

クラッシー

CLASSY

ワンランク上の暮らしを考える人の情報紙

クラッシーのバックナンバーがインターネットでご覧になれます。「デジタルシティやめ」→クラッシー→検索

3 MAR

発行 筑後八女地区 西日本新聞エリアセンター
企画 イースタンコミュニケーションズ
印刷 株式会社 東兄弟 TEL 0943-24-2111
八女市祈禱院563 〒834-0025
HP:www.dcity-yame.com
E-mail higashikeyitei@tea.ocn.ne.jp

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
4	7	8	9	10	11	12
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
3 三りんぼう 先負 輝翔館中等教育学校 吹奏楽部定期演奏会 13:30 開演 (おりなす八女)	4 28日 仏滅 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	5 29日 大安 3月3日(日) ●十二単衣と東帯姿の結婚式(福島八幡宮)10:00~ ●願い雛(八女公園)12:00~ ●八女福島の燈籠人形特別公演(八女伝統工芸館別館) ●八女茶手もみ実演(八女伝統工芸館)10:00~ 3月3日(日)・10日(日) ●ひな巡り無料バスツアー(八女伝統工芸館) 3月9日(土) ●宵の雛(福島八幡宮)15:00~ 雛の里 八女ほんぼりまつり イベント	6 三りんぼう 赤口 川崎病院「ミニ健康教室」 日時 3月23日(土)14:00~ 場所 川崎病院5階第1会議室 演題 「骨粗鬆症のはなし」 講師 松山 直也(整形外科専門医) 参加費 無料(要予約) 定員 40名 お申し込みは 0943-23-3005 山口	7 2月1日 友引 春♪そよ風コンサート 14:00 開演 (おりなす八女)	8 2日 先負 1 1月25日 先勝 なんでも人権相談所 (八女市社会福祉会館)	9 3日 仏滅 劇団大藤「TOKI2019 (朗読と音楽)」 12:00 開演 (おりなす八女) 避難訓練コンサート 14:00 ~ (サザンクス筑後)
10 4日 大安 八女軽トラ市9:00~12:00 (八女観光物産館駐車場) 小林沙羅ソプラノリサイタル 15:00 開演 (おりなす八女)	11 5日 赤口 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	12 6日 先勝 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	13 7日 友引 なんでも人権相談所 (筑後市中央公民館)	14 8日 先負 春♪そよ風コンサート 14:00 開演 (おりなす八女)	15 9日 仏滅 定例法律相談会(要予約) 10:00~12:00 (八女商工会議所) ☎22-5161	16 10日 大安 人生史サークル黄檗の会 (八女福祉会館) スプリングコンサート 「春の祭典」 14:00 開演 (おりなす八女)
17 11日 赤口 日本の歩きたくなるみち500 選大会in八女(八女歩こう会) 映画「野球部員、演劇の 舞台に立つ」上映会 ①14:00 ~、②17:00 ~ (おりなす八女)	18 三りんぼう 先勝 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	19 13日 友引 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	20 14日 先負 氷川きよしコンサート 14:30 ~・18:30 ~ (サザンクス筑後)	21 15日 仏滅 春分の日	22 16日 大安 無料弁護士法律相談 13:30~(八女民主商工会) 要予約 ☎24-2727	23 17日 赤口 中国雑技芸術団公演 12:30 開演 (おりなす八女)
24 18日 先勝 八女軽トラ市9:00~12:00 (八女観光物産館駐車場) 八女プラス・ステーション 13:30 開演 (おりなす八女)	25 19日 友引 お風呂の日(特典あります) (グリーンピア八女)(公園の宿) (温泉館きらら)(べんがら村)	26 20日 先負 お風呂の日(特典あります) (グリーンピア八女)(公園の宿) (温泉館きらら)(べんがら村)	27 21日 仏滅 プロムナードコンサート 「カリノヴォーチェ」 19:00 開演 (おりなす八女)	28 22日 大安 原口あつみ 水本 艶子 酒井 眞理 柴田 眞理 一瀬砂智子 美座 辰次 野中 勝美 松延 朝美 山崎 陽子 結束 節子	29 23日 赤口 猪田 時恵 井ノ口登美子	30 三りんぼう 先勝 中国雑技芸術団公演 12:30 開演 (おりなす八女)
31 25日 友引 元旦や赤子二人の未来像 四世代揃って座る屠蘇の膳 初風呂やお国なまりの花が咲く 去年今年老の生きがい五七五 吉泉 守峰 原 宣子 深町 和子 西島志乃 芙 武田 行夫 平田 清香 中村テルコ	立花俳句会 孤独居の膳に七種届けらる 鏡文字繰り返し見る年賀状 ふつくらと押し合いをするおでんかな 吉泉 守峰 原 宣子 深町 和子 西島志乃 芙	上陽町 陽泉俳句会 喜怒哀楽しづしづ続き初句会 今一度鏡をのぞき初句会 一望の耳納連山初明り 冬至晴そんなんと日でありにけり 吉泉 守峰 倉ノ下和代 中村 境子 荒川ミヤ子 城後 正子 大坪 延子 大坪 清香	ひろかわ俳句会 ちゃんちゃんこ庭に幼の靴の音 初日記この一行に昂れる 初明り浮かぶ奥八女御前岳 読み初めは九州南朝物語 初恵比須粋な芸子の従参り 森ゆする平成最後除夜の鐘 初釜の部屋に広がる抹茶の香 日常の徐徐に動くや齋粥 太箸を五つならべて今朝の膳 大皿をはみ出す鯛や大旦 すそ分けの古紙に包まる春大根 原口あつみ 水本 艶子 酒井 眞理 柴田 眞理 一瀬砂智子 美座 辰次 野中 勝美 松延 朝美 山崎 陽子 結束 節子	筑後俳句会 あでやかに破魔矢鈴鳴る芸者衆 殖生 洋美 水本 辰次 藤島千代子 水本 艶子 浅田つぎ子 井ノ口登美子 猪田 時恵		



月2回、九州芸文館にてアクリル画講座を受けています。女性美の追求を生涯のモットーとして仲間と楽しく描いています。「いつまでも恋心は忘れずに」が若さを保つ秘訣だと思っています。



筑後市熊野
大塚 寛

今月の山柳



春の訪れと共に楽しみなのが竹冠に匂と書いた筍である。子供の頃から親しんだ食材で我家の定番は、煮物と炊き込みご飯である。竹の子は、日本人好みの古里の味の食べ物である。

八女川柳会 安達 昇

今月の色



菜の花や月は東に日は西に(蕪村) ナノハナは花菜と呼ばれ、春一番の季節を呼ぶ食材である。プロッコリーやカリフラワー、チンゲンサイ、キャベツや白菜、大根などを一度は家庭菜園で挑戦したものの手に負えず、盛りが過ぎて臺が立って黄色い花畑にした経験がある。

その色は明るく春の日に輝いていた。

八女茶で健康 第43回 やっぱり! 静岡の川根本町は「お茶で健康」

本年2月に静岡県榛原郡川根本町の「フォーレなかかわね茶茗館(ちゃめいかん)」に行ってきました。町の直営施設で、大井川上流の山あいにあります。この町は国内有数の高級煎茶の産地で、田畑はほとんどが茶園です。1893年にはアメリカ合衆国国際博覧会(シカゴ開催)に川根煎茶を出品し、極上煎茶賞を受賞されています。

この施設の方から、お茶が人間の体に良いということを知りました。この町では胃がんの発生率が全国平均の約5分の1だそうです。また、保育園・幼稚園では冬になるとお茶でうがいをしており「かぜ」の予防に役立っているそうです。さらにお年寄りに虫歯が少ないのも特徴です。一般的には一日10杯の緑茶を飲むことで効果が出るそうです。

言うまでもありませんが私は「やっぱり!」と思いました。そして、地域ぐるみで取り組まれている「お茶で健康」文化に感心しました。

お茶はおおよそ飲んでから30分くらいで体に吸収されます。そして効果が2時間程度継続するという話を聞いたことがあります。また、そんなに飲めない人は一口だけ喉を濡らす程度でも、何回も繰り返すことで「歯や口・喉」にも良いそうです。

静岡県立大学薬学部教授・健康支援センター長の山田浩先生は、東京都茶協同組合への本年1月11日の寄稿文中で、茶は「菌・ウイルス、動脈硬化・生活習慣病、アレルギー・がん、認知症」に対し、様々な効果があると書かれています。

さて、もう一杯、お茶を飲もうかな。
福岡県茶生産組合連合会 事務局長
仁田原 寿一



施設入口



「フォーレなかかわね茶茗館」でお茶をいただく

教師道

⑫

森下 計二

お兄ちゃんが持っているものを妹がほしがったり、友達が使っているものをうらやましがったりすると「ひとのまねなどしてはいけません」なんてしゃべります。ひとの絵や作文などを見て書くとか「まねはいけません」などとも言います。テストのカンニングは、少し考えものですが。しかし、子どもが育っていく上では「まね」はよしあしなく、とても大切なことです。おとなのしぐさをみて生活のしかたを覚えて、自分もやってみます。はじめは上手にできなくても、まねて、くりかえしてだんだんできるようになります。まねることは、「お

手本」にするということでも大切なことでもあります。「習うよりも慣れよ」ともいいます。夏休みの宿題にC子ちゃんが、とても上手な図画をかいてきました。ところが、それを見た子どもたちが、ある絵本の「丸写し」だと言っただけで、自分

で描いたのではないだろうと。「まねが」なんて言葉が「学ぶ」の語源だそうです。上手にまねたものを否定することは、その子の成長を止めてしまうこと

にもなるよ、私は、周りの子らによく説明しました。C子ちゃんはホッとした顔になりました。



こんにちは。八女警察署です。

最近で危険な犯罪「サイバー犯罪」

今月号では身近な犯罪なのに、意外と知られていない「サイバー犯罪」について紹介していきます。

今回は、様々なサイバー犯罪の中から、3つ紹介します。

● サンアタッチ詐欺 サイト上に、無断で成立したかのような画面を表示して、代金を騙し取る



● 悪作動貼付け 「ポップやアニメなどの悪作動を無断でネット上に貼り付ける



サイバー犯罪は、皆さんの身近に潜んでいる犯罪で、同時に非常に危険な犯罪でもあります。

さらに、誰もが被害に遭う可能性があり、知らないうちに犯罪者になることもあります。

● もしも、サイバー犯罪の被害に遭ってしまったら●

相談窓口	サイバー犯罪に関する情報提供の受付
URL	http://www.police.pref.fukuoka.jp/traffic/cyber.html
相談先	サイバー犯罪の被害の届出や相談
	最寄りの警察署へ

野鳥ウォッチング ④6 コジュケイ(オス)



コジュケイは、中国南部から移入されたようです。ウズラを大きくしたような鳥で「チョトコイ・チョツトコイ」と甲高い声で鳴き、地面をけるように歩き、群れになって行動します。

矢部村 栗原 浩暢



毎月第一火曜日の午後、大東寺には明るい話し声と笑顔が集まります。「むつかしいねえ」と言いながらも画材とにらめっこ。スイスイと筆をすべらせて……。道端の草花、庭先の小花、畑の野菜、みんな大切な画材です。そんな自然との出会いも季節の移ろいも楽しみのひとつになってきました。そしていつの間にか八年の月日が経っていました。毎年秋に行なわれる作品展示会で一年の勉強の成果を披露します。それぞれに個性豊かな力作が揃っています。皆さんの方が見に来ていただきたい。ぜひ一度、お出かけ下さい。



八女市馬場 原口 和子

健康万歳 ③ 見つけない方がよい「がん」もある。

最近ガンに罹る人も、死亡する人も多くなっている。長寿と永年の生活習慣が原因と言える。高齢者では2人に1人がガンに罹っていても死亡率が3人1人であれば6人に1人はそれが症状として現れないだけのことである。

①まずガンを良く知ること。②ガンを怖がらないこと。

ガン細胞は身内の異端児で、初めからガン細胞として成長したものでもなく毒素を発生するものでもない。今のところ1個のガン細胞が臓器がんを発生するまでには20年近く掛るらしいが、医学の進歩はもっと早期の微小ガンの発見までも可能な段階になってきた。1滴の血液で診断可能となれば当然早期治療に繋がり、がん検診の意義が大きい。

現在行政が住民向けに行なうがん検診は胃がん、肺がん、乳がん、子宮頸癌、直腸がんが早期に受診すれば完治率も高い。完全に取れるものであれば早期ほど延命率も高くなる。

すでに転移しているガンは「治らないガン」であり、早期発見して手を加えても既に他の部位に転移している可能性があって、後で再発ガンとして患者を苦しめるだけの「手術関連死」になり得る。余命3カ月の予告はおおむね信じがたい。

前立腺がん、子宮体がん、肝臓がん、卵巣がんなど推奨外ガン検診を行っている行政体も多いらしいがこれが延命に繋がるかと言えば疑わしい。特に高齢者ではQOL（生活の質）を悪くしたり、生活機能を落としたりするので不利益が利益を上回ることもなる。

齢を加えると誰でもクスリを代謝する腎機能や肝機能が落ちるし、嚥下機能が低下してこれが食欲不振にも繋がりがねない。特に大きな手術の場合には麻酔の影響が看過できないしQOLは確実に落ちる。

特に高齢者ガンでは無治療も1つの選択肢と考えたがよい。がんが終末期に至るまで自覚症状もなく天寿を全うするケースはこれまで幾らも経験してきた。過去、ガン治療も制がん剤、手術、放射線と一貫して行われてきた。新しく第4の治療として免疫療法が陽の目を見るのもそう遠くない気がしている。 林 栄一（医師・立花町）

健康よもやま話 ③



姫野病院：松浦 緑郎 (健康管理士一般指導員)

一過性脳虚血発作

誰もが「脳梗塞を未然に防ぐことができたなら……」、と考えますが、じつは脳梗塞には、「前触れ発作」があることが少なくありません。

一般に頸動脈や脳動脈の動脈硬化が強い部位では、血液中の血小板が凝集しやすくなっており血栓（血液の固まり）ができては剥がれ、そして溶けるということを繰り返していると考えられています。

ところが、この血栓が溶けてしまう前に末梢の脳血管に引っかかって血液の流れを止めてしまうと、めまいやしびれ、片麻痺、言語障害といった症状が現れることがあります。

ただ、この血栓はすぐ溶けたり、あるいは細かく千切れて流れ去ってしまうために血流もすぐに再開されます。症状も一過性で、多くは数分から数十分以内と、比較的短時間のうちに完全に回復して、全く後遺症を残しません。

このような症状を医学的には、「一過性脳虚血発作」（脳梗塞の前触れ発作）と呼ばれています。以前は、突然起こった神経の局所症候が24時間以内に完全に回復するもの、と定義されていましたが、最近では、その持続時間は問われていません。

いずれにしても、一過性脳虚血発作を起した人は、そうでない人と比較してみると、非常に高い確率で脳梗塞になりやすい、ということがわかっています。

実際、一過性脳虚血発作を放っておくと3カ月以内に15～20%の人が脳梗塞を発症し、そのうちの半数は、一過性脳虚血発作を起してから数日以内（特に48時間以内が危険）に脳梗塞になる、とも言われています。

ですから、一過性脳虚血発作は、「近い将来、脳梗塞を起こす可能性がありますよ。注意して下さい」という脳からの警告だと受け止めなければなりません。このような発作があるときは放置せずに専門的な検査を受け、脳梗塞の発作を未然に防ぐ必要があります。



福岡県6次化商品コンクール奨励賞受賞!!

八女農業高等学校

1月30日ヒルトン福岡シーホークホテルで平成30年度ふくおか「農と商工の自慢の逸品」展示商談会、福岡県6次化商品コンクール表彰式が行われました。

本校生物利用科から出品した「八女農からの贈り物 玉露のめぐみ」が見事、奨励賞を獲得し、服部誠太郎福岡県副知事より表彰を受け激励されました。

この玉露のめぐみは、代々受け継がれてきたものに磨きをかけた商品です。リニューアルにあたっては、「高級志向」にテーマを絞り、材料にもこだわり、主役の玉露は校内の実習地「北山農場」の茶園で丹精込めて育てたものを使用しています。

一般的なものより玉露の抹茶を2倍くらい多く使用しているため、玉露の香りと深い味が特徴で、美しい緑色に仕上がっています。生徒たちが自信をもってお勧めする人気の商品です。玉露のめぐみは本校の敷地内にある直売所「みらい館」や地域のイベントなどで販売しております。

3月の校内販売所 (八女農みらい館)の開館日

5日(火)、12日(火)、19日(火)、22日(金)、26日(火)、29日(金)

販売時間は、10時30分～12時30分です。皆様のお越しをお待ちしています。



3月 生産者手づくりのさげもんを展示販売中



さげもん祭り開催中

道の駅 たちばな 立花町下辺春国道3号線沿 TEL 0943-37-1711

わが世の春

「風が解散したら私なに生きがいにすればいいのよ!」と、背後からやるせない声が聞こえてきた。お連れれの女性と一緒に大きなため息。熱烈な嵐ファンとみえて、嵐のコンサートのお出でを延々と二人で語り合っている。スタバでコーヒーを飲みながら、私は二人の熱量のすごさに圧倒された。席を立つ時、何気なく振り返って驚いた。グレーヘアの70代と思しき女性二人。この年代の女性は自分の事はいつも後回し。夫や子ども家族の事を優先する日々の何と長かったことだろう。やっとなんか自分を楽しみ。それが嵐だったのか。少女のように弾ける二人。正にわが世の春。同じようなことがあった。もう10年も前の事。鎌倉霊園のバスに乗り合わせたご婦人は、ひと際立派な花束を抱えていた。

「錦ちゃんの命日」で、お墓参りに来た。飛行機に乗って九州から来たとのこと。驚くのは早かった。毎年、錦ちゃんの命日にはお墓に参ったあと、海辺のホテルにファンが集い、在りし日の錦ちゃんの映画を一晩中楽しむそうだ。ご主人さま随分理解のある方ですね」と尋ねると、婦人はにこやかに答えた。「はい8年前に仏様になってから優しいの」 お洒落をして錦ちゃんに手向ける素敵な花束を持つ婦人。人生でやるべき仕事を終え見つけた自分へのご褒美。ブラボーである。 夏生



水墨画の御縁を得て5年目、家のリフォームや体調をくずしたりで、まだ初心者です。安達昇先生、橋爪紀子先生や会員の先輩方すべて師で、心くばり気くばりの届く方々に囲まれて楽しい時間をすごしています。丁寧にやさしく御指導下さいます。人との縁も広がりに思いもかけず老後の趣味を堪能しています。基本が出来てなく深みのある絵が書けません。奥深い墨の世界に出来る限りかかわっていきたく考えています。痒い所に手の届くお世話の出来る先輩方に囲まれ、人としての道も教えていただいています。私も皆様のようになりたいと願っています。居心地の良い教室でいっしょに学びませんか？



八女市本町 樋口 ルリコ

びーふ亭

国道3号線八女市吉田信号の東北角にある瀟洒な2階建。室内・調度もシックな色調で統一され、さすが36年の歴史を持つ風格である。

ジュージュー焼き立てのハンバーグやサイコロステーキセットは孫から爺ちゃんまで人気がある。ステーキもその日のお財布事情でリーズナブルから豪華版まで揃う。サイドメニューのピザやグラタンもおすすめ、いつ何を食べても決して裏切らないおいしさを保っている。カップル、女子会、ファミリーの記念日等に利用でき、広い客層に根強い人気を誇っている。

びーふ亭
八女市吉田 1576 - 1
☎ 22 - 2982



この券持参のお客様
本日のお食事代
10%off
ランチタイムは除きます
2019年3月末まで有効
びーふ亭

「三徳の家庭菜園」④6

【児菜】～肥大した側芽が美味しいカラシナ;『蕾菜』の仲間～

児菜は中国南西部原産で、カラシナ類の中でも主茎の頂芽と側芽の肥大した部分を主に食用とする茎・芽カラシ菜の一種です。この児菜の仲間肥大側芽を『蕾菜』と名付けて売られている品種もあります。

児菜は、我が国に紹介されて未だ10年程度の新野菜ですが、アクが殆ど無く、独特の辛味と食感があって、天ぷら、漬け物、炒め物、またスープに入れても美味しく食べることが出来ます。

生育適温は10～20℃の秋冬野菜で、冬が温暖な平坦地域を好み、葉がやや薄いこともあって霜害には弱くて、寒さの厳しい地域での栽培には適しません。

9月中旬～10月上旬に128穴程度のセルトレイに播種を行い、約30日ほどして定植すると翌年の1月上旬～3月末に収穫期に達します。

収穫時には一株が3～5kg程の大株になるので、幅160cm程の畝に千鳥の二条で、株間は50cm程と広めにとって植える必要があります。また、栽培期間が長いので、基肥は窒素成分で20kg/10a程度ながらも緩効性肥料を6割ほど使うか、定植30～45日後に追肥を施して大株に育てるのが栽培成功のポイントです。

収穫時期は、株の上から見て主茎を包む葉が主茎頂芽の肥大とともに少しずつ開くが、その開いた部分の直径が8～10cmになり、主茎の頂芽肥大部が見えてきたら、側芽の肥大状況も診て収穫します。

福岡県農業大学校 嘱託 林 三徳



●収穫期に達した児菜。
※主茎を包む葉が開き、頂芽部分が8～10cm程度になったら、側芽の肥大状況も診て収穫を判断する。



●収穫期に達した児菜株で外葉を除去した姿。
※この様に主茎頂芽の下に、肥大した側芽が数個付いている。

矢部川源流・杉の里の四季 ⑧9

ゲンゲ(紫雲英)[マメ科]



一般にはレンゲあるいはレンゲソウ(蓮華草)と呼ばれているが、標準和名はゲンゲ(紫雲英)という。10個ほどの紅紫色の花が車輪状に並んでいる姿がハス(蓮華)に似ていることに由来する。

花期は4～6月。

春の季語、ゆでた若芽は食用になり、蜜は格別にうまい。利尿や解熱などの民間薬として利用され、水田の肥料として大活躍した。

黒木町 松尾 重根

クラッシー文芸

■睦会

腹くちし寒九の水の胃にぞ沁む

里一軒日の丸掲ぐお元日

大旦那すくの教へ亥に習ふ

すらすらと七草言えて孫娘

父親の一喝に似て冬の雷

志ひとつ増せり初日記

正月の顔してをりぬ神の鯉

■紫苑句会

初日記恙なしとぞ濃く太く

一病も息災となし日向ぼこ

路地奥に杵音響く楮搗く

山茶花や咲きこぼれたる散歩径

参勤の街道大樟淑気満つ

■黒木町 ぐすの実句会

初明り惑星の空二分する

夢の字の紙をはみ出す筆始め

花リレー先達てふ蠟梅匂ふ

日溜りを追うて大根干しにけり

去年今年山と川ある里に老い

書き初めを病の床で宙に書く

霜枯れや猫の獲物は土竜の子

■立花短歌会

初春に孫と摘みたる野辺の花アレンジにして

玄関飾る

正月に初下ろしとして靴セーター揃えてくれ

た父母思う

初市にみかん苗求め補植する齢に重ねて生る

時期を読む

初雪の降りたる朝のうぐいすは春まだ遠しと

冬声で鳴く

今はもうまぼろしなれど初恋をたどれば懐かし

し中学校舎

人波の中に華やぐ乙女らの晴れ着姿の初々しさは

初釜にまねかれし日のお茶席は静寂の中気を

張りつめし

赤々と古竹燃える火爆せる音眠る山起こすか

初の仕事は

年明けに早くも来る災いは三日に地震四日目は

火事

エコバック初めて持ってAコープへ妻のメモ

見て買う食料品

城戸 和子
大坪 榮子
松尾 貞義
大田真紗子
伊藤 幸子
松尾 美喜
穴見ミキエ
堤 多鶴子
中川原篤子
井上トシ子
松延みさと
牛島 景子
吉泉 守峰
寺田 睦子
松尾満留美
野崎万智子
青木 早弓
東野 蓉子
松尾アサ子
樋口 愛子
鶴 邦子
橋本 泰州
野中 裕政
櫻木 敦子
田中たつじ
中島 睦美
井上 精
松尾ミサキ
鶴 隆次郎