No.797 2010

紫波ネット

SHIWA-NET

地域をサポートする広報紙

8

特集

「Close Up Shiwa いきいきふるさと紫波」
いわて国体まであと6年

五郎沼古代蓮（はす）まつり
町の話題

食育推進フォーラム2010

特集「Close Up Shiwaいきいきふるさと紫波」
いわて国体まであと6年 04

12 環のくに紫波
「循環型まちづくり委員会から町に提言!」

14 食育推進フォーラム2010
「弁当の日」で日本が変わる

16 健やかランドしわ —しわ健康情報コーナー—

22 こちら、あらえびす記念館
「銭形平次を読み解く」第5回

24 いってみよう~しわむかしばなし編~
親鸞の教えを説いた是信房の墓が残る
彦部石ヶ森

VOL.5
地名由来
古館（ふるだて）

高寺城跡「城山公園」

「古館」という地名は、古い城館という説があります。約100年前に二日町新田、中島、陣ヶ岡、高水寺の各村が合併して古館村となりました。

紫波ネット797号　平成22年8月11日発行
岩手県●紫波町　〒028-3392紫波町日詰字西裏23-1
印刷・川嶋印刷株式会社
http://www.town.shiwa.iwate.jp/

細川栄子さん（左）は、父親から畜産を引き継ぎ、次男の志伸さん（右）と二人で５年前から一貫経営を始め、全国規模の共励会で、見事最優秀賞に輝いた。畜産以外の米作などは夫と長男が担っている。

「しわもちもち牛」が全国最優秀賞！

片寄地区で「しわもちもち牛」を生産している細川栄子さんが、第12回全農肉牛枝肉共励会において、和牛去勢の部で最優秀賞を受賞しました。

受賞した牛は、京都の高級すき焼き店として有名な老舗、（株）三嶋亭が落札。和牛去勢部門での出品資格は、肥育管理が明確でくみあい飼料を給与し、生後32カ月以内、重量７００キログラム以上８８０キログラム以下などの基準を満たす牛です。ほかにも和牛雌の部と交雑種（去勢・雌）の部があり、全国から約３００頭が出品されました。

授与式は7月2日にＪＡ全農ミートフーズ（株）で行われ、審査は、（社）日本食肉格付協会、東京食肉市場（株）、北日本くみあい飼料（株）、ＪＡ全農東日本くみあい飼料（株）、全農、ＪＡ全農ミートフーズ（株）が行いました。

藤原町長に報告した細川栄子さん

細川さんは「5年前から一貫経営を始め、子牛市場で雌を購入してその牛を母牛とし、自分の家で種を付けて生まれた牛なので、喜びもひとしおです。長い期間を掛けて育てるため、5年ぐらいは投資をしてきたようなものです。現在、飼育頭数は50頭を超えましたが、不安もありました。受賞した牛は、生まれたころは弱くて次男夫婦が一生懸命に育てました。そんな苦労から名前を『藤奇跡』と名付けたほどです。思い入れがあったので受賞の知らせを聞いたときには涙が出ました。賞をもらい結果が出たことで先が明るくなりました」と語っていました。

叙勲者紹介

春の叙勲は平成22年４月29日に発令されました。
町内在住の受章者３人を紹介します。

〈瑞宝単光章〉

佐々木清人さん
（西長岡在住・75歳）

1954年旧長岡村消防団入団／87～95年紫波町消防団第12分団長／52～85年統計調査員／78～89年農業委員／91～99年町議会議員／95年～長岡産直組合長

今回の叙勲受章は誠に光栄なことと感激しております。これもひとえに皆さま方の心温かいご指導とご高配のたまものです。心から厚くお礼申し上げます。第12分団長としての8年間は、皆さまの協力を得ながら務めあげることができました。特に長岡は水害が多く、先輩方から対処の仕方についていろいろと助言をいただきました。わたしが消防団に入ったのは、父が消防団員を辞めるときでした。当時は若い人はこぞって消防団に入ったので、長岡地区だけでも80人ほどの団員がいて、入団は特別なことではありませんでした。隣接する乙部地区の火災が多く、腕用手つきポンプを引いて消火活動に行ったことを思い出します。家の周りで農作業に汗を流す生活ですが、今後はこの栄誉に恥じることのないように心がけ、一層精進したいと思っております。皆さまには今後もご厚誼（こうぎ）とご鞭撻（べんたつ）をよろしくお願いいたします。

〈瑞宝双光章〉

菅原昌美さん
（上平沢在住・79歳）

1948年～志和中助教／58年～紫波一中教諭／その後、田老町教育委員会教科指導員、葛巻町教育委員会指導主事、土淵中教頭、黒石野中教頭、花輪中校長を経て、85～91年紫波一中校長／96～02年県退職公務員連盟紫波支部事務局長／02～10年同紫波支部長

志和中からスタートした教員生活は42年間。紫波一中を最後に、定年退職を迎えようとしたとき最大の試練が待っていました。荒れ放題に荒れていたと言ったらよいでしょうか。わたしは先生方を勇気づけ「一致団結が問題を解決するのだ」と意識統一に力を入れ、とことんまで話し合いました。具体的には、部活動を活発化させてもらい、勤務時間を超越して指導してもらいました。さらに「知育・体育・徳育」それぞれの領域の指導を徹底して力を入れてもらうことにしました。次第にその成果が目に見えるようになり、東北大会・全国大会にも出場する部が出てきましたし、学習面でも熱心さが目立つようになってきました。その様な取り組みが伝統となり、教師や生徒に引き継がれているのは、ご父母の皆さまともども、ご努力とご協力のたまものと感謝しておるところです。皆さんとの苦労が今回の受章で開花してくれたのでしょう。

〈旭日双光章〉

花篭陽太郎さん
（彦部在住・76歳）

有限会社花篭製綿代表取締役社長／1972～82年紫波東部土地改良区理事、82～94年同副理事長、94年～同理事長／78～84年農業委員／82年～出稼ぎ労働者相談指導員／84～98年保護司／75～83、86～95年町議会議員／93年～町農政審議会委員／95～01年町行政相談委員／96年～障害者計画策定委員／96～99年町行政改革推進委員／00年～総合開発審議会委員（委員長含む）／08年～町庁舎建設委員

このような栄誉ある受章に際し、皆さまには心から感謝申し上げます。わたしは東部土地改良区の理事として、これまで土地改良事業に携わってきました。この事業は、長岡、赤沢、佐比内、彦部の水田を3㌃から10㌃の大きさに区画整理し、農業用水をパイプライン方式に変えるものでした。意向調査をして同意を得るのが主な役割ですので、各地域を2年くらいかけて回り、各自治公民館で説明会を開きましたし、戸別に訪問することもありました。工事の説明も大事ですが、いかに信頼を得て納得していただけるか、そうした人間関係が大事でした。このたびの受賞は、皆さまのご指導とご支援のたまものであり、皆さまの代表として伝達を受けたものと思っております。今後は、叙勲の栄誉に恥じないように一層努力し、地域社会の発展に尽くしてまいりたいと思います。

クローズアップ CLOSE UP

いきいきふるさと Shiwa

心豊かに誇りたかくふるさとに生きる
地域のみなさんをしわネットが応援します。

いわて国体まであと6年

国内最大の国民スポーツの祭典「国民体育大会」が、2016年9月に岩手で開催されます。県内で唯一自転車競技場のある紫波町は、今回も自転車競技会場に決定しました。1970年以来46年ぶりの地元開催です。〝いわて国体〟まであと6年1カ月。皆さんもこの機会に自転車競技場に出掛け、自転車競技に親しんでみませんか。

町長が対談

自転車競技部に入ったきっかけ

町長　6年後のいわて国体では、当町が自転車競技会場として正式に決まりましたので、自転車競技について皆さんにお話を伺いまして、町の皆さんと共に自転車競技を盛り上げていきたいと思っています。

始めに自己紹介も兼ねて、自転車競技をやろうとした動機をお聞かせください。

佐藤　現在、競輪選手をしていますが、小学生の時にインターハイ（全国高等学校総合体育大会）が6年後に岩手で開催されることを知り、中学生時代に「インターハイにで出て競輪選手になろう」と決意して、自転車競技が強い紫波高校に入りました。

自転車競技場で対談した右から佐々木正人さん、遠山博さん、佐藤友和さん、藤原町長

自転車競技を代表する3人と

遠山　わたしは盛岡農業高校に入学し、先輩から紫波町出身という理由で誘われて、1年生の時はマネジャーみたいな事をしていました。競技をやり始めたのは2年生からです。現在は選手と県自転車競技連盟の役員をやっています。

佐々木　中学生時代に自転車競技をしていた先輩を見て「自転車競技ってカッコイーな」と思ったのが最初で、その先輩が高校の全国大会で優勝した新聞記事を見た時に「俺も自転車競技で日本一になりたい」と思い紫波高校に入学しました。3年生の時に念願の日本一になりまして、大学でも続けました。現在は県自転車競技連盟の理事長をしています。

町長　やはりそれぞれに思いがあった訳ですね。特に佐藤さんは競輪選手になる意気込みが強かったみたいですね。

佐藤　はい、どうしてもなりたかったのです。高校を卒業して日本競輪学校を受検しました。残念ながら一度落ちまして、浪人生として紫波の自転車競技場で1年間練習させてもらい、晴れて次の年に合格しました。

町長　日本競輪学校を卒業してから数々の戦歴がある訳ですけども、その中でも思い出に残る大会はありますか。

佐藤　07年東日本王座決定戦決勝でのGⅡ初優勝が一番の思い出です。

町長　今後の目標は。

佐藤　KEIRIN（ケイリン）グランプリ（※真の競輪実力日本一決定戦）の優勝です。

町長　遠山さんは、昨年、日本スポーツマスターズで優勝され、頑張っていますが、マスターズへの出場は、同じ競技をする娘さんに対する示しということも考えてのことだったのでしょうか。

遠山　いいえ、日本一というのは、自分の中では単なる賞状ではなく特別なものでしたので、どうしても日本一の賞状が欲しかったのです。

町長　念願がかなったのですね。

遠山　50歳を過ぎてからやっと日本一になることができました。

岩手国体に向けて

町長　佐々木さんは、66年に紫波高校に入って自転車競技をやっていた訳ですが、当時のお話を聞かせてください。

佐々木　わたしが自転車競技を始めた時は、ほとんど舗装がされてなくて、ずっと砂利道を往復100（キロメートル）近く走っていた記憶があります。今流の自転車ではなくて、タイヤが太い一文字ハンドルの自転車です。2年生までその自転車で走り、3年生になってやっとロードレース用で大会に臨んだ記憶があります。あのころは雨が降れば泥が上がって顔が真っ黒になり、選手を特定できないので、審判泣かせのレースもあったと思います。

町長　佐々木さんは、日本大学に進学されて、2年生の時に岩手国体で優勝し〝故郷に錦を飾った〟と伺いました。その辺りを詳しくお聞かせください。

佐々木　大学1年生の時に長崎国体で

優勝していましたので、翌年の岩手国体では「どうしても勝たなければ」とプレッシャーを感じていたのを覚えています。結果的には、団体も個人も優勝して岩手県チームは総合優勝しました。

町長　プロ選手になると国体には出られない訳ですが、後輩へのアドバイスはありますか。

佐藤　私は国体の経験はありませんが、99年に開催されたインターハイを経験させてもらいました。小学生の時に、担任の先生に言われたのが「君たちが高校生になったときにインターハイが岩手であるからスポーツで頑張れ」という話です。その目標が自分の中にあったので、念願叶って高校2年生の時に自転車競技に出場できました。

大切なのは練習量と気合

町長　現在の紫波総合高等学校自転車競技部の部員数が少ないようですが、どう思いますか。

佐藤　人数ではないと思います。私の時も3人だけでしたがインターハイで優勝できましたので、大切なのは選手個人の練習量とか気合だと思います。

遠山　あのころに比べると、考え方も練習の仕方も変わってきているように見えます。

佐藤　レースで負けて悔しがるとか、走る前の気合の入れ方とか、当時に比べて全然違いますね。

町長　気合の入り方が違うということですが、理事長はどう思いますか。

佐々木　私も痛感しています。全国大会に出場しても結果が出ないということは、練習量や色んな工夫が全国レベルに達していないということです。地元開催の大会は、地元の選手が活躍することで盛り上がりますので、期待したいと思います。

町長　遠山さんはどのように思いますか。

遠山　佐藤選手と同じですけれども、部員数が多いからいいわけではなく、少ないから悪いわけでもない。どれだけ自転車に打ち込んでやっていくかと言う気持ちが大切だと思います。

町長　選手の育て方について高校の先生に言わせると「ちょっと厳しくすると次の日から来ない」、親から言わせると「自転車を買ってあげたとたんに辞めた」ということもあるようです。気合を入れるにも迷いが出ると思いますが、その辺りはどうですか。

佐藤　生徒の意識の問題だと思います。自分も親に自転車を買ってもらったのは2年生の時です。安い物ではないので、買ってもらったら辞められないですね。成績で返すしかないと思いました。自転車を買ってもらっていて辞めるというのは、裕福な家庭なのか、本人がありがたいと言う気持ちを持たずに、ただやりたいからやるといった感覚だったのか、意識は低いと思いますね。また、それを辞めさせないようにする考え方も賛成できません。生き残った精鋭だけでやらないと勝てないです。甘い汁を吸う仲間がいると、強い子も甘い汁を吸いたくなるので、部員数にはこだわらなくてもいいと思うのです。

町長　人はどちらかと言うと楽な方に行きますから、これから意識強化が必要ですね。次に、いわて国体に向けた選手強化を考えなければならない訳ですが、どんなことが必要でしょうか。

6年後の地元開催を意識させたい

佐藤　私が小学校の時に「インターハイが6年後にあるよ」と言われて目標にしたので、小学生には同じように伝えていかなければと思います。小学生にどんどん競技を見せて「6年後ここで全国大会が行われるんだよ」と意識させたいですね。

町長　「自転車をやりたい」という環境を作っていくことですね。遠山さんはどのようにお考えですか。

自転車競技場でイベントを開催

遠山　自転車競技場を開放するイベントを開催していまして、自分の自転車を持ち込んで走れますし、タイヤの小さい子ども用のロードレーサー（自転車）の貸し

佐藤友和さん
（紫波中央駅前在住・27歳）

98年　紫波総合高校　自転車競技部入部
99年　県高校総合体育大会ポイントレース1位
99年　岩手インターハイ　ポイントレース4位、オリンピックスプリント2位
00年　東北高等学校対抗自転車競技選手権大会3㎞個人追抜1位
00年　岐阜インターハイ　チームロードレース3位
02年　日本競輪学校（第88期生）
07年　東日本王座決定戦優勝、グランプリ初出場

現在は、日本競輪選手会青森支部所属のケイリン S1 選手。獲得賞金ランキングは、2008年8位（8608万　円）、2009年20位（4726万円）、2010年（7/27現在15位）。
佐藤友和ファンクラブサイト
http://www.sato-tomokazu-fc.com/pc/

出しもして楽しんでもらっています。最近は親子連れも増えています。その背景には、子どもたちは親に連れて来てもらわないと競技場まで来られないということがあります。学校でも家庭でも事故を心配して規制をかけ過ぎているように感じます。

佐々木　学校によっては、学区外の競技場に自転車で行ってはいけないという規制があるかもしれないですね。選手強化を考えた場合、自転車を取り巻く環境が変わってきているので、自由に走れるような企画をするなど、自転車に親しむ環境を数多く作ってあげたいですね。そして「将来は競輪選手になりたい」「日本一になりたい」という子どもたちを増やせれば、自転車競技が盛り上がっていくのではないかと思います。

「日本一になりたい」という意識がほしい

佐々木　「日本一になりたい」という高い目標を持って、本当になりたいという意識があれば、日本一になるにはどういう練習をしたらいいのか、いろいろ考えると思うのです。自転車競技にかかわり、そして親しむきっかけとして、まずは、自転車競技場のコースを走ってみれば、皆さんにPRできるのではないかと思います。

町長　紫波自転車競技場では、プロの走る姿を間近に見る機会がありますが、目標とすることができる環境という点ではいかがでしょうか。

佐藤　わたしは小学校、中学校時代にバスケットやサッカーをしていましたが、プロが近くにいないのでレベルが分かりませんでした。しかし、高校に入り自転車を始めたとき、プロの競輪選手が身近で練習をしていたので、「プロであれくらいなんだ、自分もできるかなあ」と感覚がつかめました。

町長　紫波町は、自転車競技のプロ選手になれる環境があるということになりますね。日本一になりたいという皆さんの素晴らしいお話を伺いました。遠山さんは今年も日本一を目指して頑張っていますか。

遠山　実は、マスターズの大会は毎年開催するものではないので、次回はいつ開催するかまだ分らない状況です。今年はないと決まりましたが、来年開催するのかも分からないので、目標を決めづらいです。今年、岩手で開かれるミニ国体には、成年の部の最年長選手として、紫波町の会場で出場したいと思っています。

町長　是非、頑張ってください。佐々木さんは県の理事長のほか、日本自転車競技連盟の理事でもありますね。日本選手権の選考担当ということですが、選手強化について何かありますか。

佐々木　日本自転車競技連盟は選手強化のため、海外大会へ選手を派遣しています。わたしはその選考チームに入っている訳ですが、地元で開催されるいわて国体が6年後ですので、今一番考えているのは、選手強化を含めて、いわて国体が盛り上がって、紫波町で開催される自転車競技がいい形で終わればということです。組織の一員としてお手伝いできればと思っています。

(町長)　是非、地元選手の強化をよろしくお願いします。

地元の盛り上がりを期待

佐々木　地元が盛り上がらないと大会も盛り上がらないので、そのためにも地元選手の強化が一番大事ですね。

町長　町では開発中の紫波中央駅前に、フットボールセンターの誘致が決まりました。近くにはサン・ビレッジ紫波もありますし、町体育協会には高橋一男アスレチックトレーナーもおりますので、町の中心にスポーツに特化した部分を作り、そこを活用したいろいろなスポーツ強化、選手強化に向けて行きたいと思っています。これからも、皆さんにご協力いただきながら、当町で開催されるいわて国体自転車競技に向けて、選手強化を図り、町の皆さんにも自転車というものを理解していただきたいと思っています。よろしくご協力をお願いします。今日はありがとうございました。

佐々木正人さん
（矢巾町在住・59歳）

66年　紫波高校　自転車競技部入部
68年　全国高等学校自転車道路競走大会（チームロード）優勝
69年　日本大学　自転車競技部入部
69年　長崎国体ロードレース 優勝
70年　岩手国体(成年)4000m団体追抜競走 優勝／ロードレース3位
70年　タイ・バンコク アジア大会 金、銀、銅獲得
99年　岩手県自転車競技連盟　理事長
07年　(財)日本自転車競技連盟　理事

遠山 博（ひろむ）さん
（西長岡在住・52歳）

74年　盛岡農業高校　自転車競技部入部
76年　長野県松本インターハイ出場
79年　東北総合体育大会成年スクラッチレース6位
04年　日本マスターズ大会　チームスプリント1位／ケイリン2位／スプリント3位
07年　岩手県自転車競技連盟　副理事長
08年　東北総合体育大会　成年ケイリン8位
09年　東北総合体育大会　成年ケイリン6位
09年　日本スポーツマスターズ大会チームスプリント1位／ケイリン1位／スプリント2位

地元で開催される国体に、地元の声援を受けながら出場できるチャンスが6年後に訪れます。現在小学校6年生の子どもたちは高校3年生になる年です。中学3年生であれば 21 歳。国体出場後に競輪選手を目指すこともできるでしょう。自転車競技場のある我が町で、今から練習を積み重ね、2016 年いわて国体への出場を目指しませんか。

国体選手までの道のり！

高校生からでも十分に間に合います

「国体で活躍する自転車競技の選手は、ほとんどが高校に入学してから自転車を始めています。競輪選手は20歳を過ぎてから始める人も少なくありません。現在、活躍中の選手たちも、自転車を始める前はサッカーや野球、柔道、バレーなどさまざまなスポーツを経験してきた人ばかりで、吹奏楽部から転身して活躍している選手もいます。現在、自転車はあらゆるスポーツのトレーニングとしても一般化しています。筋力、持久力、バランス感覚、勝負強さなどが鍛えられます。選手になるばかりでなく、トレーニングとして始めるのも一つです。自転車競技で国体選手になるには、高校からでも十分に間に合います。まして、町には自転車競技場や自転車競技部のある高校、そして多くの先輩たちがいて、日本一になる環境が整っています。6年後にはいわて国体が開催されます。地元開催の国体で、地元選手として声援を受けながら活躍できるチャンスだと思います」

髙橋 一男さん

(財)紫波町体育協会　日本体育協会
公認アスレチックトレーナー

自転車競技場でプロに混じって練習しています

「県内で自転車競技部がある高校は、紫波総合、盛岡農業、水沢農業、大迫の4校しかありません。その中で、唯一当町には競技場がありますので、大きな強みになります。本校には学校所有の自転車が60台あります。個人で購入する必要はありません。本校では自主的な練習が主体となります。しかし、競技場で大人たちに混じって練習していますので、アドバイスを受けることもありますし、目標が高められて向上心が出てきます。具体的な目標となる高額年収のプレーヤーも目の前で練習していますので、とても刺激になると思います。大会は県内、東北管内を含めて、年間7、8回あります。部員たちは、町主催の競技場開放日『チャレンジ紫波』に協力したり、自転車競技の普及活動をしています」

猿舘　貢さん

紫波総合高校、自転車競技部顧問

2010年ミニ国体
紫波町は自転車競技会場!
8/20(金)～22(日)

国民体育大会東北ブロック大会兼第 37 回東北総合体育大会（通称ミニ国体）は、8月 20 日から 22 日までの3日間、県内を会場に開催されます。当町では自転車競技のトラックレースとロードレースが開催されます。この機会に会場を訪れ、町の選手を応援してみませんか。

競技日程

8月20日(金)	14:30～	トラック・レース
8月21日(土)	8:30～	トラック・レース
8月22日(日)	8:30～	ロード・レース
成年男子	8:30～	(13.1km×8周)
少年男子	8:35～	(13.1km×6周)
女子	8:35～	(13.1km×3周)

成年の部に出場する選手は20歳代が中心ですので、多分わたしが最年長です。体力を落とさないように練習を重ね、6位以内の入賞を目指して頑張ります

遠山　博(ひろむ)さん

出 身 校:盛岡農業高校(自転車競技部)
住　　所:西長岡
出場種目:ケイリン
主な戦績:2009年日本スポーツ
マスターズ自転車競技
富士山静岡大会チームスプリント
優勝(大会新記録)

どちらかと言えば短距離が得意です。一生懸命頑張りますので、応援をお願いします

藤根美咲さん
(紫波総合高校3年)

出 身 校:紫波第二中学校(卓球部)
住　　所:彦部
出場種目:スプリント、500m、ロード
主な戦績:2010年 JOCジュニア
オリンピックカップ(全国大会)
500m　3位

一種目ずつ集中して、東北勢の中で6位までの入賞を果たせるように頑張ります

鈴木鳳隼(たかとし)さん
(紫波総合高校2年)

出 身 校:沼宮内中学校(野球部)
住　　所:紫波中央駅前
出場種目:4km速度競走、24kmポイントレース　個人ロードレース
主な戦績:2010年度東北高校総体
4km速度競走　5位

ミニ国体では、国体選手に選ばれるように、最後まであきらめないで精一杯頑張ります

石川一樹(かずき)さん
(紫波総合高校3年)

出 身 校:紫波第一中学校
(吹奏楽部)
住　　所:中島
出場種目:スプリント、1kmタイムトライアル
主な戦績:2009年度インターハイ
スクラッチに出場

東北大会での優勝がないので、粘り強さを生かして優勝できるように頑張ります

表紙の写真はわたしです

池田悠樹(ひさき)さん
(紫波総合高校3年)

出 身 校:紫波第二中学校(野球部)
住　　所:赤沢
出場種目:1km、4km速度競走
主な戦績:2009年度全国高校自転車選抜大会　スクラッチ　7位

一口に自転車競技と言っても、その種類はたくさんあります。国民体育大会では、自転車競技場と一般公道を会場として次の種目が行われます。それでは、それぞれのレースの特徴と見どころを紹介しましょう。

スプリント

かつては日本のお家芸とも呼ばれ、中野浩一選手の世界選手権10連覇を知る人も多いと思います。

スプリントでは予選を200mのフライングスタートによるタイムトライアルで行います。1回戦以降はスプリントトーナメントとなり、勝者は次のレースへ、敗者になっても敗者復活戦で勝ち上がった選手は次のレースに進出できます。スプリントは通常、1対1で行われ、トラック2周で勝敗を決します。スタート後は、前を走る選手が後ろの選手を見ながら走るためにゆっくり走行するケースが多いのですが、一瞬のタイミングをはかってダッシュし、逃げ切りを狙ったり、スプリント勝負に持ち込んだり、ゴール前でかわしたりする駆け引きが見られます。ゴール前の爆発的なスプリント合戦やさまざまな駆け引きが、「トラック競技の華」と呼ばれるゆえんです。

ケイリン

日本で生まれたトラック種目で　　す。シドニーオリンピックから正式種目に採用され、2008年の北京オリンピックでは永井清史選手が銅メダルに輝きました。ケイリンは6～8人の選手が抽選で横一列に並び、スタートして2kmの距離で着順を争う競技ですが、デルニペーサー（モーター付き自転車）と呼ばれる先導バイクによりゴール前600～700mまで誘導されます。これは先頭選手の風圧を軽減するためのものですが、この間、選手はペーサーを追い越すことはできないので、ベストポジションをめぐっての駆け引きが行われています。ペーサーのペースは徐々に上げられ、ペーサーが退避するころにはペースは時速50km前後に上がっています。ペーサーが退避すると、選手はゴールを目指してスプリントを開始します。ゴール前は自転車競技ならではの迫力があります。

国民体育大会・自転車競技種目

1. トラックレース

自転車競技場で行われる競技です。当町の競技場は1周333m、最大斜度34度です。ちなみに仙台市の宮城自転車競技場は1周400m、国内最長は北九州市門司競輪場（もじけいりんじょう）の1周500mです。

- スプリント（成年・少年）
- 1kmタイムトライアル（成年・少年）
- ケイリン（成年・少年）
- チームスプリント（団体）
- チームパーシュート（4㎞団体追抜競走）
- 4km速度競走（成年・少年）
- ポイントレース（成年・少年）

2. ロードレース

一般公道を利用し、100㎞以上の距離を着順で競います。競技は個人戦で行われ、持久力とスピード、そして素晴らしい自転車テクニックが繰り広げられます。

- 148.0km個人ロードレース（成年）
- 111.0km個人ロードレース（少年）

タイムトライアル

自転車に乗って自力でスタートし、一定の距離（男子1km、女子500m）に要する時間を計測して、いかに早く走りきるかを競います。一見、単純な競技ですが、スタートのタイミング、すばやい加速、ペース配分、コーナーワークなど色々な要素が必要となってきます。コーナーには、内側を通って距離が短くなるのを防ぐために、減速用のコーナーラバーパットが設置されています。

チーム・スプリント

この種目は2004年に行われたアテネオリンピックで日本チームが銀メダルに輝いたことで知っている人も多いと思います。1チーム3人で構成し、2チームがホーム側とバック側から同時にスタートします。3人の選手が1列なって走り、1周ごとに先頭選手がロケットの切り離しのようにコースから外れていき、最後の選手がゴールしたときのタイム（3周の完走タイム）の優劣によって勝敗が決まります。段々人数が少なくなりなすが、スピードを落とさずに走りきる豪快さが魅力で、個々の脚力にあったチーム構成、走行順番などが勝敗に大きく影響を与えます。

自転車競技・観戦マニュアル

自転車競技のみどころ

ロードレース

陸上のマラソンに例えられ、スプリントが「トラックレースの華」であるならば、ロードレースは「自転車競技の華」と呼ばれています。ヨーロッパでは、自転車競技の最高峰とされるツールドフランスが日本でもテレビで放映されるほど有名です。一般の道路を走るために、自転車はトラック競技用とは大きく変わり、前後のブレーキやトラックが固定ギア（足が空回りしない）のトラック競技用に対し、ロード用自転車は、フリーギアとなります。最後のフィニッシュ地点まで力の限り力走する姿は観客の感動を呼び起こします。

チーム・パーシュート（4km団体追抜競走）

この種目の歴史は古く、全国高校総体では1950年の第 1 回大会より実施されている種目です。4人1チームの選手で参加し、ホーム側とバック側に横一列でスタートを待ちます。4人の力を合わせて相手チームを追い越すことを目的に4kmを走りきります。各チームは空気抵抗を減らすために“先頭交代”という技術を使います。4人の力が出し切れればチームとして良いタイムが出せます。出走順はやはりタイムの良いチームと逆順にスタートし、スピードの速さと、チームワークの良さはハイレベルになるほど見応えがあります。

ポイントレース

現在では、全国高校総体と全国選抜大会では予選が16km、決勝は 24km とトラック競技では最長のレースです。この種目は、20～24人前後で行われ、1周のローリングスタート（注1）で始まります。スタートして、2km ごとに 1 回のポイントラインが設けられ、その通過順位によって 1 着 5 点、2 着 3 点、3 着 2 点、4 着 1 点が与えられます。このポイント周回の 1 周前にはフラッグとブザーで次の周回がポイントラインであることが知らされます。また、集団を1周追いついた（ラップした）選手には 20 点が加算されます。順位はこれらの得点の多い選手が上位となりますが、同点の場合にはゴールの着順が早い選手が上位となります。トラック競技の中で最長の距離を走る持久力やペース配分、ほかの選手の得点を計算しながらのレース展開など、「頭脳レース」とも呼ばれます。

（注1）＝決められた順番を守りながら周回してスタートする方式。

4km速度競走

速度競走は日本独特の競技です。この種目は 9～12 人の選手が横一列に並び、号砲の合図で一斉にスタートします。自転車競技は風圧が最大の敵のために、先頭を走ることを誰もが嫌います。そのため、レースが緩慢になりがちになり、それを防ぐために、ホームとバックのラインで定められた回数を先頭で通過しなければならないという「先頭責任」と呼ばれるルールを採用しています。先頭責任は、トラックの周長と出走した人数によって異なりますが、その回数以上を取らなければ、たとえ順位が上位でも先頭責任を完了している選手が上位となります。また、先頭責任が完了していなくても 1 回でも取っていれば、なにも取らない選手よりも上位となります。ただし、先頭責任を取っていても、先行者に 1 周追いつかれるとすべてが無効になります。スタート直後から先頭責任を狙いに行く者、後半まで余力を残して一気に残りの先頭責任を狙う選手など、スピードと持久力、レースの作戦が勝敗を大きく左右します。

勝敗のポイント

トラックレース、ロードレースともに、共通する勝敗のポイントがあります。それは、自転車のスピードによって生じる空気抵抗をいかに克服するかです。種目によって、ほかの競技者の背後で空気抵抗を回避しながら、ゴール手前での逆転を狙ったり、複数の競技者が先頭交代を繰り返したり、風圧による体力消耗をチームでカバーするなど、多様なレース展開が見られます。

未来の子どもたちのために
循環型まちづくり委員会から町に提言！

調査研究を進めている15人の委員から、6月29日に町へ中間提言がありましたので、抜粋して紹介します。なお、最終提言は本年度末になります。

提言1 「町産材の利用」については、町民が利用しようとする際に木材の種類・販売場所など、周知されていない部分があります。

町の見解 町産材の活用については、町民が利用できる供給システムが課題となっていました。常に町産材をためておく場所として、森林組合から片寄（かたよせ）の土場を借りているので貯木場として木材の集積を図ることを検討しています。岐阜県恵那市の「木の駅プロジェクト」を参考に林業の専門家のみならずアマチュアが集材できる環境を構築していきたいと思います。

提言2 現存する町有林のうち広葉樹林を主体とした森を選び、規模を拡大し、自然環境公園として、町の新世紀未来宣言の集大成にしてはどうですか。

町の見解 動物と共生する森を目指して「平成の森（町有林）」でコナラなど広葉樹の植林活動を実施しておりますが、町有林の大部分は杉、アカマツなどの針葉樹なので、自然環境公園の構想は、長い時間をかけて取り組んでいかなければならないものと考えます。

提言3 中央部、東部、西部の地域性が異なるので、地域ごとの課題を環境・循環基本計画に盛り込んだ方がより具体的になるのではないですか。

町の見解 これまでに出された循環型まちづくり委員からの意見を踏まえて、環境・循環基本計画の改定作業を進めています。本意見を参考とさせていただきます。なお、計画の策定は、より多くの町民から意見を頂けるように努めてまいります。

参加企業を拡大したい！
「紫波企業の森」意見交換会

「紫波企業の森活動事業」のより一層の充実と拡大のため、これまで協定を締結した団体（協定順、㈱故郷の山、TOTO東北販売㈱、㈱東北銀行）と関係機関による意見交換会を6月23日に開催しました。参加者から「きっかけ作りとして、まずは気軽に森林活動を体験できる企業向けのイベントをやってみてはどうか」など、参加企業の拡大に向けた意見が寄せられました。

役場で行われた意見交換会の様子

ミツバチの視点から見た“まちづくり”

研究家２人が講演

玉川大学の中村純教授とNPO法人みつばち百花（ひゃっか）の朝田くに子代表理事を講師に招き、7月6日に講演会を開催しました。ハチ飼育者など70人が参加し、ミツバチの視点で環境評価を行うことや、蜜源・花粉源として、どれ位の花が必要なのか、飼育する人はどれ位必要なのか、などミツバチの視点から見た「循環型まちづくり」の構築に関するヒントをたくさん頂きました。

ミツバチの生態や歴史、現状について説明する中村教授

はちみつ作りを提案した朝田氏

CO_2を削減して「エコbee（ビー）クーポン」をもらおう！

町は4月から「エコbeeクーポン事業」を始めています。エコ活動をしてポイントを集めると商品券がもらえる仕組みの事業です。ポイントがもらえるエコ活動は全部で8つあります。5月号からお伝えしてきたエコ活動について、今月は7番目と8番目を紹介します。

エコプロジェクト7

ペレットストーブ・薪（まき）ストーブの購入に“エコ bee”

■交付対象者

町内に住所がある人、または町内に事務所などがある法人が、次の要件のすべてを満たしたストーブを購入した場合に対象となります。（既に購入したストーブは対象となりません）

(1) 本体価格が5万円以上

(2) 1年以上の保証期間がある製品。保証が無くても材質が鋳物製または燃焼室の鋼板の厚さが4㎜以上の製品。

■エコポイントの内容

1台当たり20,000ポイント分のエコbeeクーポン券を交付します。

CO_2はどれほど削減できるの？

化石燃料（灯油）を利用した場合と比較して、1台当たり5年間で12,500キログラムのCO_2の排出量が削減できます。

エコプロジェクト8

間伐などの森林を整備した方に“エコ bee”

■交付対象者

森林環境保全整備事業（国の造林事業）により、植林、間伐（特定間材を含む）を実施した森林所有者が対象です。

■エコポイントの内容

1ヘクタール当たり20,000ポイント分のエコbeeクーポン券を交付します。

CO_2はどれほど削減できるの？

森林が吸収する炭素量をCO_2に換算すると、1ヘクタール当たり約8,000キログラムのCO_2の排出量が削減できます。

食育推進フォーラム2010

「弁当の日」で日本が変わる

「食育推進フォーラム2010」は、7月25日にJAいわて中央パーフルパレスで開催されました。会場には約260人が訪れ、基調講演や食育事例発表、「食の匠」の郷土料理試食、おにぎり作りなどが行われました。

午前中に行われた親子おにぎりチャレンジの様子

基調講演

「台所に立つ子どもたち」

講師：竹下和男氏（香川県在住）

子どもが一人で作る「弁当の日」を考案し、全国に食育の重要性を訴える竹下氏による基調講演の内容を紹介します。

竹下氏は冒頭で、夫と5歳の女の子を残し病死した母親の子育て記録を紹介しました。余命宣告された母親は、5歳の子がこれから生きていけるように、掃除や洗濯などの身の回りのこと、そして、みそ汁の作り方を教えました。「毎朝お父さんにみそ汁を作ってね」それが母親の最後の言葉でした。それから娘は毎朝かつお節を削りみそ汁を作って、父親の帰りが遅い日には、夕食に手紙を添えて先に休んでいるそうです。父親も料理は得意ですが、娘の料理は必ず残さず食べ、翌朝「おいしかった、ありがとう」と褒めるのでした。娘は自分の役目として当たり前にやっているとのことです。「危ないから」「自分で作った方が早いから」と言って子どもを台所から遠ざけないでくださいと、竹下氏は言います。子どもは大人のようになりたいと思っているので、何でも小さいうちに褒めながら覚えさせてくださいと訴えました。

次に、綾川町立滝宮小学校長時代に取り組んだ「弁当の日」について紹介しました。5、6年生を対象に、親に手伝ってもらわない約束で始めたにもかかわらず、ほとんどの児童が親に手伝ってもらって作った弁当を持って来たそうです。しかし、そのうち自分だけで作る子どもが現れ、自慢げに話す失敗談を聞かされるうちに「次は自分も」と思う子どもが増えたとのことです。やがて、家で親の調理を観察するようになり、親への感謝の心も芽生えました。食材への関心も高まり、生産者に感謝し、給食も残さなくなったといいます。

竹下氏は最後に、手作り弁当を持つ子どもたちの写真を見せながら「弁当の日で日本が変わります」と言って締めくくりました。

紫波第二中学校の食育体験事例発表
学校給食の納豆の原料となる大豆栽培をした体験を発表しました。

学校給食食材生産供給組合　森川勇組合長
生産者の思いを交えながら、安心で安全な食材を提供する活動内容を紹介しました。

県認定「食の匠」の４人が自慢の郷土料理を振る舞いました。

福 祉 医 療 制 度 の ご 案 内

次の人の医療費の負担を軽減するために助成制度があります。申請手続きをされていない人で、該当すると思われる人は、お問い合わせください。

	対　象　者	対象者の制限	給 付 内 容	申請に必要なもの
乳幼児医療	小学校１年生まで	なし	(通院の場合) 対象者ごと、月ごと、医療機関ごと、または保険薬局ごとに、1,500 円を超えた場合に、その超えた額が給付されます。 (入院の場合) 対象者ごと、月ごと、医療機関ごとに、5,000 円を超えた場合に、その超えた額が給付されます。 ≪上記の例外となる人≫ ・3 歳未満の人 ・町民税非課税世帯の人 （保険診療で支払った額の全額が給付されます。） ≪給付できないもの≫ 食事代、被服代、文書代、検診代、予防接種代などの保険適用外費用	・印鑑 ・健康保険証 ・医療助成費の振込先の通帳（注1） ・所得証明書（注2）
妊産婦医療	妊娠５月目以降、出産の翌月の末日まで	なし		・印鑑 ・健康保険証 ・医療助成費の振込先の通帳（注1） ・所得証明書（注2） ・母子手帳
心身障害者医療	①身体障害者手帳１～３級の人 ②特別児童扶養手当１級の人 ③障害基礎年金１級の人 ④療育手帳Ａの人	本人または保護者などの所得が基準以上の場合に対象外となる場合があります。		・印鑑 ・健康保険証 ・医療助成費の振込先の通帳（注1） ・所得証明書（注2） ・その他 ①身体障害者手帳１～３級→身体障害者手帳②特別児童扶養手当１級→認定通知書 ③障害基礎年金１級→年金証書 ④療育手帳Ａ→療育手帳
母子家庭医療	①法に定める配偶者のない女子で、18 歳未満の児童を扶養している母とその児童 ②父母のない 18 歳までの児童	母または保護者などの所得が基準以上の場合に対象外となる場合があります。		・印鑑 ・健康保険証 ・医療助成費の振込先の通帳（注1） ・所得証明書（注2） ・その他 ①児童扶養手当を受けている母子家庭→認定通知書 ②遺族年金を受けている母子家庭→年金証書
寡婦医療	法に定める配偶者のない女子で、かつて配偶者のない女子として 18 歳未満の児童を扶養していた人	次の人は対象となりません。 ・70 歳以上の人 ・世帯主でない人 ・前年所得が 150 万円以上の人 ・世帯全員の前年所得の合計が 300 万円以上の人	対象者ごと、月ごと、医療関係ごと、または保険薬局ごとに保険が適用された医療費の一部負担金相当額から、総医療費の１割を控除した額が給付されます。	・印鑑 ・健康保険証 ・医療助成費の振込先の通帳（注1） ・所得証明書（注2） ・転入された場合、戸籍謄本など、かつて母子家庭であったことを証明できるもの

注１）ご本人またはご家族名義に限ります。　注２）2010年１月２日以降転入の場合は、所得証明書が必要です。

■すでに福祉医療を受給されている方へ（福祉医療の受給者証を更新します。）

乳幼児・妊産婦医療を除く受給者資格証は毎年８月に更新されます。引き続き受給できる人には新しい受給者証を送りますので、8月以降は新しい受給者証で受診してください。新しい受給者証が届かない場合は、お問い合わせ願います。

問合せ　町民課　国保年金室　☎672-2111　内線1432

こんなときには届出を

・住所、氏名が変わったとき
・加入している医療保険が変わったとき
・交通事故など第三者から被害を受けた場合で福祉医療を使うとき
・転出するとき　・死亡したとき
・転入してきたとき
・受給資格要件に該当しなくなったとき

健やか ランドしわ
しわ健康情報コーナー

健康　「認知症」あなたは知っていますか？

７月号では、町の徘徊（はいかい）高齢者支援ネットワーク事業についてお知らせしました。
今月は認知症高齢者の心の動きについてお知らせします。

認知症高齢者は「ものを覚える能力」や「覚えたことを保持しておく能力」が次第に失われ、できなくなってしまうことも少なくありません。しかし、認知症高齢者にも当然、心も感情もあります。「・・・したい」「・・・に行きたい」といった気持ちになったり、周囲の反応や状況をとらえて「うれしい」「悲しい」「腹が立つ」といった感情を抱いたりすることもあるのです。

それでは、認知症高齢者はどんなことを思い、どんなことを感じているのでしょうか。

例えば今、１冊の本を手にしているとしましょう。それは３分前に書店で購入したものです。しかし、購入した記憶がありません。手にしている本を見てどう思うでしょうか。

□私はどうして本を持っているのだろう。
□新品のようだが、本屋にいった覚えなどない。
□なぜ私は本など持っているのだろう。
□この本は自分が買ったものだろうか。
□誰かがくれたのだろうか。そんな覚えもまったくない。

思い出せない不快感、不安、さらには恐怖すら抱くかもしれません。

認知症高齢者は、物忘れの自覚に乏しいと言われますが、物忘れの自覚は無いにしても「何かが変だ」「これまでとは違う」と感じている人がとても多いのです。むしろ物忘れの自覚がないために「何かが変だけれど原因が全く分からない」というように、自力では解決できない疑問や不安が増すばかりなのだろうと考えられています。

次号では「介護者の態度に敏感な理由」についてお知らせします。

◆認知症に関する相談先　紫波町地域包括支援センター　☎671-1101

募集　みんなで歩こう！お申し込みは長寿健康課まで

元気はつらつ☆黄金（こがね）満喫ウォーク大会

運動靴をはいて、飲料水を持ってお出かけください。

■日　　時　9月4日（土）
午前9時集合（雨天中止・小雨決行）
■コ ー ス　志和地区（約6㎞）
■集合場所　志和公民館
■参 加 費　無料
■申　　込　9月2日（木）まで

親子ぶどう狩りウォークラリー

親子でウォークラリーを楽しみませんか。おいしいぶどうが食べ放題！

■日　　時　9月11日（土）
午前9時集合（雨天中止・小雨決行）
■集合場所　紫波フルーツパーク
■参 加 費　中学生以上900円
4歳～小学生500円／3歳以下無料
■申　　込　9月8日（水）まで

体よろこぶレシピ

紫波町食生活改善推進員協議会
赤石地区会員
滝浦民子さんのレシピです

ニンジンのおやき

今月の素材POINT

ニンジンにはカロテンが豊富に含まれています。カロテンは免疫力を高め、皮膚や粘膜を強くし、動脈硬化の予防に効果があると言われています。

材料（4人分）

ニンジンのすりおろし…1/2本、小麦粉…200g、ゴマ…少々、塩…小さじ1/4、砂糖…大さじ4、無塩バター…40g、打ち粉用の小麦粉…少々

作り方

①小麦粉、ニンジン、ゴマ、塩、砂糖、バターを加えてよく混ぜ合わせる。
②生地がまとまったら、耳たぶくらいの硬さまでよくこね、3等分くらいにする。
③ラップに小麦粉を薄くふり、めん棒などを使って、それぞれを2ミリくらいの厚さまで伸ばす。
④③を150℃のオーブンで10～15分焼いたら出来上がり。
※オーブントースターでも焼くことができます。

長寿健康課　健康推進室　☎672-4522　有線01-8991

健康　「チョキン」のお話

健やかな老後に備えて、今から毎日少しずつ「チョキン」を始めましょう！

担当の赤川主事

「チョキン」といっても、お金の貯金のことではなく、筋肉を貯える「貯筋」のことです。誰でも年を取ると、体脂肪が増えて筋肉が減るので、体が動きにくくなります。そうなると歩く速さも遅くなり、転びやすくなります。

そこで、欠かせないのが「貯筋」。いつまでも健康で生活するためには、毎日数分の運動を続けることが大切です。

「誰でも」「いつでも」「どこでも」できる簡単な運動を紹介！

筋力トレーニングは継続が大切。マイペースで無理せずゆっくり「貯筋」を始めましょう！

①テレビを見ながら「腹筋」の運動
両手を胸の前で組み、お腹に力を入れて、反動をつけないでゆっくりと上体を起こします。

②立ち仕事をしながら「ふくらはぎ」の運動
脚を肩幅よりも少し狭く開いて立ち、反動をつけないでゆっくりとつま先立ちを繰り返します。

③イスに座るときは「太もも」の運動
テーブルに手をついて、反動をつけないでゆっくりと座ったり立ったりを繰り返します。

④買い物の帰りは「腕」の運動
手荷物を持ち、肘をわき腹につけたまま、反動をつけないでゆっくりと肘を曲げて荷物を上げたり下げたりします。

⑤寝る前はふとんで「背筋」の運動
うつぶせになり、右手と左足を少し上げて、2秒静止します。左手と右足も同様に行います。

ちょっと高いけど届くかな

今年も梅漬けを作るよ！　古館小

真夏日が続く7月5日、古館小学校の6年生100人が、城山公園にある学校園で、ピンポン球ほどの大きさに育った梅の収穫をしました。楽しそうに摘み取っていた及川和奏（わかな）さんと杉田紅葉（あかね）さんは「春にスケッチした花が大きな実になっていて感動しました。桃みたいな甘い香りがします」と話していました。収穫した梅は梅漬けにされ、給食時間に出されるほか、学習発表会で一般に販売されます。

元気にはだしでブラシがけ

おもてなしの心で記念館清掃

彦部地区の小中学生と住民約80人が、7月4日に野村胡堂あらえびす記念館の大掃除を行いました。教育振興運動の一環として、学校と住民が一緒に地域の教育課題を解決するため、毎年この時期に行われています。はだしでブラシがけをしていた彦部小学校2年生佐々木知子さんは「冷たくて気持ちがいいです。訪れる人が喜ぶようにきれいにします」と言って作業に励んでいました。

「暑いけど楽しい」真夏の農業　紫波一中

労働の汗も気持ちがいいね

紫波第一中学校の2年生236人が7月26、27の両日、町内10カ所の農家や農業団体を訪れ農業体験をしました。桜町のトマト農家には6人が訪れ、芽かきや葉かき作業に汗を流しました。2年生高橋茉由さんは「暑いですが楽しみながら働いています」と、手際よく葉を摘み取っていました。受け入れ先の熊谷金悦さんは「始めは心配でしたが立派にやっていただきました」と目を細めていました。

ほら、前より花が増えたよ

平泉と紫波をつなぐ古代ハス『五郎沼古代蓮まつり』

五郎沼古代蓮（はす）を守る会（藤原恒久会長）は7月24日、古代ハスが見ごろを迎えた五郎沼で古代蓮まつりを開催しました。会場には約250人が訪れ、中尊寺事務局参与菅原光中氏の世界遺産登録にまつわる講演や、平泉町達谷窟（たっこのいわや）毘沙門神楽の舞などを楽しみました。授業で描いたハスの絵を会場に展示された、赤石小3年生髙橋杏佳さんは「花が増えてますますピンク色がきれいです」と話していました。

スポーツトレーナーはどんな仕事？

スポーツ関連の職業に興味がある県立遠野高校の生徒25人が、7月2日に企業見学のため、国体選手などの育成調整を長年担う町体育協会のスポーツトレーナー高橋一男氏を訪ねてきました。約1時間の講義を熱心に受講していた2年生昆優也さんは「トレーナーは選手のサポートだけでなく、勝つための対策や指導者とのかかわりがあることを知りました」と目を輝かせていました。

遠野高校の生徒たちに自転車競技場のバンクを体験させる高橋トレーナー（左）

躍動感あふれる演技に観客の目はくぎ付け

全国レベルの演技に魅了

梅雨明けが宣言された7月18日、春の大会で全国優勝した盛岡市立高校男子新体操部などの公開演技が、サンビレッジ紫波で開催されました。トップレベルの演技を間近に見ることのできるこのイベントは、選手たちが本番をイメージできる貴重な場として開催され7回目。家族3人で訪れた長岡小2年生の吉田碧愛（あくあ）さんは「入場の時に声が大きくて自信があるように見えました」と話していました。

水をきれいに、大切に☆　赤沢小

日差しの強さが増す7月9日、赤沢小学校の4年生12人が、浄化槽のしくみや水の大切さなどを学ぶ出前授業を受けました。環境マイスター紫波や紫波ＰＦＩ浄化槽㈱、町下水道課から講師が訪れ、児童たちはクイズや水中生物の観察を通して、楽しみながら学んでいました。児童たちは「微生物が水の汚れを食べるなんてびっくりしました」「これからは水を大切にします」と感想を話していました。

このクイズ分かる人はいるかなー

青年部と中学生がフットサルで交流

町商工会青年部主催の第11回フットサル大会が、7月4日にサンビレッジ紫波で開催されました。青年組織の交流を目的に始まった本大会は現在、町内中学校のサッカー部も参加しています。小田中毅部長は「出場した中学生が大人になったときにまた子どもたちと交流してほしい」と話しており、紫波三中藤原健矢さんは「大人が相手でも攻めることができて良かったです」と満足そうでした。

大人を相手に果敢に攻める中学生

■**記念誌予約**　8月27日までに下記連絡先にご連絡ください。（1冊3,000円）折り返し振込用紙が送付されます。（記念誌は10月9日以降に発送予定）
■**予約・問合せ**　紫波総合高校（菅原・猿舘）　☎672-3691
FAX 672-2647

耕作放棄地の再生・利用を支援します

農用地区域内の耕作放棄地を貸し借りなどにより、所有者に代わって再生・利用する場合には、国の交付金を活用することができます。助成の要件など詳しいことはお問い合わせください。
【支援内容】
①再生作業（障害物除去、深耕、整地など）荒廃の程度に応じ、10a当たり30,000円または50,000円（1年間）
②土壌改良（肥料、有機質資材の投入、緑肥作物の栽培など）10a当たり25,000円（最大2年間）
③営農定着（作物の作付け、水田は除く）10a当たり25,000円（1年間）
■**問合せ**　紫波町耕作放棄地対策協議会（農林課内）
☎672-2111　内線3324

有線01-8931

県民レクリエーションの集い

どなたでも参加できます。午前か午後のみの参加もOKです。
■**日時**　8月22日（日）午前10時～午後2時30分
■**会場**　サン・ビレッジ紫波
■**内容**
○「ミニビリヤード」、カーリングの室内版「ユニカール」、子どもに大人気の「クッブ」など10種目のニュースポーツ
○「スポーツチャンバラ（午前のみ）」子どもから大人まで楽しめます。
○「3B体操（午後のみ）」ちょっと運動不足のお父さんやお母さんにお勧め。
○冬に全国大会がある「ロープ・ジャンプEX」
■**問合せ**　紫波レクリエーション協会
☎090-4310-2511

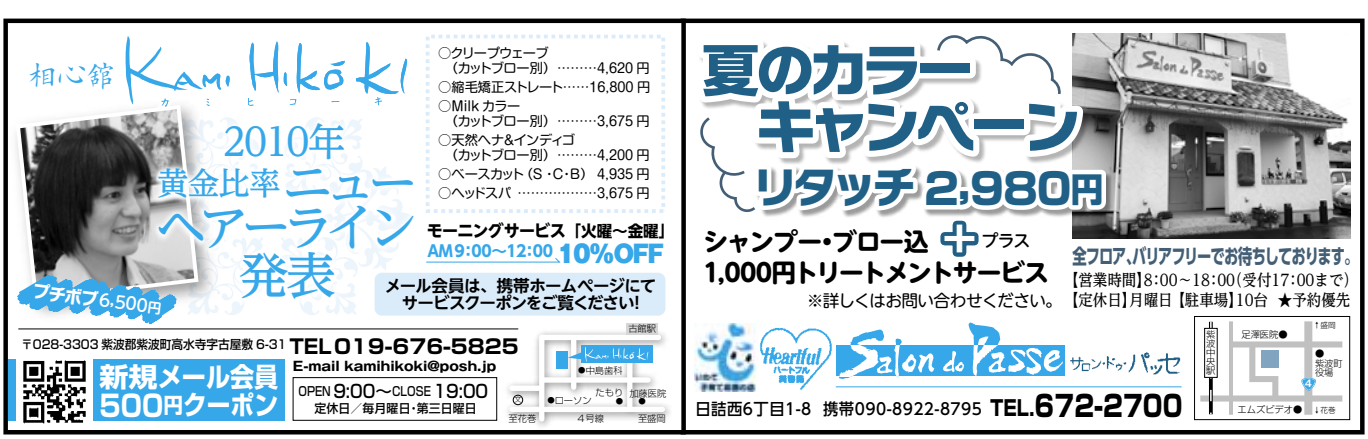
盛岡のお酒が大集合!

盛岡地域13醸造メーカーの日本酒・ビール・ワイン・焼酎を一度に味わうことができる「第8回盛岡のお酒大集合展」が開かれます。
■**日時**　9月1日（水）午後7時
■**会場**　ホテルメトロポリタン盛岡本館
■**内容**　造り手が直接お振舞い／利き酒大会（開会前）／地場産品料理／お楽しみ抽選会など
■**費用**　会費5,000円（前売300枚限定）
■**前売り販売店**　吾妻嶺酒造店／月の輪酒造店／廣田酒造店／高橋酒造店／紫波フルーツパーク／紫波町観光交流協会
■**問合せ**　盛岡お酒を楽しむ会実行委員会事務局（盛岡市役所観光課内）☎626-7539

相　談

高齢者に関するお悩みを抱えていませんか?

9月の老人週間に「シルバー110番特別相談デー」が開催されます。高齢者やその家族を対象に、法律・医療・税金・年金・介護・認知症などの悩みに専門家が応じます（来所相談可）秘密は厳守されます。
■**日時**　9月18日（土）午前10時～午後3時
■**会場**　県福祉総合相談センター（盛岡市本町通）
■**相談電話**　0120-84-8584（フリーダイヤル）



テンパークまつり2010

■**日時**　9月4日（土）　午前10時～午後3時30分
（滝沢駅から無料シャトルバスを運行）
■**内容**　フリーマーケット／出店／体験（七宝焼き、竹細工、あけびつるクラフト）／ニュースポーツ（ディスクゴルフ、室内ペタンク）／オリエンテーリング
■**会場・問合せ**　テンパーク国立岩手山青少年交流の家（滝沢村）☎688-4221
URL　http://iwate.niye.go.jp/

暮らしの情報

募　集

食の匠の「食育講座」

町には県認定「食の匠」が4人います。地元農産物を使った『伝えられた味、学んだ味、創られた味』が認定されたものです。ご家庭で作れる認定料理の技を学んでみませんか。

■日時・内容

① ナンブコムギのピタ

食の匠・横沢きくさんが指導します。

□**日時**　8月28日（土）午前9時～正午

□**申込**　8月20日（金）まで

定員30人（お子さん連れも可）

② 紫ひめ（もち米とキャンベル果汁を使った和菓子）

食の匠・吉田正子さんが指導します。

□**日時**　9月11日（土）午前9時～正午

□**申込期限**　9月3日（金）まで

定員20人（お子さん連れも可）

■会場　紫波地区普及情報センター（桜町）

■費用　1人500円

■持ち物　エプロン、三角巾、筆記用具

■申込・問合せ先　農林課 食育担当　☎672-6915

✉yumiko@town.shiwa.iwate.jp

チャレンジキャンプ2010

自立・就労に悩みを持っている人や、15～40歳で仕事をしていない状態の人などを対象に、生活リズム改善、仲間作り、働くことへの意欲向上を図る合宿が行われます。お申し込みの上ご参加ください。

■実施日

8月23日（月）、24日（火）

8月30日（月）、31日（火）

9月6日（月）、7日（火）

■会場　雫石町内民宿など

■費用　参加費6,000円

■申込・問合せ　実施日4日前までにお申し込みください。

日本労働者協同組合連合会センター事業団盛岡中央事業所

☎653-4211

あなたのお薦めの一冊を教えてください

『いわての中高生のためのお薦め図書100選（仮称）』の作成に伴うお薦めの1冊を募集しています。

■応募内容　①作品名、作者名、出版社、お薦めの一言　②連絡先（氏名、年齢、住所、電話番号、FAX、メールアドレス）※1人1冊まで

■応募先・問合せ　9月30日（木）まで　県庁生涯学習文化課

〒020-8570盛岡市内丸10-1

☎629-6176　FAX 629-6179

✉iwate.osusume.book@gmail.com

お知らせ

平井邸を一般公開

県内でも数少ない大正時代の邸宅が一般公開されます。

■日時　8月21日（土）午前10時～午後4時

■特別企画　「名誉町民　橋本善太の偉業を語る」午後1時30分～

■場所　日詰商店街「サンプラザ日詰」向かい

■費用　見学協力金200円

■問合せ　よんりん舎

☎671-1755

紫波総合高校『80周年記念誌』予約販売のお知らせ

創立80周年を記念し、10月9日（土）に式典と祝賀会が開催されます。また、『記念誌』が発刊されますので、購入を希望する人はご予約の上、お買い求めください。

中央葬祭センター シンセラホール紫波

い草座布団販売中

しらゆり会員 10%割引

中央葬祭センター「シンセラホール紫波」
岩手県紫波郡紫波町桜町字上野沢278
☎676-7676 FAX676-4404

岩手県土地開発公社宅地分譲【売主】

アヴニール紫波（紫波中央駅前五丁目）

★JR紫波中央駅まで徒歩5分
★電線類が地中化された美しい街並み
★3方道路、建築条件なし

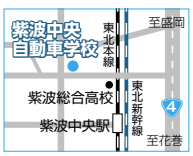
820万円　残り1区画

【面積】269.30㎡（81.46坪）

●所在地／紫波町紫波中央駅前五丁目地内●交通／JR東北本線紫波中央駅徒歩5分●計画面積／34.6ha●計画戸数／421戸●地目／宅地●用途地域／第一種住居地域（紫波町地区計画）●建ぺい率／60%●容積率／200%●道路／区画道路幅6m●給排水／上下水道完備●ガス／LPガス集中供給方式（盛岡ガス）●電気／東北電力●団地負担金／なし

岩手県土地開発公社
〒020-0062 盛岡市長田町6-2 アバンサール・i
FAXの方は事前にお電話下さい。
http://www.iwate-tjk.or.jp/

〈広告有効期限〉平成23年3月31日
TEL019-652-1810
FAX019-624-6054
平日のみ 午前9時～午後5時まで



夏休み期間中に免許を取得したいなら短期コースがおすすめ。定員制のためお早めにお申し込みを。

忙しい夏。普通免許取得は短期コースで！

岩手県公安委員会指定
紫波中央自動車学校
0120-219-196
〒028-3304 紫波町二日町字西七久保66-1
☎672-4316 FAX672-4355
URL http://www.shiwachu.jp

モリカレ体験入学開催 ★モリカレのすべてがわかる★

8/21(土)、9/4(土)　10:00～12:00（9:30～受付開始）

■体験入学の内容　高校生参加申込受付中

◆学校全体説明（教育方針、修学支援制度、就職支援制度・状況、資格取得、入試制度、学費、本校独自の各種特待生制度など）◆希望の学科での授業体験◆在学生とのティータイム（おいしいスイーツを食べながら、楽しく交流♪）◆個別相談（希望者のみ）※保護者の方もぜひご参加ください！

■ホテル・ブライダル科【2年制】　■観光ビジネス科【2年制】
■ショップビジネス科【2年制】　■総合ビジネス科【2年制】
■会計ビジネス科【2年制】　■総合ビジネス科1年コース【1年制】

就職内定速報　今年度も続々就職内定!!

県内銀行7名、辻・本郷税理士法人、東京メトロ（東京地下鉄）2名、㈱イトキン、ホテル志戸平2名、新鉛温泉愛隣館、横浜ロイヤルパークホテル2名、ホテルエピナール那須、東野建設工業㈱、㈱曽我、ブライダル関連など多数

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊【新設】カフェ・スイーツコースも体験入学開催中!! ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

自由が丘産能短期大学単位認定校
専門学校 盛岡カレッジ オブ ビジネス
岩手県認可
〒020-0025 盛岡市大沢川原3-1-18 TEL 019-651-5001 FAX 019-651-5015

■お問い合せ・お申込先
019-651-5001
navi@moricolle.ac.jp
http://www.moricolle.ac.jp

こちら、野村胡堂・あらえびす記念館

「銭形平次を読み解く」
―平次入門④（平次の暮らし）―

第５回

野村胡堂・あらえびす研究会　外﨑　菊敏

野村胡堂

平次の住まいは神田明神下、六畳二間に入り口が二畳とお勝手の狭い長屋、後ろに共同井戸、ドブ板が腐って路地に白い犬が寝そべっている。年中ピィーピィーの生活。平次は一文なしでご用聞に出た八五郎を叱る（『駕籠の行方』）。が、小遣いをねだられ、「一両と纏まった金はめったにねぇ、いざとなりゃ、質を置くか女房を売り飛ばすか（『黒い巾着』）」と。煙草好きで盆栽をいじり、朝顔を楽しむ、極めて簡素な生活ぶりだ。

江戸の人々の大半は狭い粗末な裏長屋に住む。銭形平次には、豚小屋にも劣るような家（『竹光の殺人』）や筵が雨戸代わりの鳥の巣のようなもの（『金の茶釜』）登場。食事はご飯にみそ汁と漬物の粗食、衣類は古着で生活道具は修理して何度も使用する。紙くずは漉き直し、金くずも鍋釜に鋳直す。竈や火鉢の灰、ふん尿も肥料などに利用する。江戸は資源循環の自然と共生した環境に優しい社会、おかげで安く暮らせた。

人々は幸福に金やモノは関係なく、欲望が多いほど苦しみが増えていくのを知っていた。少ないモノでも人生を楽しみ心豊かに生きた。自分の実力と限界を知り、「ひとりでは生きられない」と支えあい助けあい共に生きた。そこには篤い人情が生まれた。

胡堂は正月に「福の神が参った」と歌って、モチをもらう貧しい家の子の姿を生涯忘れなかった。長じては貧乏のどん底も体験、ぜいたくを嫌い、快楽主義や便利主義を排し、シンプル・ライフに徹した。

平次の生活は胡堂の暮らしそのもの、その生活術に学び、資源循環型の町づくりの意義を考え、金とモノ万能の価値観を見直したい。

※神田明神は千代田区外神田の平将門を筆頭に祭る神社。江戸城の鎮守神、その祭りは将軍が上覧する天下祭。銭形平次塚もある。

紫波一中合唱部のステージ

立ち直りを支える社会に！
～「第60回社会を明るくする運動」～

犯罪のない明るい社会を目指す運動の一環として、紫波第一中学校合唱部と県警察音楽隊のコンサートが、7月9日にナックスホールで開かれました。会場には約200人の観客が訪れ、息のあった歌声と演奏に惜しみない拍手を送っていました。町保護司会の中村直嗣会長は「明るい社会はみんなの連携があって作られるものです。これからも社会全体に呼びかけていきたいです」と話していました。

おまたせしました！シーズン到来！
ぶどう狩り体験
味覚の秋は、「フルーツの里紫波」の美味しいぶどうを見て・触れて・食べて体感してみませんか？
高級大種系ぶどうやキャンベルなど時間無制限食べ放題！
料金 ※幼児は無料
大人（中学生以上） 900円
小人（4歳～小学生） 500円
9月6日㈪～10月3日㈰
[紫波フルーツパーク・体験農園（道の駅しわ・赤沢産直裏）]
受付 土日祝▶午前10時～午後3時 随時受付
平　日▶事前予約にて受付
※左記の料金は園内での食べ放題の料金です。持帰りは別途頂戴いたします。
(株)紫波フルーツパーク（紫波町第三セクター） 紫波町遠山字松原1-11（道の駅紫波の裏手）
☎019-676-5301 URL http://www.shiwa-fruitspark.co.jp/

ラ・フランス温泉館YOGA教室のご案内
ヨガと温泉で“リフレッシュ”
毎週木曜日
11:00～12:30
18:30～20:00
初心者の方も大歓迎
講師/NPO法人日本YOGA連盟YOGA講師陣
特典 入浴付、味処あづまねお食事割引券付き
場　所／2F トレーニングルーム
参加費／お一人様 1,500円
定員数／1教室10名様
参加方法／電話にて申込みください
※ヨガマットはご持参ください（お持ちでない場合は厚手のバスタオル）
La France ラ・フランス温泉館
〒028-3444 岩手県紫波郡紫波町小屋敷字新在家90番地
PH値9.0のアルカリ性単純温泉でとろ～りつるつる美人の湯
☎019-673-8555
FAX 019-673-8556
E-mail yoyaku@lafrance.co.jp
URL http://www.lafrance.co.jp/

町長からのメッセージ

まちづくり座談会を終えて

異常気象で連日高温が続いております。皆様方には熱中症などに気をつけられお過ごしのことと存じます。

恒例となっております「まちづくり座談会」が終了しました。2011年度から始まる紫波町総合計画策定に向けた町の皆様からの意見集約としては、座談会方式で行うのは今回が最後であった訳ですが、熱心に議論を重ねて多くのご意見を賜ることができましたことに感謝申し上げます。

振り返りますと、少子高齢社会を迎え、今後、地域がどのようになるのか、教育施設の在り方がどのように変化するのか、といった話題が多くの会場で出されました。また、現在まで先進的に推進してきた「循環型まちづくり」「協働のまちづくり」については、さらに町民に浸透させるべきであることから、継続する提案をさせていただきました。

町の新たな発展と雇用創出に向けた、公民連携による紫波中央駅前の開発計画については、大方のご理解を得たものと感じました。今後も慎重に取り組み、町民の皆様に情報公開しながら進める必要があると認識したところであります。

町は、2年に1回、満足度調査を実施し、その結果から『町の通信簿』を作成し現状分析をしておりますが、座談会で直接皆様と面談することで、別の見方でのご意見も拝聴するよい機会となり、有意義でありました。

今回の座談会は、座席を円形に配置したためでしょうか、和やかに進められたことに対しまして、参加していただいた皆様に感謝申し上げます。今後とも町の行政にご協力を賜りますようお願い申し上げます。まだまだ暑さが厳しい中、皆様のご健勝をお祈り申し上げます。

藤原　孝

町のあらかるとニュース

PICK UP!

“火石沢の滝”に花壇整備

彦部地内の143世帯で組織する団体「彦部農地・水環境をよくする会（花篭陽太郎会長）」は、火石沢地区にある通称“火石沢の滝”沿いの道路脇に花壇を整備しました。国・県・町が進める「農地・水・環境保全向上対策事業」として、経費約12万円は全額助成。今年6月に、竹が生い茂るのり面を整備し、透水しても雑草が生えない特殊シートを敷いて、多年草のマツバギク300株を植えました。

花壇の整備をした会員の皆さん

全国大会出場を支援！
商工会青年部が日詰剣道に助成金

助成金を受け取る子ども剣士たち

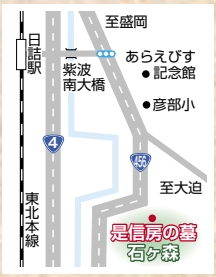
町商工会青年部（小田中威部長）は『紫波ネット7月号（No795）』でお伝えした、7月25日開催の全国大会に出場した日詰剣道スポーツ少年団に対し、出発前の21日に助成金5万円を手渡しました。小田中部長は「昨年の青年部創設45周年を機に、小中学生スポーツ文化振興基金を設けて、全国大会へ出場する子どもたちを支援しています。日本一を目指して頑張ってほしいです」と激励しました。

紫波町に定住・住替をお考えの皆さんへ

宅地 分譲販売中
古館NT内　5区画
北日詰大日堂　6区画

中古住宅 700万円
延べ床面積 91.08㎡ 27.55坪
土地面積 201.75㎡ 61.02坪
●所在地／紫波町中島字前郷
●交　通／JR古館駅徒歩5分
●建物構造／木造2階建　●引渡し／即
●建築年月／昭和54年5月　●取引形態／仲介
6m南面道路、日当良好、大型車庫・物置
H14年内・外リフォーム、H2O屋根塗装済み

不動産の売買・仲介、自社開発宅地・建物分譲
(社)全日本不動産協会会員　東北地区不動産公正取引協議会会員
岩手県知事免許(1)2255号
ウエノ不動産管理(有)
☎671-2072 FAX671-2073
日詰字下丸森9-4（養老乃瀧 紫波町店となり）
最新情報はホームページへ　ウエノ不動産管理　検索
広告有効期限／平成22年8月31日



1 是信房の墓がある石ケ森
2 墓を案内する嶋田さん
3 仏さまが座っていたと言われる腰掛石（階段右）
4 墓に通じる石段は88段ある

シリーズ ボランティアガイド「しゃ・べーる」と

いってみよう!

「しわむかしばなし」編

親鸞の教えを説いた是信房の墓が残る 彦部石ケ森

◎案内役／観光ボランティアガイド「しゃ・べーる」 嶋田晴子さん

鎌倉時代に浄土真宗を開祖した親鸞聖人の高弟是信房は、師命によって東北地方に下り宗門布教に努め、その後、彦部地区に寺を建て1266（文永3）年に86歳で大往生しました。彦部地区には、お墓山と呼ばれる町指定史跡「是信房墓所」、そして是信房にまつわる昔話があります。※是信の没年は1258（正嘉2）年の説もある。

しわむかしばなし

是信房伝説「なくした仏さま」

昔あったとな。

「親鸞」というえらい和尚さんの弟子に、是信房という和尚さんがおりました。

あるとき、親鸞和尚さんが「おまえさんは、奥州に行って教えを説きなさい」と、自分で彫った木の仏さまを是信房和尚さんに渡しました。それからは、幾日も幾日もかかって、是信房和尚さんは、今の秋田県から和賀郡の一柏という所まで、歩いて仏さまの教えを説いて回りました。ある日のこと、どうしたことか親鸞和尚さんからいただいた仏さまを無くしてしまいました。是信房和尚さんは困ってしまい、一生懸命に探し回ってもどうしても見付かりません。食べ物ものどを通らず、腹が減り疲れ果ててうとうと眠ってしまいました。

「北上川を北へ北へと上って行くがよい」誰かの声がしたので、是信房和尚さんはハッと目を覚ましました。しかし、辺りには誰もいません。

「ははぁー。これは仏さまの声だったのか」是信房和尚さんは、急いで旅の支度をして、舟に乗りながら、北上川を上って彦部の辺りまで来ました。

「魚がよく捕れますかのー」是信房が1人の魚捕りに声をかけたところ

「さっぱりだめだす。石ケ森というところから不思議な光が出て、魚がびっくりして捕れないす」と言ってきました。

是信房和尚さんは「これは何か訳があるな」と思って、その石ケ森という所を訪ねました。

そのころ、彦太夫という人の子どもが、二日ばかり前からいなくなって、探し回っていた村の人たちと是信房和尚さんが出会い、一緒に石ケ森山に探しに行きました。もう日が暮れたのに大岩の辺りが明るく輝いて見えたので、みんなが急いで行ってみると、何と岩の上には、ニコッと笑う仏さまがいて、近くには探していた子どもが楽しそうに遊んでいたのです。よかった。よかった。

このことがあって、是信房和尚さんは、この石ケ森山に住み、仏さまの教えを説いて一生を暮らしました。どんとはれ。