



令和6年3月1日現在	
総世帯数	1,354世帯
総人口	2,388人
男	1,148人
女	1,240人

お客様との関わりで

感じたこと

飯田町二丁目町会 田邊 史和

私は祖父の代から飯田町一丁目に住んでおり、今現在は小さな飲食店を生業としております。

飲食店をしていると、普段店で使用している野菜などを生産している農家の方との繋がりが生まれてくることがあります。始めは店とお客様の関係から、月日が経過するにつれ、お互いに助け合いたい



自家栽培の野菜もメニューに取り入れています



と変化していくこともあります。その方が収穫された野菜を鉄板焼のメニューとして仕入れたら、野菜の収穫から出荷準備に興味を持って手伝ったりすることもありました。その経験から実家にある小さな畑で、店で使う野菜作りもするようになりました。同じ地元で生活していく仲間として自分が出ることのできていく機会は結構あるものを感じています。

近年注目されているSDGs(持続可能な開発目標)という言葉があります。その目標のなかに「陸の豊かさを守ろう」や「持続可能な産業化の促進」といった文言があり、地産地消に大きく関連がある

とされています。

地域内での食糧生産と消費を安定させる必要があるということですが、いままで普通にやってきた農家の方との関わりが「SDGs」や「地産地消」に繋がっていたのを改めて感じました。

私が営んでいるのは小さな店ですが、これからおお客様や近所の方々との縁や出会い、繋がりを大切にしていきたいことを心掛けて、微力ではありますが、松本市を盛り上げていきたいと思っています。

詩吟と共に早幾年
天神南小池町町会
曾根原 和子

「鞭声(むち)粛々(しゆくしゆく)夜河(よがわ)を渡る 暁(あけぼの)に見る千兵(せんべい)の大牙(おほが)を擁(よう)するを」で始まる頼山陽(らいざんやう)作の有名な川中島(かわなかつじま)の一節(いちせつ)です。

詩吟を始めると早くも40年近くが経とうとしています。人生の半ばを詩吟と共に歩んできたように思います。私が詩吟を始めた頃は大衆性(たいしゆうせい)もあって、一般的な趣味(きずみ)として大いに親しまれておりました。詩吟の原(もと)となる漢詩(かんし)には、歴史上(れきしじょう)の人物(にんぶつ)や偉人(ゐじん)からなる作品(さく品)が数多くあります。これら詩歌(しか)のほとんどが遠い昔(むかし)に詠

まれたものであっても決して古(ふる)さを感じさせません。自然(しぜん)の摂理(しやくり)や人生(にんじん)の真理(まこと)、また喜怒哀楽(きあうがいらく)を詠(えい)じ、人間の心(こころ)の琴線(ことば)に触れる作品(さく品)は、現在(いま)を生(い)きる私たちの心の清涼(せいりやう)剤(ざい)ともなっております。

しかしながら、今の世の中(よ)は、どちらを向いても複雑(ふくざん)多岐(たき)にわたっています。情報(じほう)は多様化(たふようか)し、競争(きさう)も激しく、ストレス(すたれす)社会(しゃかい)となつていよう(よう)に感じます。そんなとき、一吟(いちぎん)詠(ぎやう)つとストレス(すたれす)も吹(ふ)っ飛び(とび)気持(きもち)がすっきりします。詩吟(しぎん)の発声(はつせい)は主(ま)として腹式呼(はらぶしきよ)吸(す)で、お腹(おな)から発(は)する声(こゑ)は全身(ぜんしん)の血行(けつこう)を良くし、誤嚥(ごえん)を防(ぼう)ぎ健康(けんこう)に繋がると言(い)われてお(お)ります。また漢詩(かんし)文(ぶん)を諳(あ)んじること(こと)は認知症(ちにかいせい)予防(よぼう)にな(な)っている(てい)るかも知(し)れませ(せ)ん。

一方(いつぱう)、詩吟(しぎん)に合(あ)わせて刀(たが)を持って舞(ま)う剣舞(けんぶ)と扇(あふ)を持って舞(ま)う詩舞(しぶ)がありま(あ)す。どちら(どちら)も袴姿(かまきざ)で詩歌(しか)の情緒(じょうしゆ)を表現(ひょうげん)し舞(ま)います。日本(にっぽん)古来(こらい)の伝統文化(でんとうぶんか)である「吟詠(ぎんぎやう)剣詩舞道(けんしぶだう)」を表現(ひょうげん)し、礼(れい)と節(せつ)を重(おも)んじ、和(わ)を尊(たも)ぶ精神(しんせい)は今(いま)に引き継(つ)がれてお(お)ります。私は剣舞(けんぶ)、詩舞(しぶ)は舞(ま)いませんが、剣詩舞(けんしぶ)の会(かい)員達(かいだん)とも和気(わき)あいあいと楽(らく)

しく勉強(べんきやう)しています。詩吟(しぎん)を通過(たうごう)して多く(おほく)の方々(かたがた)と出(い)会いま(ま)した。数々(かずかず)の得難(とくがた)い体験(たいけん)は人生(にんじん)をより豊(とよ)かにして(して)くれたよ(よ)うに思(おも)います。

第二地区(だいにちく)の文化祭(ぶんかさい)では、詩吟(しぎん)、剣舞(けんぶ)、詩を披露(ひら)してお(お)ります。老若男女(らうじやくなんにょ)どなた(なた)でも詩吟(しぎん)を気楽(きらく)に楽(らく)しんで頂(いただき)きたいところ(ところ)ですが、多様化(たふようか)する価値観(かちかん)の現在(いま)では厳(げん)しい状況(じきやう)です。

詩吟(しぎん)の世界(せかい)は奥深(おくふか)く、私(わたし)自身(みづかみ)未だ(みだ)に納得(なげ)した吟詠(ぎんぎやう)が出来(こ)ないのが現状(げんじやう)ですが、身体(ていし)と声(こゑ)が続(つ)く限り(かぎり)、頑張(ごんぢやう)つてい(い)きたいと思(おも)っています。



詩吟(しぎん)の世界(せかい)は奥深(おくふか)く、私(わたし)自身(みづかみ)未だ(みだ)に納得(なげ)した吟詠(ぎんぎやう)が出来(こ)ないのが現状(げんじやう)ですが、身体(ていし)と声(こゑ)が続(つ)く限り(かぎり)、頑張(ごんぢやう)つてい(い)きたいと思(おも)っています。

詩吟(しぎん)の世界(せかい)は奥深(おくふか)く、私(わたし)自身(みづかみ)未だ(みだ)に納得(なげ)した吟詠(ぎんぎやう)が出来(こ)ないのが現状(げんじやう)ですが、身体(ていし)と声(こゑ)が続(つ)く限り(かぎり)、頑張(ごんぢやう)つてい(い)きたいと思(おも)っています。

詩吟(しぎん)の世界(せかい)は奥深(おくふか)く、私(わたし)自身(みづかみ)未だ(みだ)に納得(なげ)した吟詠(ぎんぎやう)が出来(こ)ないのが現状(げんじやう)ですが、身体(ていし)と声(こゑ)が続(つ)く限り(かぎり)、頑張(ごんぢやう)つてい(い)きたいと思(おも)っています。

伝統行事を子どもたちとともに

小正月の子どもの行事、三九郎が今年も4か所で行われました。

かつては小正月の15日を中心に松本平のほぼ全域で行われていた三九郎も、子どもの冬休みが終わる前の土日と祝日(今年は1月6日から8日)に行うことが多くなっています。また、子どもが少なくなっていることもあって、三九郎を行う町会が減ってきているのが全体的な傾向のことです。

間後に行われています。「地区内の子どもたちに伝統行事を体験してほしい」との願いから第二地区子ども会育成会が中心となって令和4年から始まりました。松飾り、ダルマを持ち寄って、新しい年への願いを込めて櫓を組んでいく三九郎は、子どもたちと一緒に伝えていく伝統行事のひとつです。

第二地区では北源地町会・南源地町会・宮村町一丁目

の2町会合同、梅ヶ枝町・長沢町・東長沢町の3町会合同、第二地区の合同三九郎がそれぞれ行われました。

第二地区の合同三九郎は今回が3回目。各町会の一週

各町会の一週



1月7日 梅ヶ枝町・長沢町・東長沢町 合同



1月8日 北源地町会



1月8日 南源地・宮村町一丁目 合同



1月14日 第二地区合同

男性のための料理教室に参加して

中条東第三町会 乾 康弘

新年1月20日松本市食生活改善推進協議会主催『男性のための料理教室』に参加しました。参加者は「食改さん」を含めて24人でした。

今回のメニューはかやくご飯・うま味たっぷり貝だくさりんみそ汁・シェパードパイ・りんごジャムヨーグルトで早速、調理に取り掛かりました。「食改さん」の手助けと助言を聞きながら、切る・炒める・煮るを各々が分担し、和気あいあいと手順よく調理を進め、2時間半位で出来上がりしました。

この教室は減塩がテーマでみそ汁にバターなどを入れてうま味を出し、味噌を少なくして塩分の減らすなどの工夫が参考になりました。料理は全体的にうす味



で普段の家庭料理と比べるともの足りなさを感じながらも完成しましたが「この味に慣れなければ」と感じました。食後の反省会で各班から感想を発表し、初めての参加者から次回も参加したいと感想があり、この教室はこれから発展していくのではないかと感じました。その反面、家では多くの材料・調味料を揃えて作る料理は男性一人では難しいと感じました。3時間程でしたが、有意義で充実した時間を過ごすことができ、楽しかったです。この教室を開催して下さった食改の方々には大変お世話になり、感謝の気持ちでいっぱいです。

暦の上では立春。朝晩はまだまだ厳しい寒さが続くが、日中の日差しは濃くなり、春の訪れもそう遠くはないなあと感じる。暖かくなるのを待たず、思い立ったが吉日ではないが、不要品の整理を試みる事にした。整理下手にも関わらず。整理する基本姿勢として特別な物を除き、一年以上使用しなかったり、目にしなかった物はすべて整理対象にすると、あるある対象物が溜りにたまった書籍・書類・郵便物などの様々な紙類が。そして、なぜこんな物を入手したんだろっと思っ物も。問題は、趣味で集めたオーディオ機器類。使用中の物もあるがそうでない物も。必要最低限の機器を残し、残りは処分しよう。愛着は残るが。さらに問題なのは、メディア類。レコード・カセットテープ・CDなどなど。これらは有効処分を考えよう。不要品整理作業も出発点。思ったより作業が難航。これからは物欲を抑えて、不要品に囲まれた生活から脱却しつつ『何も無い警沢』を目指そう。身軽が一番！ (青柳)

