

えことびい通信 えことびい 長崎

えことびい長崎 会員情報誌 第13号



お久しぶりです！！

今年2月以来、8か月ぶりの通信発行となりました。
お元気でしたか？

いつまでも暑い夏がようやく終わったかと思っていたら、なかなか秋らしくもならず、これからやってくる冬には、新型インフルエンザが・・・
こんなときだからこそ、しっかり事実を見つめ、自分で考え、冷静に行動したい。

お待たせしました。今年もやります。講演会。
ご家族、お友達など、あなたの大切な方を誘って、ぜひ聴きにきてください。
お待ちしております！！

地球温暖化「食糧危機は来るの？」

2008年12月20日(土)午後1時30分から午後4時まで、長崎原爆資料館ホールで講演会を行います。
講師は、もちろん、NPO法人ネットワーク『地球村』代表の高木善之さんです。

温暖化により各地で豪雨、干ばつ、ハリケーンが急増し、農業に大きなダメージを与えています。さらに、トウモロコシなど農作物がバイオ燃料に使われたり、人口増大も加わり、価格が高騰しています。世界的に食糧危機が現実のものになってきました。

食料自給率の低い日本、食物廃棄量の大きい日本は、これからどうなっていくのでしょうか？
地球環境の現状と日本の未来についてお話しします。

参加費 一般	1,000円(前売り)	1,500円(当日)
大学生	800円(前売り)	1,000円(当日)
小・中・高校生	500円(前売り)	700円(当日)
ペア	1,800円(前売りのみ)	
★託児あり	500円(要予約)	

予約・お問い合わせ 090-3604-1835 (山田與志雄)
090-3605-5084 (吉田政和)

ドングリクッキー

10月26日のながさき県民の森ドングリきょうしつで使ったマテバシイがたくさん余ったので、持ち帰って、ドングリクッキーを作ってみました。
(4月から、森の案内人をやっています。)



※マテバシイ:少し大き目のドングリらしいドングリです。

1. マテバシイをペンチで割って、実を取りだし、ある程度渋皮をはぎます。
虫食いなどいたんでいるところは取り除きます。
根気があるけど、お酒など飲みながらやると苦になりません。

2. お湯で煮だして、アクをとります。
1回茹でたところで、残っている渋皮を全部取り除きます。



3. 茹で汁が濁らなくなるまで(3回ほど)煮だします。

4. お湯から上げて、フードプロセッサーで粉状にします。
約300gのドングリパウダーが出来ました。

5. これに、小麦粉150g、バター90g、卵の白身1ヶ分、砂糖50gを加えてよく混ぜます。

6. 小さくまるめて、平たくつぶし、オーブンのクッキーモードで焼きます。

実は、クッキーを作ったのは初めてだったけど

食べてみると、粒々がいい感じに残っていて、とても美味しい！！

家族にも大好評でした。

お酒のつまみにもなりましたよ♪



みなさんも、マテバシイをたくさん探って、
ドングリクッキーにチャレンジしてみませんか？

おもしろいし、美味しいですよ♪♪

吉田 政和

第4回長崎の環をつなぐ食育祭（同時開催、教育ファームの成果発表会）

いよいよ11月30日（日）11時より、
長崎ブリックホールで仲間の総力を集めて開催されます。
今年もきっと、2千人近くの参加者の優しい気持ちに包まれて、
楽しくて、美味しくて、感動的なイベントになるはずですよ。

今年も、あの感動の味と香りの元気ニンジンジュースを振舞います。
今回のニンジン、長崎市が当会と協力して、あぐりの丘で育てたものです。
その土作りでの草の入れ方が半端じゃない！

「草はいくらでも入れて良いですよ。

少々がんばってもなかなか畑全体に大量に草を集めるなんて出来ませんから」
と、私はたかをくくって市の職員に言っていたのですが、最初見たときは本当にびっくり。
これほどたくさんの雑草を一度に入れたのは初めての体験です。

果たして植え付け時期までにスムーズに分解が進んでくれるか、かなり心配でした。

でも、2ヶ月も雨ざらしにすることで、自然に発熱醗酵し、次第につぶれていき、
ようやくトラクターで畑にすき込むことが出来る状態になりました。

最高にミネラルリッチな畑になったのです。

次に、ニンジンの種まきも間引きも草取りも、

市の職員と、ニンジン作り体験を申し込んだ数十名の一般市民が取り組んできました。

そして、うるわしく元気いっぱいに育ったニンジン。

病虫害は皆無。かじるとニンジンの香りが口中に広がります。

見事にうるわしい雑草パワーニンジンに、

これが本来のニンジンなんだと、皆さん驚いておられます。

そのニンジン100%絞ったジュースが全員試飲出来るんです。

長崎の大地の底力が、ニンジンを通してあなたの心と体につながるのです。

感動の美味しさを体験しながら、

自分が大地に支えられている感覚を思い出して欲しいと願っています。

（マイカップ持参をお願いします）

そして、そんな土作り、元気野菜作りにがんばる農家を支えて欲しいと願っています。

本当に支えられているのは私たちなのですから。

2000名の大ホールでの基調講演の講師は、

食と健康の分野で今、時の人となった、**石原結實先生**です。

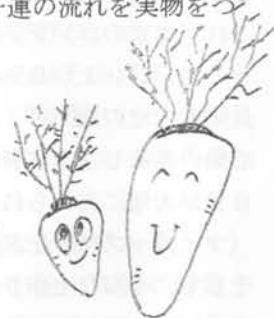
長崎大学医学部出身で、現在、東京の石原クリニックを開業され、

これまで数多くの現場での体験と研究に基づき、

「**くすりのいらぬ健康法**」と題してお話下さいます。

もう、2人に1人はガンで亡くなる時代に来てしまったそうです。
ガン患者さんの体の痛み、そして心の苦しき、絶望感はとて言葉にできません。
その体験を2人に1人がしないとけないなんて、人類はどうかしています。何かおかしいです！
ガンになる前に、みんな、是非この先生の話聞いて！！と心から叫びたくなります。
病気になる前にこの話を知っていたら、
どれほど多くの方が、楽しくやさしい人生を暮らしていけるのでしょうか！
先生は超多忙で、話を聞けるチャンスはめったにないでしょう。
どうぞどうぞ、全ての用事に優先して、
多くのお友達を誘って、足を運んで欲しいと心から願っています。
体温が1度下がると、免疫力が30%落ちる！？ガンの大きな原因。体温は上げられるよ！
メタボリックシンドロームを、内臓脂肪症候群と訳すのはウソ！？
塩分をひかえることが本当にいいことなの！？
こんなに食べているのに、現代人の多くは栄養失調症！？
みずからも、まったく薬を飲まずに、病気をしない先生。
「病気になることがおかしいんですから」とおっしゃる医者の方からのメッセージ、楽しくて説得力抜群の話をどうぞお聞き下さい。

今、県内外の小中学校や保育園幼稚園に、美味しく楽しくて、食への感性が変わる、生ごみリサイクル元気野菜作りがどんどん広がっています。
無農薬でも病気や虫にやられずに、たくましく生きる野菜たちを、子どもが育てているのです。
そして、病気欠席日数の激減した保育園も増えてきています。
これは、土作りを重視したとても効果の上がる「教育ファーム」です。
その様子が、大ホールで、映像を使いながら報告されます。
同時にロビーでは、生ごみを土に戻すところから、元気野菜に変わるまでの一連の流れを実物をつかって順番に展示して、模擬体験できるようになっています。
こんな体験が出来た子供たちをうらやましく感じたら、是非周りの幼・保・小中学校にも勧めてもらえたらうれしいです。



さらに、詳しくはチラシの通りですが、6つのコーナーを回りながら、命をいただく食生活の一部を実体験できます。
「これなら家族中もっと元気になれるはずだよなあ！早速家でやってみよう」
実験を見て、食べ比べて、体験してガッテン！
家族みんなと一緒に回ると、みんなで理解できるから、その日の夕食から何かが変わるはずですよ。

また「大地を届ける人たちのコーナー」では、長崎県内で昔ながらの製法で、大地の生命力をたっぷりつないだ加工食品、調味料などを生産者自らが展示、説明、販売します。
農薬も化学肥料も使わずに育った元気野菜も、生産者が直接販売します。
同じ長崎の地で、私たちの命綱である第一次産業で汗を流し、

自分の納得のいく製品作りにこだわる「食の職人」が集まります。
買ってくださった方に喜んででもらえることがやりがいです。
どうぞ身近に会話して欲しいです。

その他、味噌作り、塩作り、マイ箸作り体験コーナーもあります

どうです？これだけ盛りだくさんのイベントが、前売りで500円です。

さらに、大ホールイベント終了時には、

長崎県産の米や小麦、大豆で作った無添加しょうゆ（市価 300 円）を大人の参加者全員にプレゼント。

これは、2000名を超える市民の参加があつて初めて収支が合います

（逆を言うと、参加者が少ないと大赤字になります）

私たちは背水の陣を敷いて、皆様の力を信じて、成功を確信して全力をあげます。

そして準備までは参加出来ないけれどもと、

知人にチケットを一生懸命勧めてくれるたくさんの仲間たち！

誰にも2000名の市民を集める力は到底ありません。

それはあなたが誘ってくれた数人の集まりでしかありません。

まるであんなに大きな生ごみを土に返してくれる、

無数の小さな小さな菌ちゃんたち全員の総力と同じなんでしょうね。

数枚でもチケットを預かってくれる方がおられましたら、

大地といのちの会 0956-25-2600 にどうぞ連絡下さい。

チラシやチケットの郵送も出来ます。

または、下記郵便振替口座に 500 円×人数分を送金して、

その半券を当日持参いただければ、前売り券と交換します。

郵便振替口座 01780-7-68130 加入者名長崎の環をつなぐ食育の会

また、これだけの総合イベントを進行するには、スタッフもまだ足りません。

何かお手伝い出来ないかと考えてくださる方、大歓迎です。よろしければ連絡下さい。

では皆様、食育祭で会いましょう！

会場の長崎ブリックホールは、JR長崎駅の一つ手前、浦上駅からすぐです。特急電車も止まります。

ホームページ <http://www13.ocn.ne.jp/~k.nakao/> から、

食育祭 in 長崎の掲示板をクリックすると、投稿記事の中に詳しいチラシが掲載されています。

この内容をお友達に紹介していただくとありがたいです。

大地といのちの会 吉田俊道

貴重な被爆体験記録

—山田さんのお父さんの遺稿

廣瀬方人

「長崎の証言の会」が今年出版した「証言2008」に山田勝美さんの被爆体験記録を掲載することが出来た。山田勝美さんは実行委員長山田与志雄さんのお父さんである。

私は2006年8月から翌7年12月まで10回にわたって「えことぴい長崎」で平和学習をする機会を与えていただいた。昨年9月、『ストーンウォークコリア』の体験をお話した後、山田さんから声を掛けられた。

「父が残した被爆体験記録があるのですが…」

「是非見せて下さい。今年の方は先日出版したばかりですが、来年の証言集にその記録を掲載させていただきます。」

山田さんは早速その遺稿を持参された。それは写真を貼るアルバムであった。縦横とも40センチはある分厚いアルバムで、その中に山田さんのお父さんが描かれた水彩画4枚とご自分の被爆体験が写真のように貼ってあった。

勝美さんは当時16歳、長崎工業学校の2年生、三菱兵器大橋工場（現長崎大学文教キャンパス）に学徒動員中だった。勝美さんはそこで作業中に被爆し、後頭部に大ケガを負った。どこをどう逃げたのかわからないが気が付いたら油木まで逃げていた。そこで人事不省になったが4時間あまり経ったとき意識を取り戻し、あまりに咽喉がかわいたので近くの川まで行って、その川で血で濁っている水を飲む。1枚目の絵は立ち昇る原子雲。その水を飲む様子が2枚目の絵である。3枚目の絵は自宅に辿り着いて、血がこびりついて脱げなくなったシャツをお母さんがハサミで切っている場面、そして最後は分家の青年の骨をお父さんが持ち帰って縁先のござの上に置かれたのを病床から這い出した勝美少年が見ている場面である。この絵の中央に描かれた黒ぐろとした骨の塊が胸を打つ。

記録の最後に「54歳の誕生日に記す。1983年」とある。お父さんはその翌年亡くなられたそうである。今から25年も前の貴重な記録である。勝美さんが被爆されてからは38年も経っているが勝美さんにとってはつい昨日のどのような出来事であったろう。多くの被爆者にとってそうであるように。

今年の「証言2008」には8人の記録を集めることが出来た。貴重な記録である。40年前の発足当時のように多くの被爆体験を集めることは難しい。しかも絵と体験が勝美さんのもののように記録されているものはほとんどない。しかもその絵は本当に生々しく私たちの視覚に訴える。

今年は「長崎の証言の会」が発足して40年。出版した本も70冊に達した。体験記録も1000人を超えた。毎年、被爆証言の記録を出版する度に、「生き残った私たちはどれほど被爆者の苦しみやその訴えに応えているか？」と心が痛む。今年出版した「証言2008」を皆さんにも読んで欲しいと思う。A5版。249ページ。1500円。

すごい！ きれい♪ でも、これ何？ ……暦なんです。

自然は美しい。

なぜ、美しいのか。

法則が美しい。

暦にも言える。

今、一般的に使われているグレゴリオ暦はどうでしょう。

カレンダーの日付を見て美しさを感じますか。

日付を確認するだけでほとんどの場合、美しいと感じたことはないと思います。

時間の刻み方の原点に帰ってみましょう。

太陽を眺め、昼間が一番長い日を夏至と名付けた。

昼間が一番短い日を冬至と名付けた。

昼と夜が同じ時間になる日を春分・秋分と名付けた。

そして、その繰り返しの一周期を1年と名付けた。

月は、およそ29.5日で満ちたり、欠けたりする。

その一周期を1ヵ月と名付けた。

それを円周上に表現する。

太陽と地球と月とのあいだの法則。

暦ができた。

アナログ時計のような暦になった。

地球は太陽のまわりを回る。

月は地球のまわりを回る。

時間も回り、螺旋状に上昇する。

まなていは学びました。

『地球暦』から太陽系の動きを。

『丸一年カレンダー』から様々な暦の表現を。

そして『〇暦』ができあがりました。

〇は、

わ (輪・環・環・話)、

えん (円・縁)、

まる、まわる、めぐる、ぐるぐる、…。

自然の法則を表した暦は美しい。

(只宵亭雲剋斎)

「暦」の出前講座します

『暦』を知ったら非対立になれる？

『時間』という囚われのモノサシを抜いてみましょう。

きっと楽になります。

あたりまえのように使っている今の「暦」から離れて

時間の刻み方、人と自然界との関係を測ってみましょう。

人がつくった時間より、自然に沿った時間が心地よいでしょう。

お店のカレンダー・コーナーがにぎやかになってきている今日この頃、
カレンダーの訪問販売？

いいえ、違います。純粋に『暦』の成り立ちを伝えたいだけです。

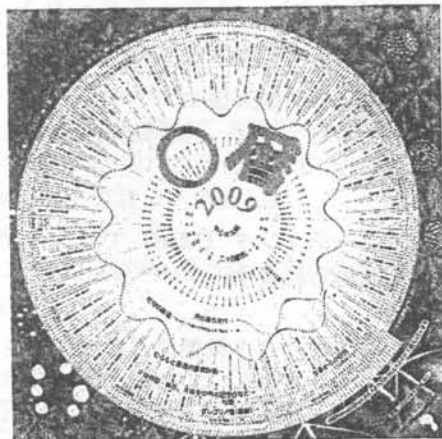
それが、エコとピースになれるから。

講演料はおりません。

お友達を5~6人誘ってください。

地元の公民館かお家を貸してください。

只宵亭雲剋斎先生ことアカシヤスユキが笑顔で伺います。



『〇暦 2009』

希望小売価格 1,260円 (税込)

企画・制作 まなてい

お問い合わせ

TEL 090-2084-0898 (アカシ)

～みんなのミーティングのご案内～

《11月》

M M: 19日(水) 18:30～21:30 県民ボランティア活動支援センター

《12月》

M M: 6日(土) 13:30～16:30 県民ボランティア活動支援センター

M M: 17日(水) 18:30～21:30 県民ボランティア活動支援センター

講演会: 20日(土) 13:30～16:00 長崎原爆資料館ホール

《1月》

M M: 10日(土) 13:30～16:30 県民ボランティア活動支援センター

M M: 21日(水) 18:30～21:30 県民ボランティア活動支援センター

《2月》

M M: 7日(土) 13:30～16:30 県民ボランティア活動支援センター

M M: 18日(水) 18:30～21:30 県民ボランティア活動支援センター

※県民ボランティア活動支援センター

長崎市出島町2-11 出島交流会館4階 TEL:095-827-4852

メンバーズミーティング(MM)では、仲間と自由に話し合うことで、新たな気付き、さまざまな情報が得られます。

初めての方も大歓迎!!気軽に参加くださいね。お待ちしております!!

えことぴい長崎 http://www.geocities.jp/n_earth_v/index.html

〒850-0946 長崎市川上町15-10 電話・FAX:095(827)5149

Eメール: ymaiso@yahoo.co.jp

◎ホームページには“えことぴい長崎”の情報が満載!!

みなさんぜひアクセスしてみてくださいね♪

掲示板の書き込みもお待ちしております!!