



街かど gallery

うっとおしい梅雨に、鮮やかな花で色直をし、気分を晴れやかにしてくれる紫陽花は、藍色と子供ころ紫陽花は、藍色と雨に濡れ紫陽花の花
七変化
八女川柳会 安達 昇



今月の山柳

今月の色

黄色

夕やみが迫る頃、あえかな光の乱舞を見せる螢の光は入梅前ひとときの清涼剤



「春もみじ鑑賞」と銘打った新緑の奥入瀬溪流ツアーに参加したことがある。「住まばば日の本遊ばば十和田 歩きや奥入瀬三里半」と大町桂月称える天下の絶景を散策しているとふと黒木町の田代川を連想した。田代川の兩岸は山裾が川に至り、杉の大木が川面を覆う。晩春から初夏には山藤、藪椿、ツツジ、ウツギなどの花々が彩り、鶯や目白のさえずり

りが瀬音とともに心地よい。道中手入れされた茶畑や竹林など、のどかな山里風景が見られ、清流と故郷の自然を守り続ける地元の方々の優しい営みが偲ばれる。田代川沿いはこの時期ホタルの見所として知る人ぞ知る名所である。6月3日〜5日の田代ホタルまつり（田代農村活性化センター）では3日お茶会、5日コンサートが開かれる。ホタルがよく飛ぶのは湿度と気温の高い、今にも一雨きそうなジメツとした日没前がおすすめとか。マナーを守って静かに見物しましょう。問い合わせは実行委員会代表古沢浩志さん090-4341-0147迄。



八女市室岡 松尾 美喜
私と水墨画の出合いは、クラッシーの「街かどギャラリー」でした。知人の作品を拝見し、

私も描いてみたいと思いました。その頃は骨折した母の在宅介護で時間がありませんでしたが、回復しデイサービスに通うようになりまし。早速、中島先生の水墨画教室を見学させていただき入会しました。昨年、中島先生から安達先生に引き継がれ、三年目になりました。墨の濃淡やぼかし、筆遣いなど丁寧に指導していただいています。水墨画は奥深く、思うように描くことが出来ませんが、私にとっては明日への活力になっていきます。先生や教室の皆さん、家族に感謝し、これからも楽しく学んで行きたいと思

健康よもやま話 17



姫野病院：松浦 緑郎
(健康管理士一般指導員)

前立腺癌

前立腺とは膀胱の出口にあって、尿道をグルリと取り囲んでいる栗の実大の男性特有の器官です。この前立腺にできる腫瘍が前立腺癌です。胃癌や肺癌など他の癌と比べると進行は遅く予後も比較的いいのですが、日本での患者数は増加しており、今後も増え続けると考えられています。



増加の理由として、まず社会の高齢化があげられます。前立腺癌は高齢になるほど増加します。そのため高齢者が増えることで患者数も増えているのです。

もう一つの大きな要因は、「PSA（前立腺特異抗原）」という前立腺癌があると血液中に増えてくる腫瘍マーカーの検査が普及してきたことです。健診や人間ドックなどでも行われるようになってきており、かつては発見されなかったような早期の前立腺癌が発見されるようになってきています。

ただ、前立腺癌になっても、初期の段階ではほとんど症状は現われません。これは癌が前立腺の真ん中を通る尿道から離れた辺縁にできやすいため、癌が小さいうちは排尿に関する症状が現れにくいのです。しかし、癌が大きくなり尿道が圧迫されると、「排尿困難」・「頻尿」・「尿のキレが悪い」・「排尿後すっきりしない」などの症状が現われるようになりますが、こうした症状は前立腺肥大症と似ています。しかも、困ったことに、高齢になると、ほとんどの人が程度の差はあっても前立腺は肥大ぎみになるので、発見が遅れがちになることもあります。

そこで、気付かないうちに前立腺癌が進行するのを防ぐため、定期的に血液中のPSA値を測定する検査を受けることが大切となります。前立腺癌は早期に発見することでできれば治療の選択肢も多くなり、癌を根治できる可能性が高くなります。前立腺癌のリスクが高まる50歳を過ぎたら、年に一度は健診を受けられることをお勧めします。

野鳥ウォッチング 17 カワガラス

カワガラスは黒茶色をしておりカラスにくらべると随分小さく、溪流や沢で「ピッ、ピッ」と鳴きながら水面を飛んで行く姿をよく見かけます。

コケをたくさん集め、サッカーボールぐらいの丸い巣を作ります。

ヒナが生まれると水中にもぐりエサを捕え、素早くヒナの口に入れ飛び去ります。

矢部村 栗原 浩暢



八女茶で健康 第11回 G7エネルギー大臣会合で「八女伝統本玉露」のPR

マスコミでも報道されましたように5月26日〜27日に三重県伊勢志摩でG7首脳会議が行われました。この関連会議として、4月の外務大臣会合を皮切りに9月の交通大臣会合まで10の大臣会合が全国各地で行われています。



北九州市でも5月1〜2日にG7エネルギー大臣会合がリーガロイヤルホテルで開催されました。参加したのは、日・米・加・独・仏・英・伊の7国とEU・国際エネルギー機関・国際再生可能エネルギー機関の1組織2機関です。この国際会合で、私達は、県、八女市等の協力を得て「八女伝統本玉露」のPRを行いました。

「八女伝統本玉露（GIマーク）」は、地域の特性と品質が優れた産品のみならず認定されるもので、国内のお茶で唯一の認証産品となっており、今年の一歩茶からGIマーク（GIとはGEOGRAPHICAL INDEICATIONNの略）を付けることが出来ます。

この場で提供した玉露は、八女市黒木町の三宅浩史氏から提供を受けたもので、通常5月に玉露は生産されるのですが、4月のうちに生産・仕上げ・包装されました。

G7の大臣会合には多くの政府関係者や海外メディアが参加されており、一人一人に英語で説明し、冷茶や急須でおいしく出す方法などリクエストにお応えする形で飲んで頂きました。GIマークを付した最初のイベントでしたが大変好評で「日本品質」の更なる高揚に一役買いました。

福岡県茶生産団体連合会事務局長 仁田原 寿一

ベターホームの楽しいcooking

きんぴらごぼう



★新刊★

NEW

袋で作る
保存食読本
¥450
(税込・送料別)



材料(4人分)

- ごぼう …… 1/2本(100g)
- にんじん …… 1/4本(50g)
- 赤とうがらし …… 1本
- ごま油 …… 大さじ1
- A 砂糖 …… 大さじ1
- しょうゆ …… 大さじ1
- みりん …… 大さじ1/2
- だし …… 大さじ3
- いりごま(白) …… 小さじ1

作り方

- ごぼうは皮をこそげる。4〜5cm長さの太めの千切りにして、水にさらす。水気をきる。にんじんもごぼうと同じ大きさに切る。
 - 赤とうがらしは種をとり、小口切りにする(水につけてやわらかくしてから両端を切り、水の中で種をもみ出す。(キッチンばさみで切ると簡単)。
 - 鍋にごま油を温めて、①を強火でいため、油がまわったらAを加える。中火にして、汁気がなくなるまでいため、赤とうがらしを加える。器に盛り、ごまをひねってのせる。
- 定番のきんぴらごぼうはやっぱりはずせません。がんばって細く切らなくても、充分おいしい。食感は少し変わりますが、冷凍もできます。

●カタログのご請求、お問合せはこちら

ベターホーム協会 ☎810-0001 福岡市中央区天神2-13-17 恒松ビル3階
☎092-714-2411 FAX092-711-7830 URL http://www.betterhome.jp