

生活創造しんぶん

Wa' Wa' Wa'

編集・発行

県立姫路生活科学センター内 生活創造応援隊

大河内町最後の省資源大会

2月5日に大河内消費者協会としては最後の省資源大会が行われました。姫路生活科学センターの秋末所長にご挨拶をいただき、オレオレ詐欺や携帯電話のワンクリック詐欺等、あとを絶たない架空請求には無視が得策であり、おかしいと思った時には生活科学センターに相談してくださいと言われ、皆で再認識をしました。



続いて神戸女子大学の藤井昭子教授に「食べものと環境問題」～安心と安全な暮らしを目指して～と題して講演をしていただきました。

小池環境大臣が HERB(ハーブ)構想を打ち出されたそうですが、藤井先生はもったいない構想(原点にかえり)で行くほうが良いのでは・・・と言われました。

今年のお正月に「雪もふり、環境も良くなりましたねえ」という年賀状をいただかれたそうですが、そんなのんきにかまえてはいけません。この大雪と世界中の異常気象は環境の汚染からくるもの。

むかしは常に「もったいない」とか、「米(ご飯)を捨てたらバチがあたる・目がつぶれる」と子供たちに言い聞かせてたが、今ではそういうことを言わなくなった。私一人くらいと思い、もし米粒(0.02g)を約1億3000万の人が捨てれば、1日2600kgの米を捨てていることになる。誰も最初から捨てようと思って買い物をしなくても、賞味期限切れ・食べ残し・腐敗したなどの理由で捨てることもある。「もったいないの心で」、食生活の見直し⇒買い物前の冷蔵庫チェック⇒エコクッキング⇒食品の保存方法の工夫をしましょうと話されました。

昭和40年頃に約80%だった日本の自給率(カロリーベースで)は現在約40%だそうです。多くを輸入に頼り、運搬にかかるCO₂の排出量も環境汚染の一因と考えられるそうです。兵庫県下で推められています地産地消を優先し、直販所や道の駅などで買った地元の食材を使えば、身の回りからの環境問題改善につながるのではないかと言われました。一人ひとりの努力が積み重なれば、世界の環境を良くすることにもなるのではないかと再認識させられました。

(応援隊 田中 和美)

* ≪HERB(ハーブ)構想≫とは
ものの豊かさところの豊かさを求める
H・・・ヘルシー
E・・・エコロジー・エコノミー
R・・・リッチ
B・・・ビューティフル

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に出会いましょう。
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)

香寺町消費者協会 生活創造市民塾

昨年末に引越しの完了した真新しい木の香りのあふれる香寺町中央公民館2階学習室にて、



姫路生活科学センターの協力をいただき、地域創造市民塾を企画し、悪質商法の注意の呼びかけと「播州弁と明るいまちづくり」と題して、元大河内町長井上四郎氏に講演をしていただきました。

戦争体験、町長時代の苦労話をユーモアたっぷりに話され、「子供のころに使った言葉、おじいちゃん・おばあちゃんが使っていたね」と皆さん懐かしく聞いておられました。大河内ダム誘致の陳情に行った時には播州弁でとおされ、相手に印象づけが出来てよかった、戦時中に軍隊に召集された時も、播州弁で話すと上下関係もいい雰囲気が出たことを、思い出深く話していただきました。

荒っぽい、品が無いといわれる播州弁も、**おぶう**(お茶)、**おてし**(小皿)、**おこし**(腰巻)、**うっとこ**(私の家、女性語)、**つつない**(お腹いっぱい)などの京言葉も多く使われて、**よべ**、**よんべ**(昨晚)、**めんめ**(面々)、**こち**(此方・家島)、**ようせんわ**(ようせぬ)、**よういわんわ**(よういわぬ)などは枕草子、源氏物語、古今集からの言葉だとか……



しかしながら播州弁のベストテンは…**せんとぶり**、**だてこき**、**べっちゃんい**、**まくれる**、**どっさり**、**ほたえる**、**たいていやない**、**ぜっぺ**、**おんまく**、**こっとはん**……お世辞にも上品とは言い難いですが、気取らず親近感あふれる播州弁を少しでも使えば、どのような場所でも和やかな雰囲気を作っていけると思いました。

(応援隊 大野 律子)

第33回 こうでらマラソン大会



好天に恵まれた1月29日(日)香寺町にて、**こうでらマラソン大会**が行われました。

中央公民館→武道館→総合公園芝生広場の周辺コースを小学生・中学生・一般男子が勢いよく駆け抜けていきます。幼稚園の子ども達はお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんとふれあいジョギングを楽しんでいました。各団体からは大勢の方がボランティアで、コーヒー・お茶・うどんなどの準備をして、元気にゴールする町内外からの1100名の参加者を笑顔で迎えておられました。33回を重ねた**こうでらマラソン大会**も、香寺町が3月27日を以て姫路市

と合併となり、今回で幕を閉じます。しかしながら、新たに姫路市香寺町として生まれ変わっても、美しい自然の中を家族で触れ合えるイベントとして継承してほしいと願います。

(応援隊 松尾 秋子)



～福崎町・山崎区～（直谷川環境美化ボランティア）

高齢者・子ども達が共にこころ癒される場所づくりに励んでいます！

『少年が非行に走ったのはなぜか？どんな学校に通っていたのだろうか。〇教育長は資料を集め、自らも確かめて一つの事実に気付いた。「花がない！」何となく学校が冷たく感じられるのは、どこにも花がなかったから。さっそく4小学校2中学校で生徒自ら土づくりをし、種を蒔いて花の苗を育てるようにした。校舎や体育館の周辺などに命を輝かせる四季折々の花々が咲き、生徒達の心をなごませた。この事で「命あるものを大事にする心を育てる」目標は見事に達成された。その結果、これらの学校では万引きも非行もゼロになり、学力テストは高い成績を納めた。』これはさわやか福祉財団理事長の堀田力氏が「学びの時評」で述べておられる言葉です。

柳田國男の故郷、福崎町の西北部に位置する山崎の区長・後藤氏はこの言葉に同調され、平成16年「心の豊かさと環境美化のまちづくり」事業を思い立ち、その推進に情熱をもって努力をされておられます。

また、平成8年から高齢者を対象に毎月1回公民館に於いて「ミニディサービス」を実施し、「社会福祉事業推進」に取り組んできました。今では県外から視察がある程までに、成果を上げておりますが、さらにこの高齢者達が公民館を出て「藤棚の下で花と清流を愛でながら心を癒す」ことが出来る町づくりを目指しています。さいわい当地には村の中心を流れる「直谷川」という清流に恵まれています。将来は「蛍の住む環境に！」と夢は膨らみます。地域づくり推進事業からの補助金で苗木、肥料、物入れも整い、村の協議員をはじめ、この取り組みを理解し協力してくれる人々も出てきました。

また「ボランティアの日」を定め、苗木の手入れなどにこころよい汗を流しています。

しかしながら、昭和50～60年代は200人余を数えた子どもの数は激減し、反面、老人会員数が200人を超え、まさに少子高齢化時代を象徴し、メンバーも高齢化していますが、自助努力で乗り切る意気込みで励んでいます。メンバーは当番を決め、水やり、草刈、耕地作業などに汗しています。当番でなくとも炎天下が続くと気になり様子を見に出掛ける人も居る程になりました。

今は村の最北部、直谷川の流れが始まる場所付近の環境整備ですが、それより砂防堰堤までの約300mを目途にして励んでおられます。昨春にはさつきが見事に花をつけました。川下からこの景色を眺めた時の感動は忘れられないと話される顔には自信が満ち満ちています。志を持ってこれまで続けてこられた「力」だと感じます。

「みんなに癒しの場を」と励む人はまず、自分自身が知らぬ間に癒されているのを感じます。

後藤区長は藤棚の下、老若男女が笑顔で睦まじく語り合う様子を心に描いておられるのでしょうか。計画はほぼ予定どおり順調に進んでいるとの事です。目標達成までメンバーが健康で取り組んでいかれます様お祈り致します。



（応援隊 小國 冷子）

町立福崎図書館 応援隊フェスタ開催！

「できる人ができる時にできる事を」「行う事により学ぶ」「楽しみながらの奉仕」

「一人では出来なくても大勢が集まる事で大きなエネルギーが生まれてくる」

これらの事を今一度見直すチャンスとして「新しい風」を求めてこのフェスタを開催致します。

《催し物のご案内》

応援隊の説明会

子どもへのサービス（おはなし会と絵本の時間）

水谷さん（高橋）のお花の写真展

銘 栄美子先生による民話（なにわの語り部の会）

布絵本の展示

談話室もカフェに（150円均一）

バザー開催

- ★ 応援隊員手作りの小物
- ★ 家庭用品
- ★ リサイクル衣料品・図書
- ★ 食料品



その他いろいろ！お楽しみに！

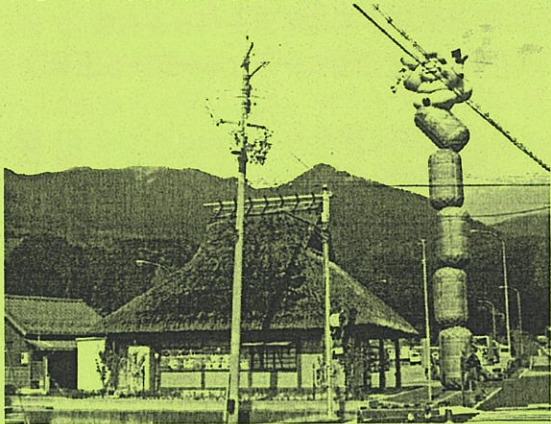
来て！見て！参加して！

日 時 平成18年3月26日（日）10:00～

場 所 福崎町立図書館 ぜひ、おいで下さい！

国道312号感謝祭 開催のお知らせ

国道312号は、姫路市と京都府宮津市を結ぶ全長152.5kmの交通路です。わが町神河町の中央を通り抜け、私たちにとって、大切な生活道路であると共に、神河町を訪れる皆様が利用される大切な道路です。山間のまちの宝物を掘り起こし、情報発信している「**かんざき田舎塾**」の皆さんが、国道312号を大切なまちの宝物として、3月12日を「国道312号の日」と呼び掛け、町観光協会、産直部会、大黒茶



屋の共催で、**かんざき大黒茶屋**で催されます。

国道312号感謝祭が利用者との交流を通して、国道312号への愛着を深めると共に、この道に感謝しましょう。

日 時 : 3月12日(日) 9:00~14:00

場 所 : **かんざき大黒茶屋**

内 容 :

☆**こんにゃくと鹿肉のおでん・特産品販売**

(新田ふるさと村)

☆**自然薯販売** (大河内町観光協会)

☆**甘酒の試飲と販売** (播州こうじや)

☆**鹿肉コロッケ・田楽販売**

(宮野生活研究グループ)

その他・新鮮市・ゲーム等

たまにはのんびりと

R312を走ってみませんか?

小さな春を見つけに!

(神河町 竹国 とみ子)

～ 姫路駅施設見学会に参加して ～

播磨の玄関口、JR 姫路駅周辺の高架化事業で平成18年3月26日に山陽本線が高架に切り替わります。新しいプラットホームや線路の見学会の募集が姫路市の広報であったので応募し、1月22日多数の方々と一緒に、ふだん立ち入ることが出来ない線路やプラットホームを歩きながら地上8mの眺望を楽しみました。姫路駅周辺の高架化事業は兵庫県・姫路市・JR 西日本を事業主体に1989年に着手され、山陽本線4.3km を完成、2008年までに姫新線1.3km・播但線1km を高架化される計画だそうです。新しいプラットホームは約320mあり、現在の場所から約40m南へ移動しているそうです。上り線、下り線のホーム各一面のほか上下のレール五線の敷設がほぼ終わっていました。

プラットホームは世界遺産の国宝姫路城をイメージ

する明るいグレーを基調に設計されたそうで、床も同系色のタイル張りで、天井は白のアルミ板材を組んだ装飾で覆っており、お洒落な様相さえ見受けられました。しかしながら 新しいホームへは今までとは違い、見上げる程の階段で、エスカレーターやエレベーターが設置されていましたが、残念ながら見学会当日はどちらも作動していませんでした。

今後は少し早めに家を出なければ、列車に乗り遅れるのではないかと思います。まずはホームを利用し、便利さ不便さを体験してください。ゆとりをもつてお出かけになることをお勧めします。2008年に播但線・姫新線の高架が完了したときには姫路駅周辺がもっと素敵になり、新たな市民の憩いの場となっていることでしょう。

(応援隊 小林 美波子)

Q① JR 在来線のレール間隔はおよそいくら?

Q② レールの継ぎ目の大切な役割は何でしょう?

Q③ まくら木は何でできていますか?

Q④ レールの1mあたり重さは何キロ?

A① 約1m

英国の鉄道を標準 軌間:1.435m これより狭いものを狭軌と呼んでいます。新幹線の軌間は標準です。JR の在来線の軌間は1.067mです。

A② レールの伸縮を吸収する。

A③ ガラス繊維と樹脂

コンクリートまくら木や合成まくら木なども使っています

A④ 30Kg

山陽本線は1mあたり約60Kgのものを使っています

《わが家の耐震改修促進事業》

兵庫県のホームページ～わが家の耐震化促進～を見ると、県で平成12年度から平成14年度の3ヶ年で無料耐震診断を実施したところ、大部分の住宅が耐震性の劣るものであることが判明したとありました。この状況を受け、今後予想されている東南海・南海地震等への備え、また、阪神・淡路大震災の教訓から、早急に住宅の耐震性向上を図る必要があります。住宅の簡易耐震診断を平成17年秋か

ら実施。とありました。対象は、昭和56年5月31日以前に着工した住宅です。お問い合わせはお住まいの市町担当窓口です。下記アドレスからご確認ください。

今一度、わが家の耐震性を見直して見ませんか。

「耐震改修補強工事」に補助金もらうの面倒だ！？

民間住宅の耐震性能の劣る住宅所有者に対して、安全性を確保するための耐震改修設計および見積もりとそれに伴う耐震診断を行う「住宅耐震診断・改修計画策定費」や耐震改修工事のための「住宅改修工事費」に対して一定額を補助しています。平成12年～14年の無料診断受診者、および簡易耐震診断で、「耐震性が劣る」と認められた木造住宅の場合は、『耐震改修補強工事』の補助金が交付されます。審査には、申請書類＋図面＋写真・補強前の写真・補強計画図・工事中と竣工写真などが必要です。無届けで増築した住宅は現状図と補強前の写真・新築時の「建築確認通知書」（副本）が必要です。一般には、補強前の写真と「補強の計画図書」を着工前に提出し、承認後に施工に入ります。

交付決定通知を受ける前に契約しないで下さい。契約工事の記録写真と設計士の監理報告でもって『補助金』請求書の提出となります。これらすべてを施工業者任せも可能ですが、いわゆる「医業分業」と同じ考えで、設計者と施工者を別々にした方が好ましく、トラブルも少ないと思われます。

この度は『耐震補強』の設計だけで補助金を……これは無理です。工事が完了してから支給です。設計料には現場の監理料も含まれているからです。

《参考に》…一般的な木造住宅の耐震補強工事費の平均が200万円～300万円と新聞に記載されていました。しかし、この中にはリフォームの費用は含まれていませんので、くれぐれも要注意です。

（数奇屋作り研究会 三木 勝）

災害時の住宅再建をみんなで支えあおう

未曾有の被害をもたらした阪神・淡路大震災。

被災者の自立した生活再建のためには、生活の基盤となる住宅の再建・補修等が最も重要であり、そのための自助努力や公的支援には限界がありました。

兵庫県では、この経験と教訓を後世に活かすべく「兵庫県住宅再建共済制度条例」を制定し、住宅の所有者同士が助け合いの精神に基づいて負担金を出し合い、自然災害で被災した住宅の再建・補修等を支援しあう共済制度を全国に先駆けて実施しています。

加入ご案内のパンフレットは姫路生活科学センターにあります。

平成17年度第4回「環境ミニフォーラム in ひめじ」開催のお知らせ

今回は、兵庫県立農林水産技術総合センターの玉木哲也氏を講師にお招きし、但馬海岸におけるイシダイの行動とその生息環境との関係、近年の環境変化により増えてきた海洋生物などについて講演が開催されます。

開催日程：平成18年3月7日(火)15:00～17:00

開催場所：姫路商工会議所 5階 503会議室

テーマ：「環境と魚～特に但馬海岸におけるイシダイの行動を例として～」

《お問い合わせ先》

(財)ひょうご環境創造協会 ひょうごエコプラザ

(地球温暖化防止活動推進員 溝口 章弘)

環境にやさしいみんなの生活展

「みんなで守ろう地球の未来、できることからひとつずつ」をテーマに平成17年度生活展が平成18年2月26日(日)福崎町文化センター小ホールで開催され、見学に行ってきました。

実習コーナーでは、福崎町婦人会による《アクリル毛糸で環境にやさしい“たわし”づくり》福崎町消費生活研究会による《広告紙を利用して“はがきづくり”》《フェルトのアクセサリ一作成》有志による《山野草の生花教室》

手芸ボランティアグループによる《手作りの袋物の展示即売》などがあり、各クラブ員の指導のもと参加者の方々が完成を楽しみに制作されていました。

今回は、中播北部クリーンセンターで活動されている“もったいない倶楽部”の部員が作られたきもの地のリサイクル作品も数々出展されていて、ステキな交流だと思いました。

(生活創造活動コーディネーター 玉田)



力作といっしょにみなさんの笑顔が並んでいました。



壁にはもったいない倶楽部の作品が応援しています！



つる草の花器も手作り
先生もお花もとてもステキ！

「もったいない倶楽部」ファッションショーのお知らせ

「限られた資源を大切に！」ケニアのマータイさんの精神にのっとり、「もったいない倶楽部」を立ち上げてから1年が過ぎました。

簞笥の中に眠っていた着物、帯、など古き良き時代の思い出の品を、倶楽部の部員たちが再利用に知恵を結集させ、アイデアいっぱいのリフォーム作品が数多く出来上がりました。

その作品を地域の人たち、又、関心のある方に一人でも多くご覧いただこうと、ファッションショーを開催します。

どうぞ皆さまお立ち寄り下さい。

倶楽部員全員でご来場をお待ちしております。

月 日 平成18年3月23日(木)
時 間 13時30分～15時
場 所 中播北部クリーンセンター
再生棟にて(神河町福本)

出品作品例

ゆかた から	ワンピース
ウールのきもの から	作業衣
紬のきもの から	コート
編子のきもの から	パンツスーツ
しぼりの羽織り から	ブラウス
蠟子の布 から	ドレス
帯 から	バッグ

(もったいない倶楽部 小西 英美)



夢前町生活研究グループ あざみ

私たちのグループは平成11年に会員10名で発足しました。所在地は夢前町筋野で筋野小学校区の生徒が72名、それに比べて高齢者が多く、夢前町内では2番目に高齢者率の高い地域です。

このような状況の中で、自分の家族の食べ物はもちろん、地域の人たちにも**“安心・安全”**な食べ物を普及したいと思い、校区の婦人会に声をかけ、味噌作りを始めて5年になります。夢前町内で取れた米・大豆を使って、麴から手作りです。八百屋やスーパーに行けば、何でも手に入る時代ですが、時間をかけ、手間をかけて**“安心・安全”**でおいしい食べ物を作るという過程も大切にしていきたいと思っています。



平成14年10月から地元の公民館で毎月1回**ふれあい喫茶**を開いています。昨今、田舎といえどもご近所付き合いが疎遠になりつつあります。古きよき時代には、各家の縁側にみんな集まり、いろいろな話を言い伝えてきました。それを継承すべく場所を変え、小さな子供からお年寄りまでが一緒に集える場作りを考え、皆さんの協力を得て始めました。

ふれあい喫茶の日には、お料理作り・お花作り・お

菓子作り・テーブルの上を彩る折り紙・お習字や絵・・・それぞれに得意な人が集まって、切り盛りしています。又、雰囲気作りが上手な人や片づけが手早い人など、家庭の中でだけ活躍していた主婦の様々な特技が、思いっきり発揮できる場にもなっています。お客様として来てくださる方たちから、出会えることの喜び、四季折々の工夫を楽しみ、感謝の言葉も多くいただいています。



グループのもうひとつの活動として、昨年、県のコミュニティビジネス応援事業に応募し、地元の**“安心・安全”**な食材を使ったお弁当・お惣菜を作り、販売を始めました。主に高齢の一人暮らしの方や、老夫婦の家庭に、栄養のバランスの取れたお弁当やお惣菜を提供し、健康を見守り、一日でも長く住み慣れたところで生活できる環境作りの手助けを出来ればと思ひ頑張っています。

いろいろな活動のなかで、仲間があることのありがたさ・力強さを実感しています。これからも地域の活性化のために共に進んで行き、更なる挑戦をしたいと思います。

(夢前町生活研究グループ 国光 信子)



簡単イチゴムース

お年寄りから小さなお子さんまで～よるこび顔が見たい！

《材料》

生クリーム300cc
イチゴ 200g
(冷凍イチゴでもOK)
砂糖 60～80g
ゼラチン 10g
レモン汁 大さじ1

残った生クリームやミントの葉があれば
おしゃれにトッピングしてください。

《作り方》

- ① イチゴは洗ってヘタを取っておく。
- ② ゼラチンを100ccの湯で溶かしておく。
- ③ イチゴ(冷凍イチゴ)・砂糖・溶かしたゼラチンをミキサーにかける。
- ④ 生クリームを追加し、再度 軽くミキサーにかける。
- ⑤ 四角い密閉容器に入れ、冷蔵庫で冷やします。固まったら出来上がり。

(プリン型に入れて冷やすのも簡単です)

- ⑥ 適当な大きさに切り分けて、器に盛って下さい。

(香寺町 大野 律子)



ご注意ください! 《マルチ商法の落とし穴》

会員になれば「高収入が得られる」と誘い、商品などを購入させる「マルチ商法(連鎖販売取引)」のトラブルが若者や主婦に増加しています。

【事例】

友人に「いい仕事がある」と説明会場に誘われてついて行った。会場では「多くの人を勧誘したらランクが上がり高額なボーナスがもらえる。毎月3万の会員料も入る。会員になるのに商品を購入する必要はあるが、すぐにもとがとれる。」と説明があつたが、その時は半信半疑だった。1ヶ月後「どうだ。いっしょにやろう。」と再度強く誘われ、その気になってしまい、メンバー登録し、商品とクレジット契約書を受け取った。概要書面、販売の仕組み等の説明書、カタログなどは友人に預かってもらった。しばらくして、「クレジット契約を現金払いに変更する。サラ金で調達せよ」と指示され、サラ金2社から借り入れて60万円を渡した。しばらくして親に契約書を見つけられ経緯を話すと「おかしい」と反対された。自分もそう思うので、退会し商品も返したい。(21歳 男性)

【処理結果】

連鎖販売取引のクーリング・オフ期間は特定商取引法で20日と定められています。この商法は友人や知人などの信頼関係を利用して会員になるよう勧誘される事が多いので、人間関係や義理が絡み、すぐに契約解除を申し出にくいものです。この事例でも商品を受け取って90日を経過していましたが、①支払い方法を現金払へ変更した時に訂正した契約書面を再交付されていないこと②サラ金での借金を強要されていること③親に見つからないようカタログなどは預かっておくを持ちかけられたことなど様々な問題点を指摘すると、業者は無条件で解約に応じました。

友人からの誘いであっても「簡単にもうかる」などの甘い言葉に惑わされず、少しでも疑問を感じたら契約しないようにしましょう。 **ご相談は: 姫路生活科学センター**

(参考)「特定商取引法の改正」(平成16年11月施行): 連鎖販売取引に中途解約権が認められるようになりました。入会后1年未満で商品が未使用・未消費の場合、商品を受け取ってから90日以内は返品できるようになり、この場合の解約料も返品する商品の1割が上限と定められています。

～平成18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。

いきいき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 「生活創造情報プラザ」

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10日までに原稿を郵便・FAX・Eメールでお寄せください。

※ 感想もお送りいただけたら、記者(応援隊)もますますガンバリます。

掲載内容についてのお便り・お問い合わせ
姫路市新在家本町1丁目1番22号
県立姫路生活科学センター
生活創造活動コーディネーター 玉田