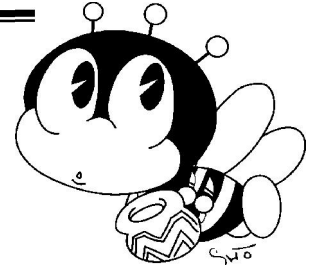


第38号  
2009  
1.30

# マナビイ通信

米沢鷹山大学本部だより



生涯学習  
新年によせて

西村 孝二 かく

## シリーズ 【まちづくりについての想い】

生涯学習に関わる方々に「まちづくり」に対する思いを語っていただきます。  
第1回は、米沢鷹山大学運営委員長 野口義人氏にお願いしました。

### 『 心 豊かに 』

近頃、楽しみなことがある。  
出勤途中、一人の若者が、すれ違う私に、「おはようございます。」と挨拶をしてくれる。一呼吸遅れをとるものの、私も挨拶を返す。

これだけのことなのだが、気持ちのよい一日のスタートとなる。

未来を担う子供たちが求める「まちづくり」は、どのようなものであろうか。

### 野口 義人

住み続けたいと思える町にするための意見はみんな  
で話し合い、目標を立てて行動、実行すること。  
「まちづくり」も、地域にかかわりを持ちながらそこに生活する住民が、新たな出会いや小さな感動によって、より心を豊かに出来ることが原点なのかもしれない。



# サークル紹介

おもしろなカレッジ終了後 さらに活動を続けたい仲間が  
集まって、サークルをつくり楽しんでいます。

## 『いきいきコーラス』

現在会員は19人です。練習風景で感じた事は、  
「この空間にとっても素敵な時間が流れている。」  
その一言に尽きます。  
みなさんも一緒に歌ってみませんか？

- ・日時 月3回 月曜日  
午後1:30～2:30
- ・会場 すこやかセンター3F音楽室
- ・講師 上野謙二郎氏
- ・ピアノ 大野木はるか氏
- ・連絡先 谷本久徳さん 37-5771



みんながひとつになったの歌声は ステキ！



作るって、楽しいですね。

## 『チューリップ』

指先から生まれる愛らしい梅の花の数々、  
それを熱心に見つめる11名の会員の方々、  
ベテランの方が新しい方に教えたり、みなさん  
とても和気あいあいと制作に励まれていま  
した。共に作る喜び、完成作品を家族と眺め  
る喜び、友人知人に見てもらう喜び。喜びの  
輪がどんどんと広がってゆくサークルだと感  
じました。 会員募集中！

次回は、お雛様を作ります。

- 日時： 2月17日(火)  
午後1:30～4:30
- 会場： 北部コミュニティセンター
- 講師： 鈴木和子氏
- 連絡先： 会長・佐藤久美子さん  
21-1463



## 表紙の絵手紙の作者 紹介

西村 孝二先生 元小学校校長

鷹山大学開講当初から、絵手紙を教えていただい  
ております。「下手がいい、下手でいい」をモット  
ーに、暖かなお人柄で人気を博しておられます。



# 市民おしよしなカレッジ



## 20年度後期講座からご紹介します

### 『若さを保つヨガ健康法』

講師 高橋 俊誠 氏

今回は食事法と実技の講義でした。自然のままの食材を、添加物など加えないで調理して食べるように心がけることが大切との話、「自然」という事が強調されていました。

この講座は、1回の時間内に理論と実技が配分されています。半年間にわたって理論を学びながらでヨガを知ることができるので、初心者にもやりやすいのでは、と感じました。

正しく実行することで若さと心の健康をも保ち続けることができます。(谷本)



食事と健康について 大切な講話中



待っててね!!

平成21年度ガイドブックを、4月1日、市内全戸に配布します。お楽しみに!

## ご紹介 ～ マナビスト・おしよしなカレッジ講師の著作本 ～

### 義と愛の絆で挑む

### 「景勝と兼続」

歴史マナビスト 新谷博司 (著)

経営効率研究所 発行

「兼続め、わしを愚弄するにもほどがある」と家康は烈火の如く怒りだした。直江兼続の出した直江状は、家康の上杉征伐を決めた。

文中より抜粋

いよいよ大河ドラマ「天地人」が始まりました。マナビ通信で連載した“直江兼続について”の筆者新谷氏による著書です。いざ出陣!!

### 「1日集中!

### 速読力

### トレーニング」

今村洋一 YOICHI IMAMURA (著)  
明日香出版社

読む力が上がれば情報量が増える速読でビジネスがアップする本質を掴めば、読書速度は上がるおしよしなカレッジ『基本の速読講座』の講師による著書です。この本は、基本中の基本をよく学ぶことができます。みなさんも速読に挑戦してみてくださいはいかがでしょう!?





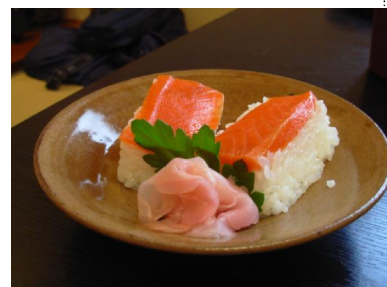
## シリーズ 食材 米沢の食べ物

### 塩引き寿司

荒巻鮭（紅鮭）をうすく切って酢に浸し、一握りづつの型で押し寿司にしたものです。鮭の紅と米の白が紅白の形になっているため主にお祝いの席や、来客に備えた正月料理として「つぶつぶ煮」（白いんげんえを使う）とセットで利用されてきました。現在では正月料理としての利用は珍しい程になっているようです。

市内の割烹店で話を伺うと、起源は陣中食とされていますが、具体的な文献がなく不明、北海道産の紅鮭を使って紅白になったのは昭和になってからと云われています。

一般家庭で作られる機会が少なくなった様ですが、市内の割烹店などでは、米沢の伝統食として作られていますよ・・・、と教えてくれました。



### マナビ通信の編集委員を紹介します

- ・鈴木和子 折り紙・押し絵、体操も得意です
- ・平中知永子 お話を聞くのがすごく上手です
- ・谷本久徳 四国出身、編集者唯一の男性です
- ・我妻雄子（本部スタッフ）諸国漫遊したいと言っている
- ・我彦祐子（本部スタッフ）米沢大好き人間です
- ・鈴木のり（本部スタッフ）ずっこけあり、一応編集長...



お問い合わせ：

愛・天地人博南魚沼プロジェクト事務局

025(773)6702

発行：米沢鷹山大学本部・マナビスト

事務局：〒992-0012 米沢市金池 3-1-14

置賜総合文化センター 1階

TEL 21-6111 FAX 21-6926

ホームページアドレス

<http://yozan.educ.yonezawa.yamagata.jp/>



この寿司は荒巻鮭（紅鮭）をうすく切って酢に浸し1握りづつの型で押し寿司にしたもの。鮭の紅と米の白が紅白の形になっているため主にお祝いの席や、来客に備えた正月料理として「つぶつぶ煮」（白いんげんを使う）とセットで利用されてきました。

現在では正月料理としての利用は珍しい程に減少している様です。

市内の割烹店「なかむら」でこの寿司を見つけてご主人に伺ったところ、塩引き寿司の起源は、陣中食とされているが具体的な文献がなく不明ながら、現在のかたち（北海道産の紅鮭を使って紅白になる）になったのは、市内の東家と竹盛軒の先代が相談して出来たものと伝えられていて、一般家庭で作られる機会は少なくなった様だが市内の割烹店などでは米沢の伝統食として作られていますよ、と教えてくれました。

