



10月、「衣替え」の季節ですが、日中温かい日が続いています。秋の彼岸が過ぎると、じんと涼しくなり、掛け布団なしでは寝られないですが、今年は異常気象なのか様子が違いますね。体調には十分に気をつけて下さい。皆さん、秋の名物「芋煮」を何回、食べましたか？河川で鍋を囲んで、アルコールを飲みながら食べる芋煮もまた、格別に美味しいです。皆さんもご賞味してみたいはかがでしょうか？飲酒運転は絶対しないようご注意下さい。



ほっこり

ゆっくり

開催報告!!

令和元年9月27日

## 温泉で しませんか!?

今回は、内閣総理大臣賞を受賞した高級家具メーカーの(株)天童木工の見学。そして、中山町にある「ひまわり温泉ゆらら」でほっこり温泉と美味しい食事をみんなで楽しんで来ました。



”ワインセラー”

板1枚とボトルとの微妙なバランスが何とも不可思議



総務課長さんのご案内で珍しい素敵家具でいっぱいショールームと工場を見学。



身も心もほっこり。みなさん、いい笑顔です。



卓球台の脚の部分の”曲げ”が特殊工法



動く木製自転車

## これ、こしゃって 味噌がね

「こしゃう」って米沢弁で『作る』という意味です。今回は、山形県全域で作られる郷土料理『あけびの姿焼き』を紹介。皮を料理するのは山形独特の食方で、ほろ苦さが秋の味覚として珍重されています。

- 材料：・あけび/400g(8個)  
 ・舞茸/50g  
 ・豚ひき肉/100g  
 ・味噌/大さじ1  
 ・砂糖/大さじ1  
 ・みりん/小さじ2  
 ・小麦粉/小さじ2  
 ・油/大さじ1  
 ・結びひも/25cm8本(かんぴょう・たこ糸など)



作り方

- ①あけびは、中のタネを取り布巾で水気をふき取る。
- ②舞茸は、細かく切る。
- ③結びひもにかんぴょうを使う場合は、かんぴょうを水にひたし、塩でもみ、茹でる。
- ④ひき肉にみりんを入れ、こがさぬように炒りつける。
- ⑤④に②、砂糖、みそを加え、炒り煮にする。
- ⑥①のあけびの皮にうすく小麦粉をつけて、余分な粉をはいらひ⑤をつめ、かんぴょう・たこ糸などで結ぶ。
- ⑦フライパンに油を熱し、あけびの皮に充分火が通るまでふたをして、ときどき返ししながら静かに焼きあげる。



## “まちのお地蔵さん” (健康一口メモ)

『病と共に生きる、健康に生きる一捨てること』 Vol.53

買い物依存という依存症があります。買うまでが楽しい。しかし、手に入れてしまうと買う必要があったのかと思う。この手に入れるということに懸けられた思いは人それぞれようです。同じものの色違いのコレクションを手に入れたいという人、いつも傷のない完全なものを手に入れたい人、とにかく集めたいという人、いつか使うときもあるだろうと思って捨てられない人など、いずれにせよ、それを手に入れれば、それを手に入れるという自分にたどり着ければ何かが満たされるという願望がそこにあるように思います。しかし、現実はその逆で、それを手にすると得られると思っていた充足感は一瞬で消え失せてしまう。手に入れる必要性についての懐疑にとらわれ、中にはせっかく買ったものをあげてしまう人がいます。

ため込んでいた服を、整理するつもりで捨てた人がいます。そうしたら、洋服がほしくなくなって、大事なものを買って長持ちさせればよいという風になつたとのことです。今まであった物欲がなくなってしまった捨てたことの後悔と共に、手に入れようとしたことが重荷でもあった。それが苦しみの原因でもあった。そのことに気が付いたというのです。捨てる前にはこんなことになるとは予想もしなかったというのです。

我々は、それを手に入れられれば、そこにたどり着けば幸せになれるとどこかで思っているところがあります。しかし、その幸せを手にしようとした試みがお実は負担であり、重荷であり、苦しみの元だったということがないように思います。それを捨ててみた時にそれに気が付き、荷おろしをすることができ、解放され、その欲求が知恵に裏打ちされた意志に変わる。そこに捨てることの奥義があるようです。

Dr. 小林 恒司

# 10月イベントの予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	3	4	5 生涯学習フェスティバル 9:30～16:00 米沢市営体育館内外
6 生涯学習フェスティバル 10:00～15:00 米沢市営体育館内外	7	8	9 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	10	11	12 吾妻祭 10:30～15:00 米沢女子短期大学
13 上杉城下町マラソン 8:10～11:30 市営陸上競技場 吾妻祭 10:00～19:00 山形大学工学部 吹奏楽の日コンサート 9:00～16:30 伝国の杜置賜文化ホール	14 <b>体育の日</b> 吾妻祭 10:00～16:00 山形大学工学部	15  <b>10/15(火) 個別相談会 10:00～15:00 置賜総合文化センター</b>	16 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター まちの保健室 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	17	18	19 三看祭 10:00～15:00 三友堂看護専門学校 やまがた健康フェア 13:00～ 「よしお兄さんの健やか親子体操」 山形国際交流プラザ
20 児童会館祭 9:30～17:00 米沢市児童会館 市教職員組合芋煮会 10:30～ 松川万里橋河川敷 音楽の処方箋 13:30～15:30 興譲小学校体育館	21	22 <b>即位礼正殿の儀</b>	23 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	24 ウッディコンサート 19:00～19:40 ナゼBA 1階	25  <b>10/25(金) サロンこの指と〜まれっ! 10:00～15:00 置賜総合文化センター</b>	26 伴淳映画祭2019 10:00～ 米沢市市民文化会館
27	28	29 マザーズおしごと相談会 セミナー10:30～, 相談12:00～ ハローワーク米沢	30 きっさ万世 10:00～12:00 万世コミュニティセンター	31		

☆上記予定は申込みや参加費等が必要なものもあります。  
詳しくは 米沢市社会福祉協議会 生活支援相談員までお問い合わせ下さい。

TEL 0238-24-7881

## 編集後記

先月27日、皆さんと一緒に待望の天童木工さんを見学することが出来ました。  
天童木工さんは戦前の創業時には、需要が多かった弾薬箱から作り始め、終戦が近くなり敗戦が色濃くなると、アメリカ空軍のB29に脅威を与えるためにダミーの木製飛行機を数多く製造して地上に置いたそうです。そして、今では従業員の永年のたゆまぬ努力と卓越した技術で、日本を代表する高級家具メーカーになった天童木工は山形県民の誇りです。 ショールームだけでも一見の価値あり！ 予約なしで大丈夫ですので、是非、見学してみたいかがでしょうか？