

クラッシー

CLASSY

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

クラッシーのバックナンバー（2010.1.1号より）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

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
4	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	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	
1 1月11日 大安 夢たちがな観梅会 (谷川梅林)	2 12日 赤口 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	3 13日 先勝	4 14日 友引	5 15日 先負 弁護士無料法律相談 (福岡法務局八女支局) 要予約 ☎ 050-3383-5502	6 16日 仏滅 なんでも人権相談所 (八女市社会福祉会館)	7 17日 大安 谷口浩美講演会 (サンコア) ナイナイのお見合い大作戦 TV番組収録イベント 12:00~(八女伝統工芸館駐車場)	
8 18日 赤口 八女丘陵古墳群を 訪ねるみちウォーク (八女歩こう会) 採燈大護摩供 (星野村・麻生神社) ちっこマラソン大会 (筑後広域公園周辺)	9 19日 先勝	10 20日 友引	11 21日 先負 なんでも人権相談所 (筑後市勤労者家庭支援施設)	12 22日 仏滅	13 23日 大安	14 24日 赤口 筑後船小屋よかよか まつり(筑後船小屋駅一帯)	
15 25日 先勝	16 26日 友引 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	17 27日 先負	18 28日 仏滅	19 29日 大安 弁護士無料法律相談 (福岡法務局八女支局) 要予約 ☎ 050-3383-5502	20 2月1日 友引 定例法律相談会(要予約) 10:00~12:00 (八女商工会議所) ☎ 22-5161	21 2日 先負 春分の日	
22 3日 仏滅	23 4日 大安	24 5日 赤口 無料弁護士法律相談 13:30~(八女民主商工会議室) 要予約 24-2727	25 6日 先勝	26 7日 友引 社会保険個別相談会 10:00~16:00(筑後商工会議所) 要予約 0942-33-6215 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 8日 先負	28 9日 仏滅 人生史サークル黄檗の会 (福祉会館) 川崎病院ミニ健康教室 (14:00~15:00) 「姿勢を良くする運動の話」 要予約 23-3005	
29 10日 大安 熊本・江津湖 バスウォーク (八女歩こう会)	30 11日 赤口 べんがらの日(べんがら村) 大浴場お一人様300円	31 12日 先勝	心配ごと相談(八女市) 八女市社会福祉会館 3月4日・18日 黒木町ふじの里 3月4日・18日 上陽町地域福祉センター 3月11日・25日 立花町かがやき 3月11日・25日 法律相談(要予約) 八女市社会福祉会館 3月13日 黒木町ふじの里 3月20日 上陽町地域福祉センター 3月27日			司法書士相談 黒木町ふじの里 3月13日 八女市社会福祉協議会 3月20日 筑後市 心配事相談 毎週木曜日/総合福祉センター 健康に関する総合相談 毎週金曜日/筑後市立病院	

「春暁の鐘が響くと告げてまし」石橋秀野さんの一句を想いつゝ、暦は早や三月。受験、卒業、蛸雪の功なりて、一息の春休み。新たなスタートへの準備、花の袂はほころぶ季節。▼さて、去る月、記憶にとめておきたいのは、黒木スキップ会(代表草場明治さん)の堀川バス・黒木を非行横行のたまり場を、子どもたちのギョラリへ。「パレット黒木」と称し、青少年健全育成への支援活動、チャイルド・ユースサポート章受賞。まさに一灯照隅の功、発想者草場さんの行動力に感服。▼中公新書「地方消滅」増田寛也著。都市一極集中、人口急減のレポートを八女の村里に住む我々は如何に考えるべきか。西日本紙はたゞちに反応。①「今日もひとり」日記一行94才のおばあさんは鹿児島南大隅。「人よかサルの方がうこ(多く)なった。」②日田中津江、カメルーン・キャンプ地 一時脚光の坂本元村長さんは広域合併の国策に腕ぐみ。③「学校は地域の宝」と、分校を護り続ける篠栗町萩尾の策。▼「村はかつて人間の故郷であった。胸底のなかで村は青空をうかべ、地下水をこんこんとひめていた」と、村の詩人が過疎化に対し、うたった一作、四十余年前、この一篇を「地方文化の貴重な芽」と注目は評論家扇谷正造氏一人のみであったことを思いだす。

天宮ふんぷり 124
 山桜
 ほころぶ春に
 詩人 椎窓 猛



楽しい絵手紙



筑後市一条
松延 秀子

初めて絵手紙教室に参加して、先生の言葉に引き込まれました。「下手がいい、下手でいい。少しくらい墨がにじんでも、形がゆがんでも、それはそれで味わいのうち。絵手紙に上手・下手はありません。楽しく描いた気分が相手に伝わればそれでよいのです」と言われ、それなら私もやってみようと思えました。その後仲の良い友達と「てくてく絵手紙教室」というサークルを作り、今も続いています。月二回の教室ですが、上達しない私を先生はほめながら励まされます。最近、主人が「最初の頃より少しは良くなって見られる様になってきた」とほめてくれるので教室に行くのがますます楽しくなりました。いつも若々しい先生のユーモアあふれるお話し、皆さんのおしゃべり、会員の作品に刺激される和気あいあいとした教室に行く日が待ち遠しい日々です。

老人と少年が公園の隅でキャッチボールをしている。春の日差しを浴びながら少年の球は速く老人の球は遅く昔は逆だったコントロールも老人のほうがはるかに正確だった

老人と少年

老人は20球も投げるとへばつてベンチに腰を下ろしたが少年はまだ投げ足りない様子夕暮れまでのひととき二人はそうやって再会を楽しんでいる

こんにちは。八女警察署です。



八女市黒木町在住の草場明治さん(75歳)が代表を務める青少年健全育成ボランティアグループ「スキップ」が、内閣府が主催する「子どもと家族・若者応援団表彰」(青少年等を育成・支援する団体表彰)において「チャイルド・ユースサポート章」を受章されました。「スキップ」は平成17年から、黒木町の青少年健全育成を目的としたボランティア団体で、当時少年等の溜り場となっていた堀川バス黒木待合所の清掃活動を行って、町内の教育機関から寄せられた、幼児、児童、生徒の絵画や作文などの作品の展示活動、また、折り紙教室や黒木町の風土や歴史をオリジナルの紙芝居にして児童に読み聞かせるなどの活動を続けられています。今回、その功績が認められ、チャイルド・ユースサポート章の受章となりました。「スキップ」の皆さん、受章おめでとうございます。

※現在、「スキップ」では、共に活動を行ってくれるメンバーを募集中です。

健康万歳

気軽に相談できる「かかりつけ医(家庭医)」を持つ

「3時間待ちの3分診察」よく聞く言葉である。大きな病院に行けば長く待たされたうえ診察時間が至って短いと皮肉を込めた言葉だが、当らずと言え真意は突いているような気がする。色々と医療バッシングを聞かされるが、最近急速にお医者さん患者さんの関係が希薄になったことは否定できない。気になることだが、病院に行くこと「〇〇様」との呼び出しをよく聞くが、丁寧に挨拶すれば良いというものでもありません。患者様では聞いて居て他人行儀で親しみが湧いてこない。

これまで開業医が地域の医療の担い手として大きな役割を果たし土地の人達と息の合った関係を保ってきた。夜間往診に行つて患者さんの家などで微笑ましい話は最近まらなくなりました。日本医師会は1993年に改めて「かかりつけ医」の制度に踏み出した。開業医(家庭医)とかがかりつけ医とは殆ど同じ意味で違いは無い。EU諸国など前々からかかりつけ医の紹介状なしでは病院が受け付けないという話を聞いていたが、診療所と病院の役割分担が明らかにされておりました。

草花の寄せ植え体験

八女農業高等学校

八女農みらい館(学校農産物販売所)のイベント「草花の寄せ植え体験」を昨年12月に開催しました。テーマは「お正月から春の寄せ植え」です。事前公募により、今年は13名の方が体験をしていただきました。使用花材は葉ボタンやパンジー、アリッサムやナデシコ等の色とりどりの草花を使用し、参加者思い思いの色合わせで作品を作ることができました。

生徒たちは、日頃の実習の成果を発揮すると同時に、教えることの難しさを学ぶことができ、参加された地域の方と会話を楽しみながらイベントを終了しました。

八女農みらい館では毎週火曜日と金曜日の2回、10時30分～15時30分(夏休みと冬季は10時30分～12時30分)に販売実習やイベントを通して生徒たちに実践力を身につけさせる人材育成を授業の一環として設定しています。



3月の(みらい館)の開館日

3日(火)、6日(金)、13日(金)、17日(火)、24日(火)、27日(金) 多くの皆様のお越しを心からお待ちしております。

呟き

「マッサン」に見る日本の男性

NHKの連続テレビ小説「マッサン」の中で、スコットランドから嫁いできたエリーが不安を感じるシーンがあった。マッサンは日本に帰ってきた朝のハグもキスもしなくなったのだ。「愛している」も言わなくなった。仕事から帰ってきたら黙りこんで楽しそうじゃない。でも他の人とは楽しそうに笑っている。なぜ? 近所に住む女性がエリーに諭す。「日本の男性はそうなのよ。それは妻を信頼しているからなのよ。私はこのシーンが忘れられない。私の中でこれを理解する私とそうでない私がいるからだ。「そんなことしなくてもわかりきっているだろう」それが日本男性の言い分だろう。そこには「こっちはそれどころじゃない。面倒くさい」と、気持ちに余裕がない状況があるのかもしれない。でも、それを当たり前としないほしい。ハグをすだけだけでだけパートナーの心が安らぐか。パートナーを思いやる気持ち、表現する気持ちを日本の男性も持つてほしいと、同じ女性として願う。二人で生きているのだから。

一方で、エリーに対して許してくれる、わかってくれると信頼しているからマッサンは素の自分を見せ、気を遣わないのだろうとも思う。笑顔が見られないのは寂しいけれど、信頼されているのは嬉しい。「疲れているんだな。大変なんだな」と、理解してあげる。それが見えない信頼の絆なのかもしれないとも思う。

寂しいと感じたり、信頼されているから喜ばしいことだと感じたり、そんな二つの気持ちが私の心の中で行ったり来たりするシーンだった。

その後ドラマは、少しずつ会話が増えたことお互いの気持ちや状況に気づく二人へ。マッサンの苦勞を理解し支えるエリーと、そんなエリーに癒され感謝するマッサン。変わっていく二人の姿に救われた気がした。

林 榮一 (医師・八女市立花町)

森 志穂

街かど gallery



八女川柳会 安達 昇

数年ほど前迄農業一筋で生活してきていた私が突然の病で倒れ仕事を辞めました。幸い体は自由を取り留める事が出来ました。何か自分で出来る事があればと思っ...



八女市鶴池 濱田 英稔

数年ほど前迄農業一筋で生活してきていた私が突然の病で倒れ仕事を辞めました。幸い体は自由を取り留める事が出来ました。何か自分で出来る事があればと思っ...

矢部川源流・杣の里の四季 ④

タチツボスミレ(立坪堇)[スミレ科]

日本を代表するスミレといわれるごとく、矢部村では3月~4月、日向神ダム周辺の土手や山野の至る所で観察できる。

花名の「立」は花の晩期に茎が長く立ち上がること、「坪」は何処にでもあるという意味。葉をテンプラやおひたしにしたり、花を吸い物の色どりなどとして食用にできる。



「山路来て 何やらゆかし すみれ草」 ... 松尾芭蕉

(黒木町) 松尾 重根

隣から届く掘りたての竹の子は、春を賞味する幸せなおすそ分けである。我が家では、定番の竹の子の煮物の外に、竹の子ご飯で春の旬を満喫している



今月の山柳

クラッシー文芸

- 八女紫苑句会 堤 呼秋選 洞穴の十三佛や赤ずきん 松延みさと 初参り霊水汲みて一掬す 井上トシ子 検診を終へて路地裏梅匂ふ 牛島 景子 悴みし指よりすべり落ちし針 堤 多鶴子 枯蔦の呪縛を受けし荒屋かな 中川原篤子 来し方を風呂敷包み去年今年 松崎 伸子 ...

- ひろかわ俳句会(十一月句会) 城壁を火の手のやうに蔦紅葉 水本 辰次 還暦のサイクリングやもみじ狩り 一瀬砂智子 噴煙の上る御嶽すそ紅葉 美座 時朗 銀色の波打つ阿蘇の芒かな 田川 義己 病得て夢に歩きぬ草紅葉 青木佳代子 鮮やかな紅葉も混る吹だまり 御厨とみ子 今盛りいろは紅葉の燃えにけり 中村 良郎 国東の古寺巡りや薄紅葉 酒井 司

- 立花短歌会 平成二十七年一月 年毎に出会う人らの多くなる除夜の会そして寺の鐘搦き 中島 睦美 逢いたいね賀状に記せどお互いに出向くことなく時は過ぎゆく 井上 精 この世界照らすエナジー白みゆく山際に待つ初日の光 鶴 隆治郎 珍しく初雪積もる元日に杖突つき出でて健康祈る 中村サチ子 皆揃いおせちをつつく栗の箸仕事納めの手作りの品 橋本 泰州 浮雲をあかねに染めて沈みゆく夕日は矢部の川面照らして 野中 裕政 病む足を癒さんとして初日の出 拝みし後に励むりハビリ 松尾ミサキ 寒空に小雪舞い散る河川敷白い葦の穂ざわざわと鳴る 田中たつじ

桃色 今月の色 春の気分を盛り上げる桃の花の色 「桃色」という色名は桃山時代直前の室町時代から。桃は中国から伝わり邪気を祓う力があるとされました。花の品格は桃よりも桜や梅を上位とする見方がありました。奈良時代、都を守る兵士の衛士は桃染の衣を着ていたといわれます。桃花褐の「褐」は粗布のこと。 3月3日はまだ庭の桃は咲いていないと思います。旧暦3月3日は今の暦の3月下旬から4月上旬にあたるので当然です。桃の節句はかつては上巳(じょうし)〜(じょうみ)の節句と呼ばれました。女の子のお祭りとして飾るお雛様も昔は人形に厄をたくし、川に流して邪気を祓うためのものでした。源氏物語(須磨の帖)にも、お祓いをした人形を船にのせて流すシーンがあります。

黄櫨の会 公開講座 聴講無料 どなたもお気軽にご来場下さい 文章書きの基本 第2回 講師 五條 元滋 先生 (八女学院教諭) 日時 3月28日(土) 13:30~ 場所 八女市社会福祉会館

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)

胃潰瘍



潰瘍とは、粘膜の一部分がただれて崩れ落ちた欠損部のことで、これが胃のできるのが「胃潰瘍」です。その原因は無茶食いと飲みすぎですが、こうした理由以外に別の原因があることがわかっています。その原因とはストレスです。ストレスには肉体的と精神的の二つがありますが、複雑化するこの現代社会において、取り除くのが難しい精神的ストレスは重要な要素といえます。

不安や心労などでストレスが高じてくると、胃の血管が痙攣して細くなり、血液の流れが悪くなります。この状態が続くと、そこから先に血液が行かなくなり、先端の粘膜は栄養失調になり死んでしまいます。するとその部分が欠けて落ち、欠損部が生じて潰瘍ができるのです。

こうして生じる胃潰瘍で最も多い症状は、胃を中心とした痛みと出血、それに胸やけやげっぷなどの過酸化症状です。これが胃潰瘍の3大症状ですが、この他に吐き気や嘔吐、食欲不振、便秘などもあります。出血も口から吐く吐血の場合もあれば、便などに混じる下血のこともあります。いずれにしても出血するという事は潰瘍がかなり深い証拠であり、ときに大出血の危険もあり、場合によっては手術が必要になることもあります。

出血が軽い場合や潰瘍がさほど大きくないときは、薬を中心とした内科的な治療で治ることも多いのですが、いくら治療しても病気の原因であるストレスを除かないことには完全に治すことは難しく、このためには肉体とともに精神的にも安静を守ることが大切です。

潰瘍は精神的ストレスからくる不機嫌の病気です。言い換えるならば、いつも明るく上機嫌の人に胃潰瘍はおこりません。いや、これは胃潰瘍にかぎらず、すべての病気に共通することでもあり、だからこそ病気は「気の病」と書くのです。

野鳥ウォッチング ③

メジロ

メジロは全国に分布する留鳥であると言われており、椿・梅等の花の蜜や、柿の熟した実を好物としている。

エナガ鳥と行動を共にする場面をよく見かけ「ティー・ティー」と美声で鳴く。木の枝などに並んで止まり押し合う性質から、めじろ押しとはここからきているようです。

(矢部村)
栗原 浩暢



大豆いろいろ

大豆には「健康・勤勉」といった意味もあることから正月のおせち料理の黒豆には「今年一年まめに暮らせますように」との思いが込められています。大豆は大いなる豆から名付けられたといわれる説もあります。大豆の原産はアジアとされ、中国で栽培が始まり、日本では縄文時代の遺跡からモミと共に大豆の炭化物が発掘されています。大豆は筋肉や血液など人間の身体に欠かせないたんぱく質を豊富に含み、必須アミノ酸をバランスよく含み、肉や卵と同様良質なたんぱく質は畑の肉といわれています。

*呉汁 (4人分)

■材料 大豆 30g (一晩水に浸けておく) 出し汁 600cc 味噌大さじ2~3 油揚げ半分 大根 50g きざみ葱大さじ4

■作り方 ①大豆は漬け汁ごとミキサーにかける。②油揚げ、大根は千切りにして出汁でひと煮立ちさせ、大豆を入れ煮立たせ、味噌で味を付ける。出来上がったならお椀に盛りネギを載せる。

*義助煮

■材料 大豆 50g (前日水に浸けておく) 煮干し 30g 干しブドウ 20g 炒り胡麻大さじ1 小麦粉・片栗粉各大さじ1 醤油・みりん・砂糖各大さじ1 揚げ油適宜

■作り方 ①大豆の水を切り、小麦粉・片栗粉をまぶし、しばらく置く。②天ぷら鍋に油を入れ160℃くらいの油でゆっくり揚げる。(二度揚げする) ③煮干しをゆっくり、カラッと揚げる。④鍋に醤油・みりん・砂糖を沸騰させ、焦げないように揚げた大豆・いりこ・干しブドウを絡め、お皿に広げ炒り胡麻をふる。

*大豆ご飯

■材料 炒り大豆 50g (みりん 50cc 醤油大さじ1 水 100ccに材料を一晩つけておく) 米2合 昆布 10センチ

■作り方 ①洗った米に大豆の漬け汁を入れ、水を足して吸い物くらいの味に調え、昆布を入れて炊く。②炊き上がったなら、だし昆布を細かく切りご飯に混ぜる。
郷土料理研究家 樋口 愛子(八女市)



健康のツボ ④

眠け

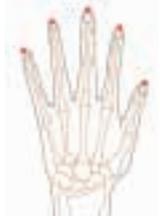
頭に十分に血が回らないと、ぼーっとして眠くなります。全身の血行を促進する十宣や、肝機能を高めて体のだるさを取る太衝のツボを押して。なお、お灸の場合は即効性はありませんが、続けることで慢性的な眠気に効果あり。

押し方

人さし指と中指で、指を握って固定し、親指の爪で十宣を上から少し強めに押す。



〔十宣〕
じっせん



位置
各指の先端。

押し方

足の甲の高い部分から親指と人さし指のまたに向って、もう一方の足のかかとで強めにこすり下ろす。



〔太衝〕
たいしょう



位置

足の甲側の、親指と人さし指の骨の間をたどり、2本の骨が交わるころの少し足首寄り。

大塚整骨院 院長 大塚 史彦
筑後市蔵敷 0942-52-0667

- 3月8日(日) 和服でめぐる八女のまち・あなたも雛様に変身(白壁の町並み界隈・堺屋)
- 3月14日(土) 八女福島の燈籠人形特別公演(八女民俗資料館)
- 3月15日(日) おひなさま供養祭(福島八幡宮)
- 3月21日(祝) 十二単衣と束帯姿の結婚式・おひなさまパレード・願い雛(福島八幡宮・白壁の町並み・八女公園)
- 3月22日(日) 和服でめぐる八女のまち・あなたも雛様に変身(白壁の町並み界隈・堺屋)
- 3月28日(日) 和服でめぐる八女のまち・あなたも雛様に変身(白壁の町並み界隈・堺屋)

3月の道の駅たちばな

店内には、お雛様飾りが出迎えます。生産者、手作りのさげもん・てまり・はいは人形など生産者の愛情たっぷり逸品でいっぱいです。旧暦の4月3日まで、展示販売いたしますのでよろしくお願致します。



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

雛の里
八女ぼんぼりまつり
■3月1日(日)
十二単衣と束帯姿の結婚式・おひなさまパレード・願い雛(福島八幡宮・白壁の町並み・八女公園)

