

# アイの四季だより



相 談 室 飯網町大字普光寺969-1 (高野農機様となり)  
 営業本部 ☎026-253-1377 FAX253-1378  
 飯網ホール 飯網町大字黒川2415 ☎253-1377  
 五岳ホール 信濃町古間93 ☎251-7155

フリーダイヤル ☎0120-796-311

小誌は季刊年4回発行お届けいたしております。  
 多くの皆さまにお読みいただいていると、お声を掛けていただき、誠にありがとうございます。  
 今年もよろしくお願ひ申し上げます。

## 今、注目の 「ヤーコン」って なにヤーコン?



「十三年間で八回も死にそうになったのだ。この健康体はヤーコンのおかげ。いのちある限り、ヤーコンの普及に賭ける！」並々ならぬ平井さんの、ヤーコンへの情熱は計り知れない。

南米アンデス地方原産キク科の多年草作物。インカ帝国時代から栽培されてきて、一〇数年前日本に導入。

ヤーコンとの出会いは? 「そのころ、糖尿病の治療にいろいろと試していたね。ヤーコンを知ったのはまったくの偶然。食べ始めてから、いつの間にか良くなってきたから、それから?」  
 「それからが大変! すっかり惚れ込んだら、夢中になっちゃった」それが奥さんとの出会いの時と一緒じゃん。「その通り! ハッハッハッ」平井さんの真剣な眼差し。これは本物と見た。

平井さんは平成八年にヤーコン研究会を発足させ、一〇年に研究会と改めて、さらに前進。十二年に組合を結成し、栽培に取り組んでこられた。商品開発にも力を注ぎ、すでにかずかずの商品を市場に出している。また、おいしい料理の研究も進む。  
 ヤーコンは、見た目にはサツマイモに似ている。春4月下旬ごろ種イモを植える。無農薬栽培で11月中旬の霜の降りる前に収穫。この時期はりんごの収穫と重なって忙しいとのこと。

### ヤーコンは 野菜の中でフラクトオリゴ糖含有量 世界一! ダイエットに成人病予防に奇跡の健康野菜



「天狗の館」にて販売中 / 他にヤーコンみそ漬・粕漬

茨城大学農学部で研究栽培したところ、フラクトオリゴ糖を多量に含む低カロリー健康食材であることが判明。  
 生で食べると適度な甘さで、シャリシャリした歯ごたえがおいしい。様々な料理に取り入れることができ、また、加工食品の用途も広い。  
 こんなに素敵な食べもの、あったにヤーコン。  
 飯網町ヤーコン生産組合(平井様)  
 飯網町大字平出三二七  
 ☎026-253-3656  
 組合長 平井日出夫  
 ・お問い合わせは右記へお気軽にどうぞ

## 今年の 「えと」は 戌年

中国では古い「えと」の時代(一五〇〇年頃)に十二支を使って日を数えていきましたが、後に年や月を呼ぶようになり、それが日本にも伝えられました。  
 股の時代といいますが、日本では縄文文化中期の原始時代ですから、

### 仏事の御斎(おとき) 「会席料理」 召し上がり方

- 前菜  
献杯が終つてから前菜(お通し)に箸をつけます。器が小さいときは器ごと手に持ちます。
- 碗もの  
ふたを取る時は右手でふたの糸底を持ち、それに左手を添えて押えます。  
ふたは裏返して膳の右側に置き、汁を吸ってから実をいただきます。ふたが取れないときは、左手の指先で碗の縁を強く押すと、開きます。
- 刺身  
わさびを醤油の小皿に移し、刺身に少しずつつけながら、小皿を手に持って食べます。  
シソの実是指でしごいて醤油に入れます。ツマはなるべく食べましょう。

- 天ぷら  
天つゆの中に大根おろしを入れ、添えてあるレモンを絞り込みます。天つゆの小鉢は膳の上に置いたまま食べるのが正式ですが、手に持って汁を受けてもかまいません。
- 魚の尾やエビの殻は、皿のすみに寄せておきます。エビやイカの天ぷらには直接レモン汁をふりかけてもよく、また塩を少しつけて食べるのもおいしいものです。
- 尾頭つき  
尾頭つきの魚は頭が左に腹が手前に盛りつけられています。  
左手で皿の左側を軽く押え、尾のほうから箸で身をはずしながらいただきます。
- 骨は2〜3つに折って小さくまとめて、頭と一緒に皿の端にきれいに寄せおきます。(次号につづく)

皮(じゅつ)亥(がい)といひ、未開の地に伝えるために(日本も未開の地)わかりやすい動物があてられ、子をネズミ、丑をウシと呼び、干支をへたとともいわれています。さて、この「えと」でいきますと、今年(イヌ)年でありまして、暦をめくりますと、はたしてむすかしいことが書いてあります。戌年の人は、義理人情に滅法厚く正直で藤日向なく、人のために尽すとあります。一〇年間も駅頭で主人を待ちつづけた忠犬八公みたくですね。そして、強情で一刻者だから、骨折りが多くありますが、これはお宅のご主人に似ている? ようです。暮らしてどうか、気になるところですが、この暦には書いてありませんでした。(えと)ではわからないのでしょうね。きつと。

シリーズ名刺をたずねて

# 往時を今に伝える

## 浄土真宗本願寺派

### 白鳥山 高山寺

飯綱町平出

高山寺は、一六四八年に今の篠ノ井塩崎から当地平出（ひらいで）に移り現在に至るといわれます。江戸の三代將軍徳川家光の時代です。今から三五八年前のことです。

当宗派は、世襲制度によって代々継承されて来て、現御住職は第十九世となります。

寺の年中行事のなかで最も大切な「報恩講」は毎年十一月に行なわれます。この時期はみなさん、秋の収穫や冬に備えての作業で忙しいから、今年からは九月ごろにしようかな、とご住職言っておられました。

江戸時代、百万石の大名加賀侯が参勤交代の折に、高山寺で休み、飲

まれた名水の井戸があります。

往時の北国街道は佐渡から江戸へ金の輸送と北陸諸藩の参勤交代などで人の往来が多く、この場所が江戸と加賀の中間地点であったことにも由来します。

井戸は庫裏の南側にあり、明治天皇の北信御巡幸の折にも、この井戸水を御飲水されたと刻まれた石標も立っています。

## 高山寺の古井戸

写真は高山寺に保管されているレプリカです



明治天皇北信御巡幸の石標

したがって、高山寺は江戸時代から明治時代、そして旧北国街道の繁栄を今に伝える貴重な存在でもあります。

高山寺第十九世住職 白鳥岳史  
飯綱町大字平出二〇八  
電話二五三二七二七三



加賀のお殿さまがお寄りになるからよろしく頼むぞよ。と高山寺宛の手紙があり、町の文化財に指定され、本物はいいづな歴史ふれあい館に展示してあります。

## イヌは人類最初の家畜



イヌと人間との出会いは、新石器時代といわれます。人類はほら穴生

## 中国名言集 その③ 賢いあなたに捧げます

### 背水の陣（はいすいのじん）

兵法では山陵を背にし、水沢を前面にして対するのが常識で、これとは逆に、河を背にして布陣する。背水の陣は、逃げ場がないので、死力を尽して戦うほかないため、かえって生きる道がひらける。剣豪宮本武蔵ですら小船で海を渡り、水を背にして小次郎と相対した。逃げ場をつくらず、決死の覚悟で局面に対する。現代にも通じる法則である。

### 破天荒（はてんこう）

今春もまた入試シーズンを迎える。東大合格出身校別の数字が、

活からはい出して来て、水辺に木造小屋を建てて定住生活に入り、イヌ、ヒツジ、ヤギなどの家畜を飼うようになりす。

野営における夜の見張番として、あるいは氷雪にとざされてる地方の交通機関としての犬ゾリなど、一日一〇〇〜一五〇キロメートルも続けて走ることができるといわれます。牧羊では人間以上に巧みにヒツジを管理し、数千のヒツジをわずか数匹のイヌが整然と柵の中へ追い込むことは、オオカミが巧みにヒツジを落し穴に追いつめて殺す本能に基いていると言われます。

というところは、イヌの祖先はオオカミ群（イヌ属、シベリアアマイヌ）とキツネ群（キツネ属、ホッキョクキツネ）で、このうち家犬の祖先は



マスコミの話題となり、結果が発表されるたびに大出るのは大きなため息ばかり。

「今年もまただめだったか・・・」人々は悲観して自分たちの土地を「天荒」と称した。天地混沌とした未開地であり、不作を意味した。人材の不作をも自嘲。ところが、はじめて合格者を出した人々は歓喜した。夢ではあるまいか。ついに「天荒」を破ったのだ！

田舎の無名高校がはじめて東大合格者を出したといったのが、「破天荒」の用法で、もともと試験地獄から生れた成語である。

オオカミ群であって、北方のオオカミが現在の大きい形の方、小型の方は南方のジャッカルにその源を発しているそうす。

性質では、オオカミの血が多いほど攻撃心が強く、ジャッカルは臭覚といわゆる警戒力、行動力、攻撃の巧みな技術や特殊能力を持つイヌが、人類の経済的發展に寄与したコウセキは計り知れません。

にもかかわらず、人間は犬に対してどのように報いてきたでしょうかわたしの〇〇ちゃんは、朝に夕にお風呂に入れて、ブラシをかけてスーパのお肉は食べませんのよ、ホッホッホッ。あら、このごろ太りぎみね。いやね、私に似て。

### 他山の石（たさんのいし）

ほかの山の石はガラクタクかもしれないが、まったく役に立たないわけではない。自分のところの玉を磨くとき、砥石として使えるかもしれないのである。

「自分より劣っていると考える人の言も自分の知徳を磨く助けとなる」ということの喩えである。

つまらん話でも辛抱して聞くものだ。必ず何かの役に立つ・・・はず。有終の美（ゆうしゅうのび）

スタートはたいいてい見事なもの。創業の気負は、人々の心をうつ。ところが権力の座に坐ると、傲慢になり、あたりが見えなくなつて、暗闇の中を大手を振つて歩くようなもので、そのうち大きな石に躓いて倒れるか、崖から足を踏みはずして墜落するからである。

おこりたかぶらず、低い姿勢であれば、ものがよく見え、路上の石に躓くこともなく、

みごとにゴールインはまちがいない。有終の美を飾る秘訣は、「謙虚さにあり」。



## 編集後記

つくること一筋に、生涯を賭ける生粋な職人気質（しよくにんかたぎ）の、素敵な方にお逢いすることができました。ヤーコンの平井さん。お茶うけにヤーコンの粕漬をいただきました。シャキシャキとした歯ごたえが甘味があつて、旨い！アラごめんなさい。「おいしくい！」が表現としては適正です。おいしくて健康によい。まさに平井さんはスローフードを実践しているわけで、これからは楽しみですね。（長井）