

生涯学習

No.570

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.lg.jp

楽しんで、郷土料理を

食育応援隊 吉澤 すえ子



下諏訪町では、住民との協働による食育の推進の一環として「食育応援隊」の募集がありました。私は、この取り組みが始まった当初（平成24年度）に食育応援隊として登録、翌年度から小学校の調理クラブや公民館の料理講座の講師を担当してきました。今年で10年目になりました。食育活動では「地産地消」や「郷土料理の伝承」「行事

食」を大切にしています。今回はこれまでの活動について、写真を添えてご紹介します。一つ目は、小学校の調理クラブの取り組みです。郷土料理として漬物、おやき、草もち、ごはんの薄焼きなどを実習しています。また、寒天料理は作りたての一品でしたので、牛乳羹かんをよく作りました。最近では、かき氷のシロップを使いブルーハワイゼリーを寒天で作っています。子どもたちと触れ合いができて楽しい



小学校の調理クラブの様子

です。

二つ目は、今年一月に公民館から依頼のあった「郷土料理でおもてなし講座」についてご紹介があります。いよいよ来年は御柱祭があります。御柱と言えは主婦は頭を抱え、何を作っておもてなしをしようかと考えています。私は、メイン料理は仕出しで済ませます。

主人の母がいた頃は、お祭りや行事の時は、鯉の旨煮、鯉のあらい、鯉こく、ワカサギの甘露煮、ワカサギの唐揚げなど、諏訪湖の魚料理がメインでした。お嫁に来ておおよそ40年経ちますが、私ができる料理は、鯉こくとワカサギの唐揚げくらい。鯉は捌さばけません。触さわれません。ワカサギが手に入ったら作りたいのが唐揚げです。昨年の暮れにもワカサギを手に入れようとしたが、不漁で手に入り

ませんでした。代わりに作ったのが「小女子こしょうなことくるみ」です。酒のあてによいですよ。

また、前回の御柱祭りの時に好評だったのが、「高野豆腐のあべかわ」です。高野豆腐を戻し水気を絞り、片栗粉をまぶして油で揚げ、きな粉（砂糖・塩入り）をまぶすだけ。2、3個とつまみたくなり、冷めても美味しいです。

里曳きの頃には、新生姜の季節になります。甘酢漬けや佃煮がお勧めです。私は、新生姜が出回る頃、佃煮をたくさん作って冷凍しておき、箸休めやつまみに使います。旬の自家製の山菜の天ぷらもお出しします。山出しの時は、ふきのとうの天ぷら、里曳きの時は、タラの芽、ウド、ごごみ、三つ葉などの天ぷらが喜ばれます。

P・S 現在も食育応援隊を募集しています。(保健センター)



採れたてきゅうりは
おいしいな!

話は尽きませんが、少しでもお役に立てばうれしいです。料理を楽しんで作りましょう。

天ぶらのほかに、ふきのとうはふき味噌として野菜スティックに添えます。ごみは浅漬けにしています。そのほかに、自家製の落花生をゆでて冷凍しておき、おこわやケーキにする



落花生を加えて作ったおこわとケーキ

郷土料理でおもてなしレシピ ①

ゆで落花生の煮こわ

材料 (3~4人分)
もち米 …………… 2合
ゆで落花生 …… 100g
塩 …………… 小さじ1
ごま塩 …………… 適宜

作り方

- ① もち米を洗う。
- ② おこわのコースの水加減で水をはる。
- ③ 塩を混ぜて、ゆで落花生を乗せスイッチを入れる。
- ④ 炊きあがったら、ごはんを落花生と混ぜる。
- ⑤ 食べる前にごま塩をふる。



郷土料理でおもてなしレシピ ②

小女子とくるみ

材料
小女子 …………… 250g
くるみ …………… 250g
ざらめ …………… 100g
しょうゆ …………… 90cc
さとう …………… 180g

作り方

- ① 小女子を皿に広げ、レンジ600wで2分30秒~3分加熱する。
- ② くるみも皿に広げ、レンジ600wで約3分加熱する。
- ③ 直径24cmくらいの鍋にしょうゆとさとうを入れ沸騰させ、泡立つまで煮る。
- ④ へらで鍋底に線が描けるようになったら、小女子、くるみ、ざらめを入れ、火を止める。
- ⑤ 鍋を振って全体をからめる。
- ⑥ クッキングペーパーを敷いたバットかお盆に広げて冷ます。



東山田の道祖神をめぐる

第7区分館 家庭教育講座「私達の町の史跡巡り」より

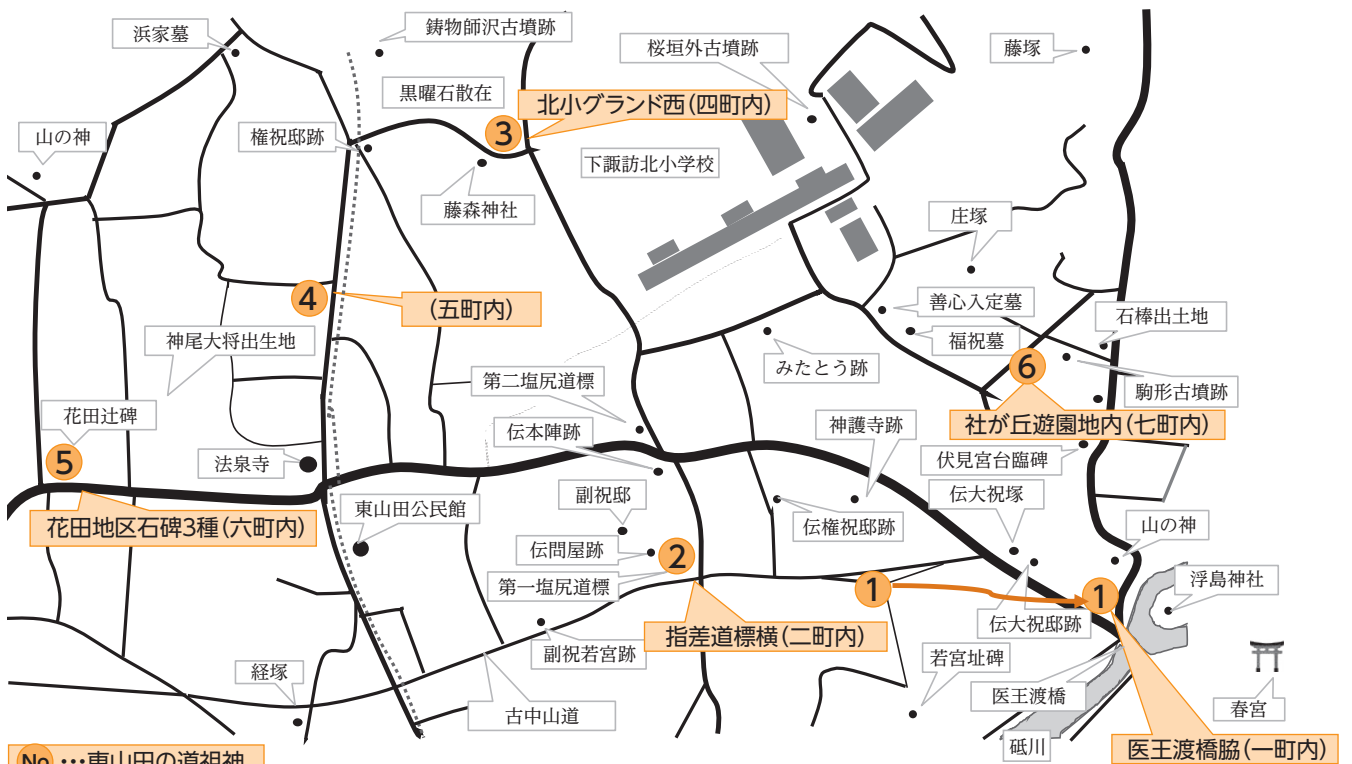
6月6日に下諏訪町の「未来へつなぐ歴史文化伝承事業」の採択を受けて行われた第7区分館家庭教育講座「私達の町の史跡巡り」の「道祖神ガイドブック」(制作・令和3年度第7区分館文化部、発行・第7区分館長 増澤正裕、編集・文化部長 豊島健之、監修・東山田史話会会長 宮坂源吉〈敬称略〉)より抜粋させていただきました。

東山田は、おおよそ1万年以前の旧石器時代から人が集落を形成し、古代の交通の要衝でありました。当地を横切る古道(中山道)は、矢じりなどの材料として重宝された和田峠産の黒曜石の輸送路や、江戸時代は九家へのぼる大名の参勤交代の通路として利用されていたようです。路傍には6か所に道祖神がありますが、道祖神とは日本古来からあった生産、生殖の神として五穀豊穡や子孫繁栄、縁結びの願いをかけたものや、「岐神」・「賽神」として自分たちの村に悪いものが入ってくるのを遮る護り神と信じて祀られたものと言われております。

信濃の国を歩いていると、馬頭、庚申、道祖神といった石仏の豊富さに驚かされます。国中に分布散在する双体道祖神(一石に二神を並べて刻んだもの)の存在が大きな特徴と言えます。その分布は、長野・群馬・静岡・山梨・神奈川の5県に数多く存立しているようです。(中略)

病気が流行っても原因がよく判らない、災害が発生したらその被害は甚大である、でもお寺や神社を建てただけのお金はない、そこで村人達は、村の繁栄や悪霊退散、五穀豊穡を願って村との境界に丸く削った石や奇石を置き始め、そのうちそれら繁栄を願う意味を込めて仲睦まじい男女の姿が彫られるようになった、というのが双体道祖神の始まりなのではないかと考えます。

東山田の主な史跡と道祖神(6か所)





No...東山田の道祖神


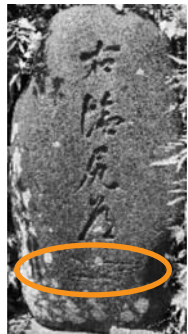


◎下諏訪体育館11月の休館日は、2・4・9・16・24・30日です。

東山田の道祖神を一つ一つ見てみましょう



① 医王渡橋脇(一町内)

		<p>江戸時代中山道近道沿いに立つ1.05×0.80mの双体神 かつては同じく中山道近道沿い神宮路西にあったものが、現在の場所に移設された。神宮路（じぐじ）とは東山田東辺一帯の呼び名で、神宮路、神供路なども書き神領地域の呼び名である。男女の着物の裾の形状に違いはあれど、並立して御幣を持つ形は④⑤と同じであり、これら三体は同時期に作られたのではないかと推定される。</p>
---	---	--



② 指差道標横(二町内)(上:文字碑と第一塩尻道標、下:第二塩尻道標)

		<p>江戸時代中山道近道と古中山道の交点（南側）に立つ1.10×0.90mの文字碑 江戸後期に立てられた東山田の道祖神の中ではここだけが双体神ではなく文字碑である。 文字碑と並んで第一塩尻道標が在る。塩尻道は、急ぎの旅人などが春宮東で中山道を逸れ東山田を通り西山田（中村）を経て今井から中山道に入った近道である。参勤交代に逢わないための間道として御岳山の行者等が多く利用した。 第一塩尻道標には、右折する所に進行方向を教える指さしの道標がある（写真の○印）。100m程北に上がると第二塩尻道標があり、「左塩尻道」、「右山道」と記されている。山道とは北小西側を通り社中へ続く坂道と思われる。</p>
		

③ 北小グラウンド(四町内)

		<p>0.96×0.90mの双体神 鎌倉街道付近に設置されている。像の風化が他の双体神より激しく、一番早くに作られたものと推定される。顔や着物の形状等は判別不能であるが、御幣を持っていない点等、他の双体神とは明らかに異なる特徴を有している。</p>
---	---	--

④ (五町内)

		<p>1.04×0.90mの双体神 法泉寺から福沢川沿いに熊野神社に続く道と西浦薬師堂へ向かう道の交点に設置されている。鎌倉街道との交点かとも思われたが、どうやら違うようである。並立した男女が御幣を持つ形は、①⑤と同じである。</p>
---	---	---

私たちの町の史跡巡り

⑤ 花田地区石碑三種(六町内)



江戸時代中山道近道沿いに立つ1.30×1.00mの双体神
男女の着物の裾の形状に違いはあるが、並立して御幣を持つ形は①④と同じである。また彫像の残り具合も①④と同程度であることからこれら三体は同時期に作られたのではないかと推定される。



文化10癸酉年庚申講中6人で建立

庚申信仰は我が国でも古くからあり、庚申の夜は眠らないで身を慎むという守庚申が行われたのは平安時代からと言われている。庚申待とは、庚申の夜、眠らないでお祭りを行うことであり、結縁の人が当番の家に集合して行ったが、村ぐるみもあり、村で幾つもの組がそれぞれ行ったところもあり、娯楽に乏しい農山漁村では楽しいお祭り行事として親睦と交情、相談事にはもってこいの日であった。

人間の体には三尸さんしという虫が棲み、毎日毎夜、人間の行動を監視して、60日に1度やってくる庚申の晩には人々が寝静まる頃を見計らって人体を抜け出し、天の帝釈天たいしゃくてんに告げ口に行き、天帝はその罪の如何によって人の寿命を縮めるという道教の教えが一般に信ぜられ、庚申の夜は眠らなければ流石の三尸虫も人の体を脱出することが出来ないのです。まずは安心と考えられたものであろう。



明治13年庚辰月十八日建立

養蚕の神様は馬鳴菩薩めみょうぼさつといわれ貧窮の家に生まれたものに衣服を与える菩薩又養蚕機織を教えた人という、中国の民間信仰による。

明治、大正、昭和と栄えた、養蚕が盛んだった頃を思わせる碑で共同飼育、消毒、祭り等をした。

⑥ 社が丘遊園地内(七町内)



昭和53年12月建立

資料が無く、詳細不明。



コロナ禍で何かと不自由しているだろうけど、こんな時だからこそ普段目にはしていないけど気に留めていないことにも注目してみよう。思わぬ新しい発見があったりするかもケロよ。道祖神もそう！村にコロナウイルスが入ってこないよう頑張っているところを見てもらえたらと〜っても嬉しいケロよ！

下諏訪町教育長杯

第20回チャンスボール大会

- 日時 11月14日(日)
受付開始 8:00~
開会式 8:30~
終了 12:30頃
- 会場 下諏訪体育館 アリーナ
- 募集数 18チーム(1チーム5人編成)
男女混合・年齢は問いません
- 参加費 無料



- ◆ お申し込み
下諏訪体育館窓口
または、☎27-1455
- ◆ 申し込み締め切り
11月7日(日) 17:00

チャンスボールは、カーリングとマレットゴルフを合わせた下諏訪生まれのニュースポーツです。中央の的を挟んで交互に球を打ち合い、得点ゾーンの合計点が高いチームが勝ち。最後の1球で逆転のチャンスがあるため、チャンスボールという名前がついています。

※当日は運動のできる服装で、上履き、マスク、タオル、飲み物をご持参ください。
※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、内容の変更又は中止となる場合があります。



町民大学 下諏訪を学ぶ④



演題 「フリークリエイターが御柱から見た未来」

講師：石埜 穂高 先生

(スワニズム編集長・NPO法人 jomonism 理事)

日時：12月4日(土) 午後1時30分~午後3時00分

会場：下諏訪総合文化センター 小ホール ※当日受付(受講料100円)

本物のグローバルカンパニーは凄い。でも、それでいいの？今の日本の大企業はオゾイ。でも、いいんじゃないの？フリーのクリエイターとしてさまざまな企業や役所と仕事して見えてきたことは、御柱に象徴される諏訪力が、これからの世界にとってどれだけ大切かということです。未来の見方のヒントとして聞いてください。

■ 問い合わせ 下諏訪町公民館 ☎28-0002

当日は、文化センター駐車場はワクチン接種会場の駐車場となるため、混雑することが予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用いただくか近隣の駐車場をご利用ください。詳しくは、下諏訪町公民館までお問い合わせください。

町立図書館のおすすめ本コーナー

「ものが語る教室 ジュゴンの骨からプラスチックへ」 盛口満 著 岩波書店

授業はタイクツ、理科の授業は難しい、虫は怖い、骨なんて気持ち悪い。そんな魔法にかけられた学生達の魔法を解くべく、ゲッチョ先生こと盛口満氏はホンモノの骨をザックに背負って授業に向かう。ゲッチョ先生の授業では、ホンモノのモノ(骨・化石など)を見て触れることでそのモノの「くらし」と「れきし」が紐解かれていきます。ユニークな化学教師でもあった亡父・盛口襄氏との思い出と共に、楽しくも「学び」の本質にも迫るエッセイです。



紹介した本は図書館で借りられます。電話でも予約が可能です。 ☎27-5555