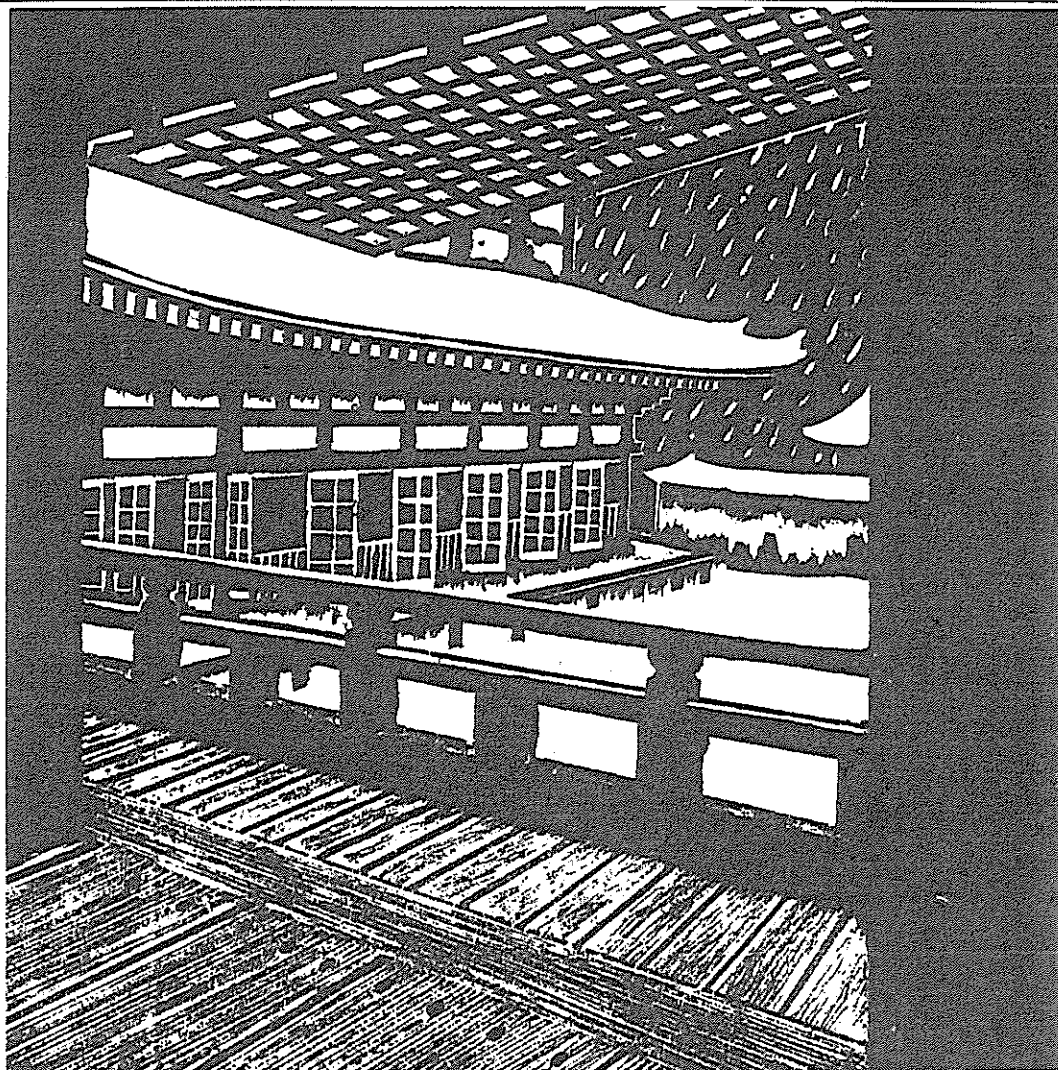


生活創造しんぶん Wa'Wa'Wa'

編集・発行

姫路生活科学センター内 生活創造応援隊



雪の書写山園教寺 食堂

じきどう

高野 雅一 作

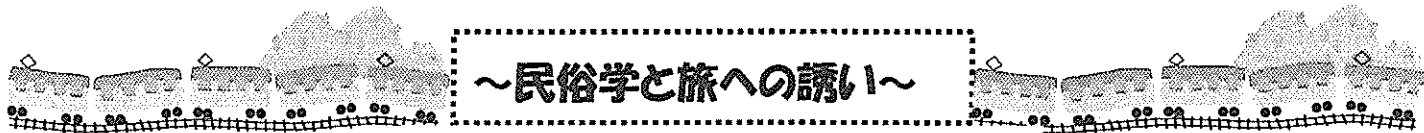
高野さんの版画は、キチンとしています。その線が美しい。そして黒が美しい。だから白も美しい。加えて、床の木目が美しい。古さがよく表現されています。その前提に、たとえば開き格子が、ていねいに彫られています。

ひさしのひとつひとつがコツコツと彫られています。その根気の説得力が作品を信頼させているのです。瀟とした書写山の三つ堂に行った時の実感が、わたしにも伝わってきます。

岩田 健三郎

も く じ

- ◇ ～民俗学と旅への誘い～ P2
- ◆ 牛乳パックでスツール/中播磨
省資源運動推進大会 P3
- ◇ 簡単でおいしい季節の料理レシピ P4
- ◆ 子育て支援/福崎町・生活展 P5
- ◇ グループ活動紹介/ほっとひといき
山野草だより P6
- ◆ 神崎農村公園リニューアルオープン/
福祉の町づくりイベント開催 P7
- ◇ センターからのお知らせ P8



福崎「フォークロアン」講座を受講して

町広報2月号に「フォークロアン」講座の募集がありました。「フォークロアン」とは、民俗学(フォークロア)に関心を持ち「あるく・みる・きく」をテーマに、じっくりと時間をかけてスローな旅を楽しむ人との事。

1月17日から2月8日のうち、4日間で全8回の講座が設定されており、講師に玉岡かおるさんや谷五郎さんのお名前があります。その上4回以上受講すると「フォークロアン初級」の認定書が交付されるというのです。わくわく……

さて、講座内容は①福崎町長の講義。「図書館応援隊民話かたりベサークル」による地域紹介。②「播磨に生きた人々の足音に耳をすませて」と題して玉岡かおるさんによる講義。ぜひ、受講したい思いに駆られながら所用で残念！③「歩いて見える郷土の魅力」と題しては佐々木泰彦さん。④「播磨食の歳時記～ケーキからくてんまで」と題して武庫川女子大の三宅正弘先生。旅は目的を持って！と説かれました。⑤フィールドワーク辻川界隈まち歩きは地元の観光ボランティアガイドさんの案内で大庄屋三木家、鈴ヶ森など國男少年の生い立ちの地を巡ります。地域資源を見事に生かした企画に感動を覚えるとともに、地元主婦の熱意とさわや



かさを感じながら民俗学誕生の地を存分に味わいました。⑥「人物と風景をポケットに入れて」と題しては郷土振興調査会事務局長の古川潤さんによる講義。⑦旅の記録術は3コースに分かれました。「A=絵に残そう」版画家の岩田健三郎先生。「B=写真に残そう」カメラマンの石田直之さん。「C=パソコンに残そう」Web研

究館館長の中嶋邦弘さん。私が受講したのはBコース。石田先生は講師を引き受けられて後、2度福崎を訪ねられたそうです。教材の資料として、柳田國男館周辺と会場のエルデホールを題材に「素人が撮るであろう写真」と「プロが目的を持って撮った写真」を準備され、その違いを見せていただきました。この教材のおかげで理解度がより高まったと感じます。写真を撮るときは「ストーリー性をもつ」、「構図を考える」、「楽しんで色々撮る事が大切」と教わりました。そうすると自己満足でなく人に伝えられる写真となるそうです。最後には先生の作品をみせていただきましたが被写体の動きや心の内までもが見えるように感じられ人柄までが伝わってきました。まさに伝えられる写真なのです。⑧「東西南北ぶらり旅」はラジオ関西パーソナリティーの谷五郎さんのお話。さぞや楽しかろうと思えども又も所用のため欠席で残念でした！

福崎町商工会は、「地域資源∞全国展開プロジェクト」の一環として、福崎町の特産品「もちむぎ」を使った単品メニュー「もちむぎばすた」の開発と「柳田國男生誕地に関する民俗学」など町内のすばらしい観光資源を全国に向けてPRすべく、委員会を設置しました。各方面から検討を重ね誰でも受けたい講座へと結びつきました。会場の雰囲気までも配慮した結果、参加の講師陣からも受講生の熱心さはいいい刺激となったとの言葉をいただきました。

遠くは神戸方面からの受講生もありましたが地元の参加者達も知らなかった福崎を知ったと喜びの声が聞かれました。

もう一度三木家へ行きたい、もちむぎを食いたい、ボランティアガイドさんと共に歩きたい等の思いを抱いて多くの人が福崎を訪ねてくださればと思います。そのために更なる努力を積み重ねてこの講座の「中級コース開催」へと繋がればと期待します。楽しい講座をありがとうございました。(応援隊 小國 冷子)

牛乳パックでスツールをつくってみませんか

私たち「もったいない倶楽部」では、牛乳パックを利用して持ち運び可能なスツールを作っています。簡単にでき、とても軽いので重宝しますよ。作り方を紹介しますので一度挑戦してみてください。

《材料》

- ・牛乳パック 30 枚(洗って乾燥させ、下図のように切り開く)
- ・カーテン・キルティング等の肉厚の布 100cm幅を65cm
- ・布テープ ・両面テープ ・ホッチキス
- ・はさみ/カッターなど

《作り方》

(スツール)

(カット)

- ① 牛乳パックの飲み口の部分をカットする。
- ② 両端の面を重ねて上下をホッチキスで止め、三角柱を24個作る。
- ③ ②のパーツを6個合わせて六角形を作る。(図1)
- ④ 六角形の周りに②のパーツを6個つけ星型にテープでとめる。(図2)
- ⑤ 星型のくぼみに②のパーツを2個ずつはめ込み、さらに大きな六角形にし、テープで周囲をぐるぐる巻きにして上下を逆にする(図3)
- ⑥ 上側にパックの底部分がくるので、テープでペタペタととめる。残りの牛乳パック6枚をさらに周囲に巻き角が開かないようテープでとめる。

(カバー)

- ① 100cm 幅の布28cmの周囲3方(28cm1箇所はそのまま)に両面テープを貼り、椅子の側面に貼る。縫い代部分はタテまつり。
- ② 座面は綿を入れて布でくるみタテまつりしてスツールの完成です。持ち手を間にはさむと持ち運びに便利です。(図4)

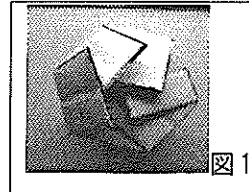


図1

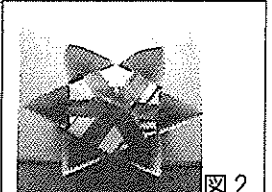


図2

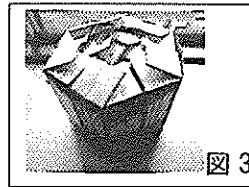


図3

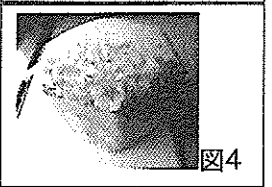
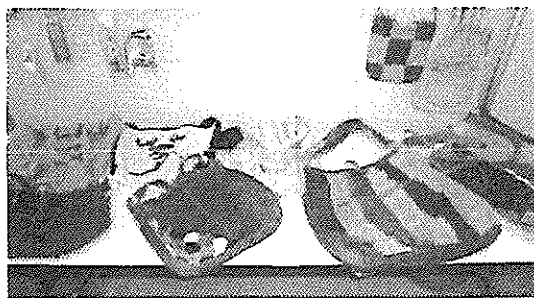
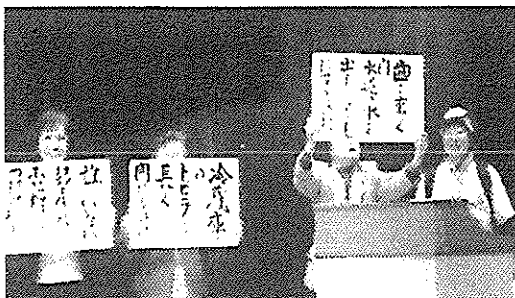


図4

中播磨省資源運動推進大会 盛り上がりました！



平成21年2月16日(月)にディリパ姫路(大阪ガス)で開催された中播磨省資源推進大会は、エコクイズや寸劇などに会場中が沸き、基調講演の県立大・井上博司先生からは、「これからの省資源・省エネルギーの交通」を映像を交えわかりやすくお話いただき、参加者がエコ生活の認識を新たにして幕を閉じました。会場内には中播磨地域の各消費者団体の手作りバックやリサイクル小物などが展示され、参加者が興味深げに見入っていました。

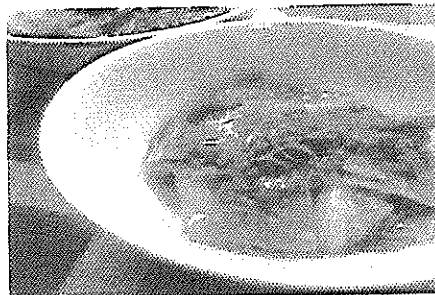
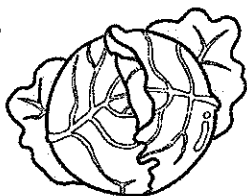
簡単でおいしい季節の料理

春野菜がおいしい季節になってきましたね。煮物にするとお野菜がたっぷりいただけます。
コラーゲンがたっぷりの照り焼きもお薦めですよ。 《地産地消の食材を活かす会》

ツナとキャベツの煮物

《材料 4 人分》

ツナ油漬(小)	1 缶 260g
キャベツ	400g
人参	50g
生姜	10g
水	3/4 カップ
酒	大さじ 2
砂糖	小さじ 2



《作り方》

- ① キャベツは 2cm 幅のざく切り、人参はたんざく、生姜は千切りにします。
- ② 鍋にキャベツ、人参、生姜を入れ、ツナ缶はほぐして上に乗せます。水と調味料を入れ、強火にかけ沸騰したら中火にして 10 分煮ると出来上がり。

鶏手羽もとのインド風照り焼き

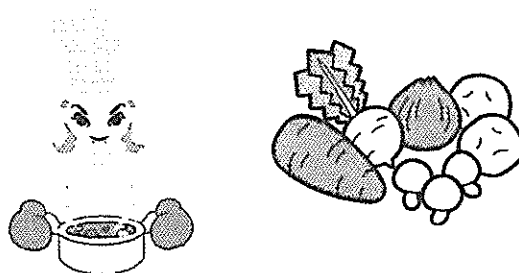


《材料 4 人分》

手羽もと	1kg	
(1 人前 4~5 本程度を目安に)		
生姜	1 個	
にんにく	1 片	
酢	50cc	(同量)
砂糖	50g	
醤油	50g	

《作り方》

- ① 手羽は一度熱湯を通して汚れを取り、水気を良く拭いておきます。
 - ② 鍋ににんにく、生姜の半量を敷き、手羽もとを並べ、又残りのにんにく、生姜、手羽もとを順に並べて同量の調味料を加えて火にかけ、落とし蓋をして中火で煮ます。柔らかくなったら蓋をとり、強火で照りをつけ、汁ごと盛り付けます。
- * 彩に人参、いんげんなど季節の野菜を加えてください。



(応援隊 大野 律子)

中播磨地域ビジョン委員会子育て支援「地域で大きく育てよう!!」

H20 年度は8月から月に一回「若者の自立を考える交流会」を開催してきました。その中で東加古川病院・院長 森隆志氏に人間の心の成長について精神医療の見地から講演をしていただきました。以下は講演の内容の一部です。

とてもいい内容だったので、子育てに関わっていらっしゃる方には是非お伝えしたいと思います。
(応援隊 勝又 千明)



<子どもの反抗期について> (森講師のお話)

反抗期というのは一応の母子分離であって、芽生えた自我を守るための防衛行動ですね。従って反抗期がないということは自我の形成が弱いということです。反抗期というのは必要なんです。自分が勝ち得た「自分」というものを守るために反抗するんです。

もし、これまでのように大人にべったりの状態でいると、せっかく勝ち得た「自分」というものが、また飲み込まれてしまうんです。

例えば子どもが反抗した時に、母親から「もう知らない。」と拒否されると、その後その子の人生は大変なものになります。社会生活に入っていくなかで、すごく不安な旅立ちになるんです。怖くなったらお母さんに甘えられるという保証がなかったら、安心して離れていけないんです。子どもが気を遣って反抗もできないようになると、このところですごくネガティブなものを抱えることになり、後に人格障害を起こすことさえあります。

いずれにせよ、子どもの自我を認め、一人の相手として認識することで、安定した関係ができます。ここでの大人の受け止め方は非常に大事なんですよ。……

「エコグッズの手作り実習」「福崎町・生活展」

好評でした！

2月22日(日)福崎町文化センター小ホールで「環境にやさしいみんなの生活展」が開催されました。会場壁面に町内4ヶ所の幼稚園児がミックスペーパー回収袋に環境への思いや楽しい夢を描いた絵画が展示され、家族連れで楽しく見ておられ、園児達の顔も輝いていました。

実習コーナーでは、水やお湯でこすって洗うだけで汚れが落ちるエコたわしをアクリル毛糸で編み、折り紙のおひなさまは、「可愛い、春らしくて玄関に飾って楽しめます。」と完成品のおひなさまに笑みが……

牛乳パックのかご作りは、小学生の女の子達に人気があり大盛況でした。

「あなたのエコな生活を教えて」のコーナーでは、昨年に続き今回も実践している項目にシールを貼っていただきました。買い物にエコバック持参、冷暖房機の温度設定、主電源をこまめに切って待機電力を節約……等、皆さんエコには関心が高く、たくさんのシールが貼られていました。継続することが大切ですね。参加していただいた皆さん、ご協力ありがとうございました。

(応援隊 尾崎 美津子)



グループ活動紹介

…センターに登録されているグループの紹介コーナーです

◇◇福崎町消費生活研究会◇◇

福崎町消費生活研究会は、福崎生活科学センターを拠点に「消費者活動」・「食・環境・子育て支援」・「町行事」・「中播磨消費者団体連絡協議会行事」への参加などの活動をしています。具体的には6月は「環境」、11月は「食」に関する見学旅行を実施しています。それぞれ30名余りの参加者を募集して親睦を兼ね楽しんでいきます。



また、牛乳パックを利用した「かご作り」や「紙すき講習」も永年続けています。そのほか、廃油を利用して「石けんづくり」をしています。一昨年より県民局の指導を受けて「キャンドル作り」もはじめ、町立図書館でのイベントに参加しています。小学校4年生の環境教室では「紙すき」、「石けん」、「キャンドル」と3コースを科学センターで指導し、学校へ出向き牛乳パックでの工作指導や折り紙指導もしています。

「買い物袋持参」、「石けん使用キャンペーン」、「悪質商法被害防止のクリエイター活動」にも励んでいます。科学センター職員の方々をはじめとする多くの方々に支えられての歩みです。

講演会は年間3～4回、生活科学教室との共催で公開講座とし、会員以外の方との交わりを楽しんでいただいて、研究会への入会へと繋がればいいと期待しています。

歴史ある活動もありますが新たに加わった活動に緊張と喜びを感じながら、より多くの体験をしたいと日々励んでいます。一度参加してみて、活動の輪に入り、一緒に楽しみながら学びませんか。

ほっとひととき 山野草だより

我が家の季節折々の
山野草をご紹介します

春を運ぶ花 立金花(リュウキンカ)

立金花はキンポウゲ科で、原産地は中国、朝鮮、日本です。耐寒性が強く湿原や湿地に自生しています。立金花という名前は黄金色の花が立ち上がって咲くことからきているようです。

寒さの厳しい1月にもう葉を出し、霜や雪にも平気で耐えています。2月になってこの花が咲くと春はもうすぐそこです。花びら、葉ともツヤツヤして、花弁がピカピカ光っています。

我が家ではこの花が毎年春一番に咲いてくれます。



(応援隊 上山 和子)

神崎農村公園ヨーデルの森で休日はゆっくりしませんか？

神崎農村公園が3月14日(土) リニューアルオープン！

美しい木々と水に恵まれ、澄んだ空気が心地よい農村体験型公園。「動物ふれあい広場」、芝すべり、ゴーカートなどのレジャー施設をはじめ、バターやパンなどの手づくり体験メニューも充実しています。

「動物ふれあい広場」のウサギ小屋のウサギたちは愛くるしい顔をして近寄ってきます。小さいお子さんは、きっと動物と触れ合い喜ばれると思いますよ。小さい小さい池のメダカを見るのも昔が思い出されていいものです。

また、「ヨーデルの森」の入り口ゲート手前に、「ヨーデルの森産直市場」があります。地元でとれた新鮮野菜(おいしいお米も)や農家手作りの素朴な加工品が並んでいます。みなさんぜひ一度お越しください。(応援隊 藤原 洋子)



場 所: 神崎郡神河町猪篠1863

時 間: 10:00~17:00

休 み: 年中無休

料 金: 中学生以上 800 円 4 歳以上 400 円

問合先: 神崎農村公園ヨーデルの森

福祉の町づくりイベント「第14回ふれあい倶楽部」(神河)開催！

「みんなで一緒に参加するふれあいの集い…」
住民相互の出会いとふれあいを深めることを目的とした福祉祭りが、神河町で行われます。

子どもから高齢者・障害のある無しに関わらず、できるだけ多くの方に参加していただく参加型イベントです。

芸能ボランティアの発表やバンドフリー演奏、餅つきなどがあります。福祉施設・ボランティアグループによるバザー出店も色々。

手芸・陶芸・木工手作りのお菓子やパンなど……

占いコーナー・レクリエーションゲームコーナー・町の保健室コーナーもあります。町外の方も是非一度、神河町の福祉の町づくりイベントに参加してみてください。神河町の福祉に対する熱意を肌で感じて頂けたらと思います。ちなみに、町の保健室コーナーでは、血管年齢測定、体脂肪測定、骨密度測定などをして保健師がアドバイスしてくれますよ。



◇ 日 時 : 平成 21 年 3 月 22 日(日)
10 時~13 時 30 分

◇ 場 所 : 神河町役場中央公民館前広場

◇ 問合せ : 神河町社会福祉協議会
TEL

電気温水器（オール電化）の強引な訪問販売にご用心！

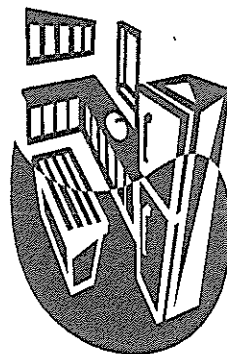
契約を急がせる業者には注意が必要です

経済性や環境問題への関心から注目される電気温水器”エコキュート”（CO₂冷媒ヒートポンプ給湯器）ですが、訪問販売業者に「エコキュート導入補助金の締切り間近」、「今なら格安キャンペーン中」など急がされて契約してしまったという相談が増加しています。

電気温水器の勧誘では、同時にオール電化を勧められることが多く、平均契約金額は 120 万円と非常に高額。

アドバイス

- 1 高額な契約です。即決せず、家族にも相談し、複数の業者の見積をとること！
- 2 「経済性（低コスト）」は、使用状況（家族構成や生活リズム、追い炊き機能）により異なります。業者の説明を鵜呑みにせず、使用条件や温水器の機能など、十分確認を！
- 3 トラブルにあったときは、早めに最寄りの消費者センターにご相談を！



☆ センターのご相談窓口をご利用いただける時間

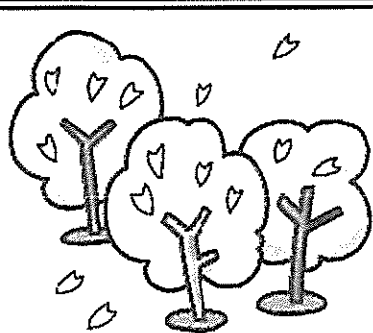
利用時間 消費生活のご相談 9:00～12:00 13:00～16:30
休館日 土曜・日曜・祝祭日・年末年始

～平成21年度～☆ 生活創造応援隊を募集します ☆

「生活創造情報プラザ」では中播磨の各地で活動されているグループや各地のイベントなどの情報を収集し、「生活創造しんぶん Wa' Wa' Wa'」で情報発信しています。この情報紙の記事の作成などに携わり、生活創造活動の支援をしていただく「生活創造応援隊」を募集します。

いよいよとした中播磨の情報を発信していきませんか！

＜主な活動内容＞ ☆ 地域情報の収集、「生活創造しんぶん Wa' Wa' Wa'」の作成、発行、配布
☆ 生活創造プラザ事業の運営に関する補助 など
お問い合わせ先 [redacted] (井上)



中播磨地域でがんばっているグループ がんばっている人・いいお話を

生活創造しんぶんの紙面でご紹介します。自薦他薦は問いません。4月20日(月)までに原稿を郵便・FAX・Eメールでお寄せください。

※ 読まれた感想もお送りください。よろしくお願いします。

生活創造しんぶん Wa' Wa' Wa' とは…

しんぶんを通して、人の輪 Wa・平和の和 Wa・円 Wa・話 Wa・環 Wa・縁 Wa… 限りない Wa に会いましょう。

新たな Wa を学び、Wa を結んで、ステキな Wa を伝えていきます。
(生活創造応援隊 一同)

しんぶんについてのお便り・お問い合わせ
姫路市新在家本町1丁目1番22号
兵庫県姫路生活科学センター
生活創造活動コーディネーター
[redacted]