

やまたらけ

YAMADARAKE

DECEMBER

No. 44

2010

寄り添い支え合う

保健師の仕事

過疎高齢化の進む早川町。現在の人口はおよそ1300人。高齢化率は50%に迫る。面積37平方キロメートルの中に36もの集落があり、集落間の移動は車以外では難しい。

おかずをお裾分けしたり、お茶飲みをしたり、元気にしているか様子を見に行き来したりしながら、生活や健康を近所同士で支え合ってきた早川。こんな光景、昔の日本では、都会だろうが田舎だろうが当たり前だったのかもしれない。だが、今や隣に住んでいる人の顔も知らない、声もかけない、というのは何も大都会だけの話ではないらしい。山を挟んだ早川の隣町でも、そういう状況はあるという。全国的に見ると、声かけや見守りを業者に頼む自治体まで出てきている。それが自然にできているのが早川のすごいところだが、他の人まで気を回せない、自分のことで精一杯、という高齢者が段々増えてもきている。

そんな早川町民の健康を、2人の保健師が日々飛び回り、支えている。1人は昭和56年から働いている深澤幸枝保健師。もう1人は、平成10年から働いている上田美穂保健師だ。2人とも、なんだか笑顔がまぶしい。そして、凛とした雰囲気を持っている。山梨県内の保健師1人当たりが担当する人数は平均で5000人に対して、早川町は単純に計算して1人当たり650人と手厚い。明るく優しく、時には厳しい2人の保健師の存在は、町民にとって、とても大きいように思われる。

そんな2人の保健師の仕事ぶりと、早川に何を思い、どんな未来を描いているのかに迫りたい。(平川寛子)



【写真右上】個別訪問では、無理なく目標達成できるよう、全部ダメとは言わない。甘いものの好きには、1日1個までの甘いもの。お酒好きには、週に1度の休肝日。【写真左上】深澤さん出身の大島での健康相談。早川弁でテンポの良いやりとりが飛び交い、笑いが絶えない。【写真左中】血圧を測りながらも、「ネギ植えた？」とか「美容院行ってきた？きれいになってる」とか、おしゃべりが楽しそう。【写真下3枚】下湯島では、お寺でのお題目の日に合わせて健康相談。お昼ご飯もみんなで準備する。ごちそうを囲めば、おしゃべりが止まらない。



地域に出かけて課題探し

保健師の仕事を一言で言うところ「住民の健康増進」だが、具体的に大きく分けると成人・老人保健と母子保健がある。どちらも2人で協力し合っているが、主に成人・老人保健を担当しているのが、早川生まれ早川育ちの深澤幸枝さん。中学生の時、学校の先生が障害児教育をやっていた興味を持ったのが、現在の始まり。手に職をという思いもあって、高校卒業後は看護の道に進んだ。しかし、勉強してみると看護では遅いと感じ、看護が必要になる前の予防が大事ではないかと思いはじめたそう。そのため、保健も勉強し、昭和56年に早川町の保健師となった。

地域の公民館やお寺で待っている。どの地域も共通して、まずは血圧を測定し、その他に、食事内容チェックや体操など、地域の健康課題に合わせた話をする。保健師は、ここでの情報を元に地域の健康課題を洗い出し、実情に合わせたアドバイスを行っている。

集まってきた人達は、とにかく楽しそう。お茶を飲んだり、集落によっては食事を作ったり、おしゃべりが止まらない。「あんたに手を握ってもらうと安心するよ」と言われる、そんな些細な事が嬉しいし励みになっている、と深澤さんは言う。

住民と一緒に目標設定

また、保健指導が必要な人、見守りが必要だと判断される人のところには、個別に訪問する。健康診断の結果を一緒に睨みながら、ここの数値がどう、この数値を下げるためにどう努力をしている、もっとこうした方がいい、などが話し合われている。

成人・老人保健に求められることは、町民の日々の暮らしの観察、状況の把握、必要に応じた健康指導だ。そのために、1つは健康相談を行っている。健康相談はどの自治体でも行われていることだが、ほとんどの場合、役場や保健センターなどの場所を指定して、住民に「来てください」と呼びかける。早川の場合、徒歩以外の移動手段を持たない高齢者も多いため、保健師から地域に出かけている。住民は、

「甘い物食べてもいいけど、1日1個ね。」とか「酒やめたけ？えらいじゃん。」とか話しながらも、具体的に数値目標を示す。もちろん、頑張る本人に



【写真右上2枚】乳児検診では愛育会の会員が身体測定。さすが、慣れた手つきでささっと終わってしまう。
 【写真左上中・中2枚】育児学級では、普段あまり会えない同世代のお母さん方が集合。手は人形作り、目は子どもを見守り、口はおしゃべり。
 【写真左下・右下】保健師の2人は、子どもの扱いも上手い。不思議と2人の言うことは聞く。



目標を与える目的もあるが、自分にプレッシャーを与えるためでもある。具体的な数値の目標を言うことで、達成できたかどうかの確認作業をしなくてはならない。目標が達成できてない時は、目標設定が間違っていたのだろうか、違うやり方を提案した方がいいのだろうか、と試行錯誤する。

早川町民でもある深澤さんは、色んな集まりやお祭りが、人が少なくなつて実施する事が大変という理由でなくなっていくのを忍びなく思っている。集まるのがエネルギーになるから、みんながちよつとずつ頑張れば、地域全体がもう少し元気になる。深澤さん自身は、地域でそういう風になっている。周りの人には、こうなりたい、こうしたい、というのも言えればいいと思っている。望みに手を貸せる人もいると分かるからだ。

つながる人の輪

一方、母子保健を主に担当しているのが上田美穂さん。以前は、知的障害者支援施設で働いていた。その施設の入所者が、医療面での支援も必要だったことから、看護の勉強を始めた。保

健の勉強はついでに始めたようなものだったが、早川の保健師募集を知って、早川だったらやってみたいと思ったそう。というのも、実習に行った市では自治体が大きすぎて、保健師が何をやっているかわからなかった。でも、早川のような小さい自治体だったら、保健師の仕事も楽しさもわかるかもしれないと思ったからだ。保健師をやれるのは今しかない。自信はなかったが、早川に飛び込んでみた。

母子保健の1つ、乳児健診は、医師、栄養士、保健師、愛育会会員の協力の下行われる。(愛育会とは、戦後、まだ母子の健康状態が良くなかった頃に始まった会。妊娠中や産後の母親の環境改善のため声かけ運動などを行っていた。子育て世代の少なくなった現在では、地域への声かけ運動を主にやっている。)問診、身長体重の測定、診察、栄養相談などが主な内容だ。周りに子どもがあまりいない環境で子育てをする早川のお母さんにとって、貴重な情報交換の場となっている。愛育会の会員は身体測定のお手伝いをし、先輩母親としてアドバイスする。不安も抱えている若いお母さん



食生活改善推進委員会では、男の料理教室(写真左上)や健康料理発表会(写真上、左下)などを行っている。発表会では、地産地消をテーマに「サツマイモの大根おろし和え」や「スイートポテトチーズ入り」など委員考案の新レシピが発表された。



は、「かわいいね」と子どもを抱っこされるだけで嬉しそうだ。

試行錯誤と周囲の支え

他にも育児学級という、お母さんと子どもの集まるサークル活動がある。月1回行われており、内容は毎回お母さん方の要望に応じて決められる。子どもの少ない早川町、あるお母さんからは「家にじっとしているより、みんなに会えるこの方がいい」との声が。町の文化祭が近かった取材日は、みんなでフェルト人形作り。上田さんが、「文化祭にみんなの作品を出すのが夢だ」と呼びかけると、お母さん方は自主的に次の活動日を決め、文化祭での展示を目指すことにした。

若い世代を見つめる上田さん。高校生になると、町外に出てしまう子が多いが、いつでもどこでも健康でたくましくいてくれたらと願っている。また、保健師としては中堅にあたる上田さんには悩みもある。自分1人で完結することなら、ひたすら動けば済むことだけど、町全体を見て人や組織を動かすのは難しいと感じている。そんな悩みは、峡南地域の保健師が集まる定例研究会で他地域の保健師と共有されている。その場では、「組織の人がこ

の地域をどうしたいと思っているのかを、まずは確認すべき」、「上から言われたことではなく、自分達の目指す地域のためだったら、人は動くのだから」、といったそれぞれの地域での実践に裏打ちされた具体的な解決策が話し合われていた。

一人ひとりが存在価値のある町に

2人が口を揃えて「聞くことが仕事」と言うところ、どの場面でも、とにかく親身になって人の話を聞く。住民がどういった生活をしていて、どういうことに困っているのか、実情を知らない

いとそれに合わせたサービスが提供できないからだ。机に座ってはいられない情報拾いに、どんどん地域に出かけていく。

生活習慣の改善が必要な人に対しては、時に優しく、時に厳しく、諭すように、おだてるように、住民のやる気を起こさせる。ただ、無理なことは提案しない。その人ができる事、できない事がわかってから。この判断ができるのも普段から地域に出かけて行っているおかげだ。そして、地域の

健康を支えるには、周辺住民の存在も大きい。保健師の2人にとって、特に愛育会や食生活改善推進委員会の存在はありがたいそう。保健師2人が1300人と直接対話することが難しい中で、保健師からの情報を地域に伝えるスピーカーであり、地域の情報を保健師に伝える伝言役でもある。同じ地域にいるからこそ見える健康課題があるし、生活が見えている人は、無理なことをやろうとは言わないので、行動に結びつきやすい。

2人は地域の声を拾おうとしているが、住民に対して「もっと生き方や死に方を考えて、どうしたいのか主張してもらえれば」という思いもある。



峡南保健所管内保健師定例研究会(写真上)では、テーマや目標を決めて、課題や解決策をみんなで話し合う。別の視点が得られる貴重な機会。愛育会分班長会議(写真下)では、声かけ運動のテーマやその成果、地域の様子などが話し合われている。

年をとった子どもに所に行けばいいや、という声もあるが、本心じゃないのではないかと疑っている。早川にいたい！と言ってくれば、何かにつながるはずだ。住民のニーズがあるとわかれば、知的障害者の集まる場所やグループホーム、土日のホームヘルパーだって可能かもしれない。

住民の健康は体だけではない。精神的、住環境、隣近所との関係、様々な側面から支援が必要だ。まずは、住民同士で支え合い、それが行き届かなくなったら、保健師を含む行政が手を差し伸べていく。そのためには、保健師は住民の近くに寄り添い、住民自身は生き方を考え、どうしたいか主張しなければならぬ。健康は一見個人的な問題だが、地域の問題、町の問題、そして国全体の問題でもある。日本一人口の少ない町である早川の姿は、これから少子高齢化の進む日本にとって、一つの指針となっていくであろう。

これから、住民一人ひとりが存在価値を見だし、生き生きと暮らす町を目指して、2人の多面的な支援は続いていく。

早川旬の直送便

<http://shop.joryuken.net/>

直送便ウェブサイトでは、その他の商品も販売しております。会員割引も適用できますので、ぜひご利用下さい。

こぼれる光が心を癒す 「板面庵のおやすみライト」

ガラスの隙間からこぼれる光が壁に映って美しい。夜間の誘導灯の代わりに使用したり、これからのクリスマスシーズンのイルミネーションに使用したりと、いろんな方法で楽しめる、板面庵自慢のアイテムです。

寒い季節、おやすみライトで心を暖め、素敵な夜をお過ごしください。



料金／通常 3,000 円＋送料
会員 2,700 円＋送料

内容・大きさ／約 6cm×6cm×高さ 12cm

締切／12月27日(月)

※上記の値段はおやすみライト 1 個のお値段です。4 種類の色からお好みの色をお選びください。

お正月に食べられる早川の縁起物 「大島の島根芋(とうねいも)」

早川の大島集落ではお正月に縁起物として食べ継がれ、今も無農薬で育てられている島根芋。これからやってくるお正月の食卓に並べてみてはいかがでしょうか。



普通の里芋よりほくほくですが、粘りが強くて味が濃くその味は海老芋に匹敵します。是非お召し上がりください。

料金／通常 1,800 円＋送料
会員 1,620 円＋送料

内容／島根芋(親芋と小芋) 2kg＋芋茎 25g

締切／12月27日(月)

自然の風合い、しっとりとした手ざわり 「陶房煌知のマグカップ」

珈琲、紅茶、野草茶…。一息つきたいときにたっぷりいただけるマグカップです。器は使い込むほどにしっとりとしてきます。その変化も味わって下さい。「金彩マグ」と「炭化象嵌マグ」の2つをご用意しました。気に入ったマグカップをお選びください。

今回はクリスマス間近という事で、特別価格になっております。是非このチャンスをお見逃しなく！！

料金／通常 2,800 円＋送料

会員 2,520 円＋送料

内容・大きさ／金彩マグ：8.5cm×12cm×高さ9.5cm

炭化象嵌マグ：8.5cm×12cm×高さ9.5cm

締切／12月27日(月)

※上記の値段はマグカップ 1 個のお値段です。



炭化象嵌マグ

金彩マグ

■ご注文・お問い合わせ先

NPO 法人 日本上流文化圏研究所(やまだらけ編集部)

TEL. 0556-45-2160 (9:00～17:30)

FAX. 0556-45-2268

E-mail shop@joryuken.net

注文者氏名、住所、電話番号、お送り先氏名、住所、電話番号、商品名、数量をご連絡下さい。ファックス、メールの場合、折り返しご連絡いたします。3日経っても連絡がない場合は、お手数ですが電話でお問合せください。支払い、商品と一緒に請求書をお送りしますので、指定の金融機関へお振込みください。

※会員とは、早川サポーターズクラブ、及び NPO 法人日本上流文化圏研究所の会員のことです。

送料は、全ての商品の基本料金が、普通便 740 円、クール便 950 円で関西、中国、四国、九州、東北、北海道は+100 円～420 円かかります。

1/28-30

バードウォッチャー憧れのタカに迫る 「早川の冬鳥探訪の旅」

南アルプス邑野鳥公園イベント

森の王者クマタカや、冬鳥の姿を観察します。野鳥公園スタッフならではの視点で野鳥の生活に迫り、バードウォッチングをもっと楽しみましょう。

日 時／1月28日(金)～30日(日)【2泊3日】
対 象／高校生以上
参加費／21,800円(2泊6食、税込み)
定 員／14名(要申込、1月25日締切り)



集合・宿泊は全て「光源の里温泉 ヘルシー美里」になります。参加費にはガイド料、保険料、野鳥公園入園料が含まれます。早川サポーターズクラブ会員は、どちらも1割引で参加できます。

申込・お問い合わせ先は

「南アルプス生態邑／野鳥公園」

電話・ファクシミリ 0556-48-2288

e-mail yacho@hayakawa-eco.com

http://www.hayakawa-eco.com/yacho/

または

「南アルプス生態邑／ヘルシー美里」

電話 0556-48-2621

ファクシミリ 0556-48-2622

e-mail info@hayakawa-eco.com

http://www.hayakawa-eco.com/hmisato/

2/12,13

「冬の早川・のんびり温泉満喫の旅」

早川町内の温泉を巡るツアーです。それぞれ泉質の異なる3カ所の温泉をご堪能ください。鹿肉の「紅葉鍋」や、地元のおばあちゃんと一緒に作る、早川の冬野菜や雑穀を使った郷土料理も楽しめます。体もお腹も大満足、心まで温まる2日間です。



日 時／2月12日(土)～13日(日)【1泊2日】
対 象／高校生以上
参加費／15,000円(1泊3食、税込み)
定 員／14名(要申込、2月9日締切り)

1/11まで

米山ご夫妻の展示会、西湖にて再び開催中！ 陶芸と藍染め二人展「土の顔と草の用」

早川町在住の陶芸家・米山久志さんと、奥さまで藍染め作家ののぶ子さんの二人展が、富士河口湖町の西湖いやしの里根場にて、年内いっぱい開催中です。日常使いの器、藍染のショール、衣類や小物などを展示販売しています。早川町の行き帰りに足を伸ばしてみたいかがでしょうか。

会 場／西湖いやしの里根場「匠や」
時 間／9時～17時
入館料／大人350円、小人(小、中学生)150円

問い合わせ先

「西湖いやしの里 根場(ねんば)」TEL: 0555-20-4677

住所: 山梨県南都留郡富士河口湖町西湖根場 2710



早川町が
生き残る道は
自然を守ることにある

西山温泉 元湯 蓬莱館

〒409-2702 山梨県南巨摩郡早川町湯島 73
TEL: 0556-48-2211(代)/FAX: 0556-48-2366

奈良田温泉
七不思議の湯

白根館

日本秘湯を守る会々員

〒409-2701 山梨県南巨摩郡早川町奈良田 344
電話 0556-48-2711
FAX 0556-48-2770
www.nukuyu.com/shirane/

毎分 1,630ℓ 湯温 52℃の掘削自噴火温泉では日本唯一を誇る新湯湧出
全てのお風呂、客室風呂、給湯、シャワーに至るまで 源泉掛け流し

全館源泉掛け流しの宿

西山温泉 慶雲館

〒409-2702 山梨県南巨摩郡早川町西山温泉
TEL 0556-48-2111
FAX 0556-48-2611 http://www.keiunkan.co.jp

生で食べられる朝、豆腐、ハム・ソーセージ、京漬物、米

こだわり食材、はじめました！

「美味しい」「お手頃価格」「健康」
産直・工場直売シリーズ

匠 本舗 匠味本舗身延いとうみ直売所
味 舗 スーパー岩田屋

山梨県南巨摩郡身延町飯富 1383 番地
TEL: 0556-42-2125(代)/FAX: 0556-42-2299

〒400-0608 山梨県南巨摩郡富士川町十谷 4249
電話 0556-27-0224
ファクシミリ 0556-27-0227

十谷上湯温泉
源氏の湯

日本秘湯を守る会々員 www.nukuyu.com/genji-yu/

新築、改築、マイホームの事なら何でもおまかせ

日本建築のプロフェッショナル

望月工務店

〒409-2713 山梨県南巨摩郡早川町保 1792
TEL.0556-45-3016 FAX.0556-45-2661(工場)

1/1-30

雨畑硯をもっと使おう 硯と筆を使った「年賀状」を募集します！

現在、硯島地区では地域の宝「雨畑硯」を守り伝えるための取り組みを行っています。

現代では硯と筆で文書を書く機会が減ってきています。雨畑硯を所蔵しているお宅が多い硯島地区でも同様で、日常で硯を使う機会はほとんどありません。「昔から身近な存在だった雨畑硯が使われる場面をもっと増やしたい」そんな想いから、「硯を使って年賀状を継続的に書いていこう」という取り組みが始まりました。

この取り組みの一環として、雨畑硯のギャラリー「硯匠庵」にて、来年2月に「硯と筆を使った年賀状展」が開催されます。そこで、この年賀状展で出展する作品を募集します。硯と筆を使って書いた渾身の作品を「硯匠庵」に展示してみませんか？

募集期間／平成23年1月1日(日)～1月31日(月)

募集作品／硯と筆を使った硯匠庵あての年賀状

応募方法／硯匠庵に郵送(1人1枚まで)

※応募作品の返却はいたしません
ので、ご了承ください。

豪華賞品？が当たる やまだらけクイズ！22

問：この度、雨畑硯の宣伝部長に就任した、雨畑硯マスコットキャラクターのすずりちゃん。モチーフになっているのは、雨畑硯と何でしょうか？

- 答 1, 全身真っ黒な「くま」
2, あのお腹は「たぬき」
3, 意外や意外「りす」

正解者の中から抽選で1名様に、「雨畑真石を使った小物」をプレゼントします！

前回のクイズの正解は、2の「ヤマカガシ」でした。抽選の結果、小島貞雄さん(品川区)、釜田ひろみさん(八王子市)、鈴木努さん(八千代市)の3名が当選しました。おめでとうございます！

ちなみに応募総数 17 通、正解者数 14 名でした。



※作品例

問い合わせ・応募先

「硯匠庵(年賀状プロジェクト実行委員会)」

住所：山梨県南巨摩郡早川町雨畑 701

電話：0556-45-2210



11月開催の「あけび蔓編み展」から

みなさんの
力作、お待ちしております！



雨畑硯の宣伝部長
「すずりちゃん」



作品の募集に先立ち、硯匠庵に雨畑硯で書道を楽しめるスペースを設置しました。雨畑硯を使ってみたいという方は、お気軽にお越し下さい。

「はやかわ創造空間 COCOROTO」情報

2011年度 展覧会開催希望者募集中！

はやかわ創造空間 COCOROTO では、2011年3月から12月半ばまでの展覧会開催希望者を募集します。主に自然や自然素材をテーマに、活動や創作をされている方、他にもこんな作品を作っているのので発表したい！という方は、事務局に是非一度お問合せ下さい。

問い合わせ先

「早川創造空間 COCOROTO(事務局 淵上まで)」

住所：山梨県南巨摩郡早川町保 1525 TEL：0556-45-2770



浜田屋商店

電話 0556-48-2311

生命保険、損害保険のことなら

株式会社 さいとうエージェンシー
tel.055-280-3360 fax.055-280-3361

自動車販売、オートリース、レンタカーのことなら

有限会社 S・T・E・P
tel.055-280-3350



〒400-0422 山梨県南アルプス市荊沢 1356-1

早川町で感動体験を...

光源の里温泉 ヘルシー美里
南アルプス邑野鳥公園



ご予約・お問い合わせ

TEL/0556-48-2621

http://www.hayakawa-eco.com/hmisato/



パソコン、PCソフト、NTT 販売代理店、
プリンター、コピー機、OA サプライ

オフィス事務機(有)

〒409-3244

山梨県西八代郡市川三郷町岩間 2077

TEL.0556-32-1003 FAX.0556-32-1004

霊峰七面山の登山口であなたの旅を支える

株式会社
俵屋観光
バス ジャンボタクシー

有限会社
俵屋旅館
宿泊 宴会 法事などに

〒409-2732
山梨県南巨摩郡早川町高住 621
電話 0556-45-2500

南アルプス街道の交通安全と
清流早川の自然を守ることを永遠のテーマに
地域社会の発展に貢献する事を目指します。

早川町砂利協同組合

代表 井上聡一郎

山梨県南巨摩郡身延町粟倉 761

電話 05566-2-5810

●保健師という仕事について、率直にどう感じていますか？

上田：この仕事は、失敗があっても、他の人には失敗と見えにくい。他の人に叱られなくても済んじゃう怖さはある。

深澤：異動のある一般職と違って専門

★深澤幸枝（ふかさわゆきえ）さん

早川生まれ早川育ち。住民自身に動いてもらえるよう活動している保健師は、営業マンのようなもの。最近、営業マンの本を愛読している。



職なので、自分達がどういう仕事をしているか、他の人に完全にはわからない。だからこそ、自分自身の「しっかりしなきゃ」という思いが必要。

●保健師人生の戒めになっているような出来事が、これまでにありましたか？

深澤：入院中の人に、病院にいる安心感から、結核検査の結果を伝えるのが遅れてしまったことがある。伝えるべきことが伝わっているか確認しなかった自分が甘かったなと感じた。それから、伝えるべきことはきちんと伝えるようになった。

上田：住民が望むような対応ができなかったことがある。その人ごとに、適した対応を考えてやっていかないといけないと思った。

●お二人の目から、早川町の10年後をどう見ていますか？

深澤：人口は少なくてもいい。少ないことが問題じゃない。住む人の生き方が問題。みんなが自分の存在価値を感じながら、1人ひとりが満足していれば良い。そこをマイナスに突いてくる人から守りたい。

上田：がむしゃらに人口を増やさなければ、という思いはない。人がいる間はいいし、町がある間はいい。

サービスをよくしても、お金をばらま



★上田美穂（うえだみほ）さん

「この家を守っていかなくちゃならんから、死ぬわけにはいかん」という早川人の意識がすごい。保健師になる前から、早川のが好き。

いても、ここに住む動機付けにはならないと思うし、早川が好きで、早川で生活をしたい人達が集まってくるんだろうなあ…。

お忙しい業務の合間を縫って取材にご協力いただき、誠にありがとうございました。これからも、町民のためにがんばってください！

読者の声

●マムシ特集、すごく面白かった！望月保博さんの笑顔がたまらないです。マムシ酒を毎日飲むと気が荒くなるという話も真偽が気になります。（千代田区Mさん）

●まむしのお話、実に興味深く拝読しました。まむし焼酎を、柔道の試合前一週間のみ続け、4合を全て空にして試合に臨みました。結果はまずまずだった記憶があります。（浜松市Mさん）

●リアルなレポートと写真でわかりやすく、面白い内容でした。今後も都会人が知らないネタを、突っ込んで公開していただくと嬉しいです。ツアーも参加してみたいと思える記事でした。（八王子市Kさん）

●私の幼少の頃、亡き父がマムシを捕まえては、今号と同様のような事を…。懐かしい思い出でいっぱいです。（さいたま市Aさん）

●今まで以上にインパクトの強い内容で面白い。登場した人々がこれから少なくなるのはさびしい。私も子どもの頃、ヘビを見ると良く捕まえた。アオダイショウの腹わたをフライパンで焼き、塩をふって食べれば最高のごちそうでした。（早川町Kさん）

編集部：他にもたくさんのお便りを頂きました。ありがとうございました。この取材では、マムシを語る人達の笑顔が本当に印象的でした。早川の大切な文化のひとつとして、大切に残していきたいと感じました。

地域発展のお手伝い！地域の暮らしを守る！

早邦建設株式会社

H21 瀬川工事用道路工事

【本社】〒409-2732 山梨県南巨摩郡早川町高住 645-27
TEL.0556-45-3000 FAX.0556-45-2288
【生コンクリートプラント】TEL.0556-45-2700
E-mail: soho@soho3000.com

もりのくまとテディベア

詩・谷川俊太郎 絵・和田誠

自然のなかでくらす“もりのくま”とぬいぐるみの“テディベア”。ふたりのうえを過ぎていく、それぞれの異なる時間を描きます。いのちの意味を真摯にみつめた絵本。

●定価1,260円（税別）/A4変型判
●幼児から大人まで
ISBN978-4-323-07175-6

金ノ星社

東京都台東区小島1-4-3 F111-0056
TEL.03-3661-1861 FAX.03-3661-1907
http://www.kinnoshita.co.jp

NEXT やまだらけ

45号特集（2月上旬お届け）

「早川の味噌文化」

早川町の冬の風物詩といえば、味噌仕込みもそのひとつ。年が明けると、その家のこだわりが凝縮した味噌が、各家庭で仕込まれます。

次号では、麴の種類や配合、大豆の煮方といった味噌仕込みの技を完全公開。そして、町民が知っている味噌の正しい活用方法についても、再現可能なレシピ付きで紹介したいと思います。これであなただけ味噌博士。どうぞ、お楽しみに！

鉛筆の名作「ハイユニ」 1ダース ¥1,764

文具の月未堂

TEL(0556)22-0445

保健師さんを通して見てきたのは、早川の人のつながりと、それによって支えられている生活や健康。それと共に、子どもや行政に遠慮している住民の姿。もっと、子どもや行政に希望を主張してもいいのではないだろうか。どちらにも、それだけの責任と準備があるべきだと感じた。

山を覗けば宝の山
やまだらけ

発行元/フィールドミュージアム運営委員会
住所/山梨県南巨摩郡早川町葉袋430 〒409-2727
電話/0556-45-2160 ファクシミリ/0556-45-2268
ホームページ/http://www.town.hayakawa.yamanashi.jp/fm/