせて頂きます。）
  無料託児あり（要予約　　締め切り５月１８日　　１歳半以上）

主　催　　蚕都くらぶ･ま～ゆ　　後援：上田市教育委員会
問合せ　　080□1341-4764（竹内）　メール：usako @ po6.ueda.ne.jp

レクリエーションチーム企画

★ 北国街道を歩こう

- ・日 時　　5月21日（土曜日）　8：50
- ・集 合　　信濃国分寺資料館 駐車場
- ・コース　　信濃国分寺駅発 9：06→田中駅下車
  ヒデさんのガイドで海野宿を散策
  昼食後 大屋駅→信濃国分寺駅
  (疲労度によって大屋駅乗車も可)
- ・持ち物　　お弁当 飲み物、保険料１人 100 円(子供同額)

※責任者　　ちゃーこ（℡36-4722）

★ 独鈷山登山

- ・日 時　　6月4日（土曜日）
- ・集合時刻 場所は募集のときにお知らせします。
- ・コース　　宮沢口コース
  （丸子から萩窪、虚空蔵の部落をぬけて宮沢集落）
- ・持ち物　　お弁当 飲み物、保険料１人 100 円(子供同額)

※ 責任者　　どんちゃん（℡21-8135）

※ 足に少し自信のある人

6月の ま～ゆ市

10日（金）昼1時30分～
中央公民館2階 第1会議室

7月の ま～ゆ市

10日（日）昼 1時30分～
中央公民館 2階 第2・3会議室

チームリーダー & 世話人会

5月24日（火）7時から
寿限無で
誰でも参加できます
気軽に顔を出してね！

編集を終わって

あの大災害から 60 日経ちました。この間「私ができることって何？」を模索して、それぞれに何かしらの行動をしてきたと思います。

この国が「復興に向けて否応なく変わらなければならない」とき、人と人との連帯感を強める役割を地域通貨が担う場面は少なくないでしょう。

10 周年記念事業でいくつかのグループが活発に動いています。“楽しみながら何かを創りあげる”ま～ゆの得意技が益々磨かれ、活き活きとした地域活動の原動力となっていく予感を覚えます。

今号から編集委員に「りつここと菅井綾子さん」が加わりました。早速１,2,15 ページを編集を担当しました。今後の活躍に期待します。

（話は変わりますが）今年の大豆はごんべえさんの新農法採用に加えて、畑には獣害防止柵が設置されたので、大豊作が期待されます。

都々平

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)
●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

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

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
地域通貨 ま～ゆ で検索してください