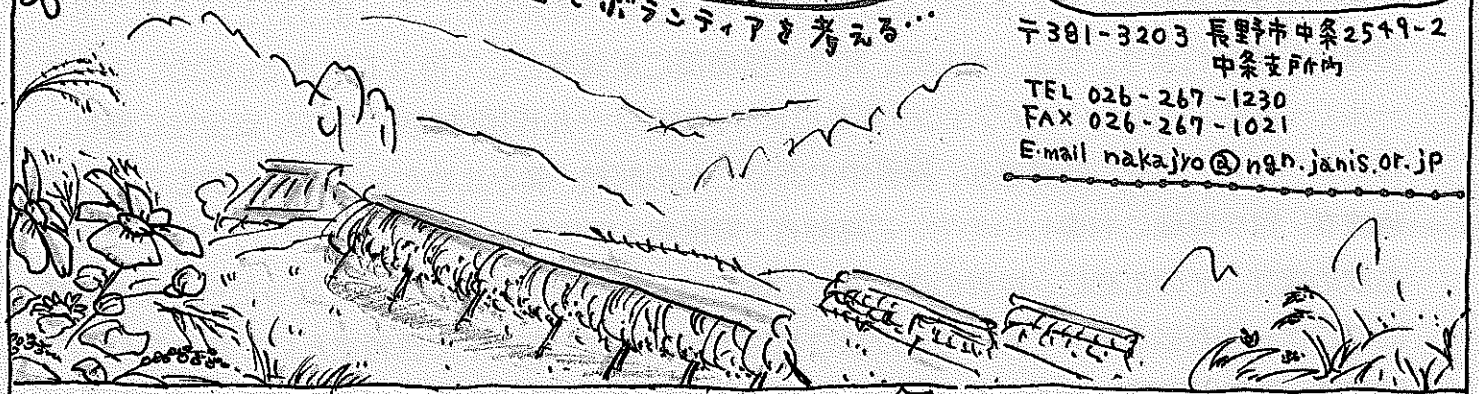


むしくらサロンの通

2017 9月号 No.42
...情報発信とボランティアを考える...

発行 中条地区住民自治協議会
ボランティアセンター
むしくらサロン

〒381-3203 長野市中条2549-2
中条支所内
TEL 026-267-1230
FAX 026-267-1021
E-mail nakajyo@ngn.janis.or.jp



材料

- ★ のびろ
 - ★ しょう油
 - ★ 石臼米糖
 - ★ ずく根 1生
- 多め

1. 春を待つ。
2. のびろを摘む。
(注*玉を残さないよ)
3. のびろを洗う。
4. のびろの薄皮をむく。
(注*玉をちぎらないよ)
5. 糸をかくきざむ。
6. 瓶などに入れる。
7. のびろがかぶるまじょう油を入れる。
8. お好みの量の石臼米糖を入れる。
9. 冷蔵庫で保存。翌日から1年食べます。



File 2

中上久保田 利江子さんの のびろしょう油漬

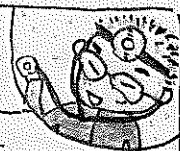
冷奴に、
糸豆腐に、
ご飯にふかけ



中上久保田 利江子さんののびろしょう油漬の作りかたを教えてください。

利江子さんは、中条地区の小学校で教員として勤務していましたが、現在は専業主婦として暮らしています。中条地区の自治協議会やボランティアセンターで活動されています。

このコーナーでは中条地区の自治協議会やボランティアセンターで活動されている方の活動の様子や、地域の情報などを紹介します。



お盆が過ぎて、まだ暑い日が続くなど思っていたのもつかの間で、あっという間に朝晩の冷え込みが感じられる様になりました。そのためか風邪を引いてしまったという方が多く診療所に来られます。ちょっとした、発熱や頭痛薬に常備薬として持って頂きたいのが、カロナール(一般名:アセトアミノフェン)があります。カロナール作用は弱めですが、安全性に優れ、特に赤ちゃん・小児、妊婦さん、授乳中のお母さんの解熱、痛み止めとして安全に飲むことができます。胃や腎臓にも優しいので、ご高齢者・腎臓病・喘息のある方また胃がからの時や深夜にも飲めます。そのために、世界のほとんどの国では、熱が出た時や頭が痛くなったら、まず最初にカロナールを飲みます。それで効かなければ他の薬を試したり、お医者さんにかかっています。副作用はほとんどなく、多量に飲むと肝臓に負担がかかることぐらいです。ただ熱を下げる作用は十分にありますが、赤くはれた炎症のある強い痛み、急性の腰痛、大きなけが、痛風発作にはあまり効果はありません。



オープニングは中条のおばあちゃんたちが大正琴の演奏で迎えます。ピエロの衣装がステキでした。

8月22日、サミット1日目の会場は、昔染堂。県内各地から地域づくりにかかわる16人が集まりすこぶ熱気にあふれた。中条の新鮮野菜、各地域のロケットを売る市も出てお祭り気分の中、始まりました。

地域まめたいサミット

「まるごとぜんぶ魅せます中条」

が開催されました。

「10年前からのバトニタツ干、10年後へのバトニタツ干」を副題に、第1回開催地である中条で2日間わたって開かれたこのサミット。変化したもの、変わらざるもの、中条での10年間を振り返り、「地域づくりのこれから」を考えました。

午前中は哲学者内山竹郎先生の講演。自然と共々に暮らして、自然への敬意が生まれる、そのための祭りや行事がある。そして人とつながりたすけあいがある。暮らしの中にある中山間地域こそ、人がらく生まれる場所だ、という内山先生のお話はとても心に残りしました。

午後は想いを語る座談会。世代身出地がたちはとれとれ、中条でまめたいく暮らす8人の暮らしが想いをまきました。

又中条小学校3年生が探検して見つけた中条の好きなところの発表。

中条のお年寄りの写真集を撮る活動を、行っている小山さんのお話と映像など。

2日目は伊折の柳井さんご夫妻のお宅へ。

中条のエネルギーにあふれた2日間でした。

ムラは生きていく。

生き続ける。

