

生涯学習

No.566

かおり高い 文化のまち

発行 下諏訪町
教育委員会
編集 生涯学習
編集委員会

〒393-8501
長野県諏訪郡下諏訪町4611-40
(下諏訪総合文化センター内)
☎ 0266-27-1111(内線718)
FAX 0266-28-0131
メール syougai@town.
shimosuwa.nagano.lg.jp

宝物のような時間

クローズアップしもすわ

生涯学習編集委員

林 はやし
美奈 みな

も状況が違うなんて…楽しみに
していただけに心が折れそうに
なりました。

その後、世の中が、自分自身
の生活が大きな波に飲み込まれ、
まさに『こんな事が起こるなん
て』の連続。目に見えぬものに
怯えオリンピックどころではな
くなりました。

『こんな事が起こるなんて』
突然届いた聖火ランナー決定の
知らせに、思わず口にしたのが
この言葉でした。嬉しく夢の様
な瞬間でした。当日見るであろ
う風景を思い浮かべワクワクし
ていた矢先、オリンピックが延
期に。『こんな事が起こるなん
て』同じ言葉なのに、こんなに



再び聖火ランナーの連絡が届
いた時も喜びよりむしろ戸惑い
でした。こんな状況で、多くの
声を耳にする中「聖火リレーが
できるのか、走ってもいいの
か？」正解が何かわからず、
鬱々とした日々を過ごし悩みに
悩みました。けれど「走りたい
か？走りたくないか？」と聞か

れたら「やっぱり走りたい！幸
運にも聖火リレーに関われるこ
とができるのだから精一杯笑顔
で走ろう！仲間と一緒にボート
に乗った時の様に楽しもう」と
思うようになりました。

迎えた当日。満開の桜の下、
高校のボート部後輩から受け継
いだ聖火
を手に走
れること
が、そこ
にいる誰
もが笑顔
でいてく
れること
が嬉しく
て…これ
だったんだ。私が見たかった、
私が待ち望んでいた風景は。感
謝と感激の数百メートル、時間
にしてわずか数分の出来事とし
た。沿道の皆さんの笑顔を見た



ボート部後輩から聖火を受け継いで

時「感動したよ、元気もらった
よ」と声をかけていただいた時
やっとなの中のものまやが晴れ、
走って良かったんだ！と心から
思うことができました。

無事に安全にと力を尽くして
くださった運営の方々、恩師、
友達、家族、多くの方々に支え
られて走ることができました。
人生で『こんな事が起こるなん
て』。宝物のような時間をあり
がとうございました。



他のランナーと記念撮影

まずはアクシヨン！ヤツテミレバ

合同会社chioko (ちおこ) (御田町)

今野 (こんの) 由香里 (ゆかり)



理想の地域のイメージ図

昨年の4月に地域おこし協力隊の任期を終え、協力隊の同期であった綿引遥可^{わたひきはるか}さんと会社を設立しました。「合同会社chioko (ちおこ)」です。この名前は地域おこし協力隊の時に感じた地域への想いを引き継ぐとともに、地域を小さくおこす、そして地域で「なにかやろう！」とと思っている人の「黒子」の役割を担いたいという意味が込められています。

私たちには理想の地域のイメージがあります。「こんな地

域になったらいいな」、「こんな人や関係が増えたらいいな」が詰まった私たちの6つの理想をご紹介します。

① **みんなしあわせ八方良し**
「自分は幸せだけど、誰かが幸せではない」ということはしたくありません。老若男女、誰もが幸せな地域であること。

② **モノも気持ちもめぐりあい**
「あの人が作ったモノだから買いたい」という思いが地域に

沢山あったら、モノも気持ちもそしてお金も、気持ちの良い循環ができるはず。そんな経済循環のこと。

③ **つながりが生むおたがいさま**
差し入れやおすそ分けをしてあげたくなったり、声をかけたくなったり。干渉するのではなくて、おたがいさまのちょうど良い関係性のこと。

④ **そのままでもいいフツウも強み**
自分が思う「フツウ」は違う人から見たら「スゴイ！」事かもしれない。活かすことができます！ということ。

⑤ **できることから小さくおこす**
おこすということは「活かしてよりよくしていく」ということ。今あるモノや思いを、できることから育てていく。小さな力で物事は少しずつ変えることができる



小商い講座の仲間達



ヤツテミレバ! を試せる場

きるということ。

⑥ **まずはアクシヨン！ヤツテミレバ**
思い描いても、考えても、悩んでも、失敗するか、成功するかはやってみないとわからない。失敗をおそれないチャレンジ精神でまずは行動してみよう！ということ。

これら6つは自分自身の「こういう暮らしや働き方をしたい」という理想でもあります。メイン事業の「連続講座小商いヤツテミレバ! キャンプ」では自分の「ヤツテミレバ!」が試せる場所。そこに集った仲間と逆に刺激を受けながら、私自身も「ヤツテミレバ!」と、暮らしも仕事もチャレンジを継続していきたいと思っています。

「張り替える」という選択肢を

椅子張り店 Z a t o w a (南四王) 北澤 佳奈子



2016年8月、南四王で空き家となっていた工場を借りて、椅子やソファの生地を張り替える、椅子張り店「Zatowa (ザトワ座と輪)」をオープンしました。

座面や背もたれの生地の傷みだけでなく、クッションの弾力性の低下、バネやゴムの劣化によって座り心地が悪くなった椅子やソファの修理を専門としています。張り替えの仕事は、日々異なる

形の椅子やソファに向き合い、その一つ一つに持ち主の思いがあつてとても面白い。そして、どこまでいってもアナログの仕事です。針や釘を一つ一つ抜き、一枚ずつ鋏で裁断し、一針ずつミシンで縫い、時には手縫いし、また一つずつ針や釘で張っていく。あまり知られていない職業ではありますが、どこにでも椅子はあり、その椅子を張った人は必ずいるのです。



20代で転職し、いずれは独立したいと始めたこの仕事。京都



月日を過ごしています。職人名乗るにはまだまだだなと思うことも多く、毎回はじめましての椅子達に日々正座です。

諏訪地域は交通の便もよく、県内に限らず近隣県よりご依頼いただくことも増えてきました。当店ではお客様にご予約いただき、直接椅子を持ち込んでいただき、直接椅子を持ち込んでいただいているので、そんな遠方から来られたお客様へ下諏訪の観光地や飲食店をご紹介できることを、とてもうれしく思っています。

知っている人が誰もいなかった開業当初、この先どんなことがあってもこの諏訪湖の美しい景色を見ればまた立ち上げられると思ひ、この場所で開業するこ

の椅子張り会社へ勤め、下諏訪で起業し、気がつけば椅子張り職人として10年の

とを決めました。あれから5年が経ち、多くの仲間や友人ができ、ご近所の皆さんや町の皆さんにあたたかく見守っていただけていることに、とても感謝しています。

簡単に色々なものが手に入る時代になり、ものはあふれ、世の中には新しく安く買える家具たちが増えました。この便利さはこの先もそう変わることはないかもしれません。けれど、世界で一番小さな居場所である椅子を、その人にとって心地よい場所にしたい。愛着はあるけれど、汚れたり、破れたりして使えなくなつた椅子を持っている方に、今の時代に合う形で再生できるといふ選択肢を、これからも提案し続けていきたいと思っています。



2018年7月展示会の様子

下諏訪町でのものづくり

あんず木工房（御田町）

みやがわ
宮川

あずみ
杏澄



今から12年前、私は木工房への就職がきっかけで下諏訪町に移住しました。今の場所があんず木工房になる前も別の方が運営する木工房でした。そこで3年ほどお世話になった後、同場所に「あんず木工房」をオープンしました。当工房は主に木製家具と木の食器を扱う木工房です。お客様から「ここへ置く棚が欲しい」「お子様のお祝い木のお椀が欲しい」などご依頼いただいたものを制作したり、家具のがたつきなどの修理をお

受けしたりしております。少しでも暮らしに寄り添う仕事をしたいと思い、木工道具の刃研ぎの技術を活かしてご家庭の包丁研ぎも承っております。

工房には併設されたお店があり、ここで作られた木のコップやトレイなどを販売しております。

オープン当時の商店街は地元の方々の、町を元気にしようという様々な活動により空き店舗



軽くて割れない木製のコップ



四ツ角駐車場の近くです
気軽にお入りください

ゼロを達成して間もない頃でした。私はその活動のおかげで下諏訪町にご縁ができた今の生活を送っています。

学生時代の多くを東京で過ごした私ですが、もともと両親が長野県の出身ということもあり下諏訪町での暮らしはゆつたりしていてホッとします。

下諏訪でお店を開いて私が喜びや楽しさを感じることは、お客様から下諏訪町での思い出話が聞けること。繰り返し旅行に来てくれる人や、生活の一つの拠点としてずっと通い続けてくれる人がいるって、とても素敵なことだと思えます。歴史や文化、温泉、老舗の宿、おいしい



工房で作ったものは店内でも展示、販売しています

和菓子屋、細い小道。去年は無かった新しいお店。そんな下諏訪町の魅力と地元の方々の温かさが素敵なご縁を作り続けているのだと日々感じます。
木製品は職人の技術と使い手のお手入れ次第で、何十年と暮らしを支え続けます。下諏訪町でもものづくりをしていると、私が作るものも、誰かの思い出が詰まった存在になってくれたらと願わずにはいられません。
これからも町やものを通して出会えるご縁を楽しみに、手を動かし続けたいと思います。

信州で愛されてきた郷土食「塩丸イカ」

＼ 町屋敷の柳澤さんに伺いました /



海の遠い中部地方『塩の道』と呼ばれる交易路が発達していました。古くから塩を運ぶために、日本海や太平洋から巡らされた道です。

塩は貴重品ですが、何か漬け込んで一緒に運んだ方がより商品価値も高くなるため、江戸時代中期から『塩丸いか』が作られるようになったと言われています。市販のものは1～2時間は水にさらし、十分な塩抜きをして使います。自宅で作る塩イカは、塩抜きをしないでそのまま使えます。



◆ 塩（丸）イカの作り方

（保存性も高く、美味しい塩（丸）イカは自宅でも作れます）

- ① 冷凍イカの場合まず解凍し、わたを取り除き、皮をはぐ。
- ② お湯を50度程度に沸かし、イカを入れて、ゆっくりかき回す。
- ③ 5分位様子を見ながらかき回し、手で押して弾力が出てきたら、氷水に入れ冷ます。
- ④ 冷めたらザルに上げ、水気をきる。
- ⑤ イカの胴体の中・外・下足に軽く塩を振る。
（フリーザーパックに入れ空気を抜き冷凍しておく、と、解凍後すぐ使える）

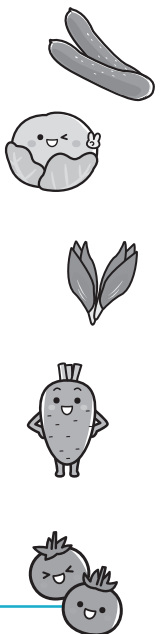
レシピ1

塩イカサラダ

【材料】 塩丸イカ …………… 2杯
キャベツと白菜 500g キャベツだけでもOK ショウガ …… 少々
キュウリ …………… 1本 ゴマ …………… 少々
ミョウガ …………… 1本 味の素 …… 少々
ニンジン …………… 1/2本 ゴマ油 …… 少々



- ① 塩丸イカを塩抜きして1cmくらいの短冊切りにする。
- ② 白菜、キャベツを短冊切りにする。
- ③ キュウリを輪切りにする。
- ④ ミョウガ1本、ニンジン1/2本、ショウガ少々は千切りにし、塩もみする。
- ⑤ しっかり水切りをした①②③④に、ゴマ、味の素、ゴマ油を入れて味を調える。
手でギュッと水気を絞り合わせる。



レシピ2

塩イカのマヨネーズ和え

【材料】 塩丸イカ …………… 1杯
ミニトマト …………… 10個 マヨネーズ …… 大さじ3
キュウリ …………… 1本 コショウ …… 少々

- ① 塩丸イカを塩抜きして1cmくらいの短冊切りにする。
- ② ミニトマトを好みのサイズにカットする。
- ③ キュウリを輪切りにする。
- ④ ①②③をマヨネーズとコショウで和える。



残ったらトマトやキノコを加え、味を調べて翌日も美味!

【材料】	塩丸イカ	2杯	ニンニク	1かけ
(3人前)	ジャガイモ	中2~3個	コンソメの素	2個
	ニンジン	小1本	黒コショウ	少々
	玉ねぎ	中2~3個	塩	少々
	トマト	中1個	水	4カップ
	セロリ	1/4本		

- ① 塩丸イカを短冊切り(3×6cmくらい)にし、下足は食べやすく切る。
- ② ジャガイモ・玉ねぎ・トマトはそれぞれ1個を4つに分け、ニンジンは一口大に切る。
- ③ フライパンに油をひき、ニンニクを炒めてから切った野菜を入れさっと炒める。
- ④ 炊飯器に、水と①③とコンソメを入れてスイッチON。40分したら電源を切り20分蒸す。
- ⑤ 煮えたら、塩・コショウで味を整える。★市販の『塩丸イカ』を使う場合は、塩は無くても大丈夫です。



教育委員会からのお知らせ

町民大学 下諏訪を学ぶ②



演題 「さあ御柱だ 楽しもう 歴史と楽しさを木遣りと共に」

講師：小松 直人 先生 (下諏訪町観光案内所長)

日時：7月18日(日) 午後1時30分～午後3時00分

会場：文化センター小ホール ※当日受付(受講料100円)

来年 壬寅年、天下の大祭御柱祭です。諏訪の人々は御柱と共に歩んでいます。様々な神事や行事、それに独特な生活習慣もあります。私は寅年に生まれ、7歳より御柱に参加し、御柱になくってはならない木遣りを奉仕させていただきました。多くの出会いやドラマと思い出いっぱいの御柱人生は私の宝物です。御柱の流れに沿って木遣りも披露しながら歴史と楽しさを伝えます。

町民大学 下諏訪を学ぶ③



演題 「世界の柱立て祭」

講師：高見 俊樹 先生

(一般社団法人大昔調査会代表理事・諏訪市文化財専門審議会委員)

日時：8月8日(日) 午後1時30分～午後3時00分

会場：文化センター小ホール ※当日受付(受講料100円)

諏訪の「おんばしら」は原始性が感じられる不思議なお祭りです。しかし、世界には実に多様な「柱立て祭」が存在します。また、日本列島各地の古い時代にも、「柱立て祭」的なものが多くあったことが分かってきました。次の御柱祭が間近に迫った今日、民族映像や写真を見ながら、広い視野から柱立て祭の不思議に迫ります。

■ 問い合わせ 下諏訪町公民館 ☎28-0002