YUTORI

ゆとり

生きがいのための情報誌 43

2004年・秋冬号

京葉銀行

ゆとり
生きがいのための情報誌 43
2004年・秋冬号

童謡賛歌⑧
「鐘が鳴る」……2
いい旅、二人旅、心の旅　現代版「西国巡礼の旅」……4
二十八番札所 成相寺／二十九番札所 松尾寺
われら生涯現役■太田 郁次さん ……8
弓道に捧げる第二の人生
病をふせぐ ……9
老人性うつ病―心当たりありませんか？―　木村 直人
ちばのいい話 ……10
関根13世名人記念館、甦った土太郎の滝ほか
ちばのいちばん物語 Vol.8 ……12
日本最古のスギの人工林／わが国初の水準原標石
オープンカレッジ ……14
俳句／短歌 ●選者・名取 里美／秋葉 四郎
ふるさと食だより ……16
ちばで見つけたスローフード
遊湯ハイキング⑧ ……18
八幡岬と「温泉ドーム アクアパレス」
生き生きネットワーク ……20
笑いが一番、元気も一番　黒潮劇団
おいしい時間⑧ ……22
「すし清」　「あずみ野」　「申　家」
「カウベル」　「Duomo」　「甘味処 楓」

表紙イラスト■野田市在住のイラストレーター・本橋 尚徳さんが童謡「鐘が鳴る」をイメージして描いたCG作品。本橋さんは野田出身の作曲家・山中直治の童謡の世界をＣＧで表現し注目を集めています。2000年、絵本『ようこそ歌の童画館』（新科学出版社）発刊。最近では千葉県立関宿城博物館での「スケッチ利根川30景展」も好評でした。

童謡賛歌・表紙の歌⑧――「鐘が鳴る」

富士の高嶺と駿河湾

静岡県沼津市

作詞者の富原（ふはら）薫は1905（明治38）年に現在の静岡県御殿場市に生まれ、19歳頃には教師であり作詞家の兄・義徳の影響から作詞の勉強を始めました。御殿場の高根小学校などで30年以上教鞭をとりながら作詞を続け、約二千曲もの作品を残しました。この歌もそのうちの一つで、千葉県野田市出身で同じく教職にあった山中直治が1934（昭和9）年に作曲しています。

富原は童謡だけでなく、「鐘が鳴る」とほぼ同時期に御殿場音頭（中山晋平作曲）も作詞、古里の誇りの富士山を讃えています。高根小学校はじめ近隣の小中学校の校歌も数多く手掛けました。1947（同22）年、「兵隊さんの汽車ポッポ」を改作して発表した「汽車ポッポ」（草川信作曲）が少女歌手・川田正子さんの歌で大ヒットし、復興期の国民を勇気づけました。ほかにも「早起き時計」や「雨だれぽったん」などの童謡にみられるように、作詞の特徴は平明で音楽的調子をもつ言葉です。郷土を愛し、子どもたちを育てたその生涯を70歳で閉じました。

作詞　富原　薫
作曲　山中　直治

鐘が鳴る
鐘が鳴る
あの山かげの山かげの
遠いみ寺の鐘が鳴る
浜の松原　夕映えて
静かに静かに　鐘が鳴る

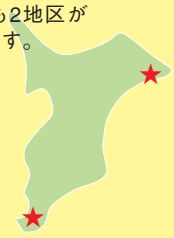
鐘が鳴る
鐘が鳴る
夕べの空も寄る波も
遠い岬の燈台も
黄金の色に　夕映えて
静かに静かに　日が暮れる

JASRAC 出 0410014-401

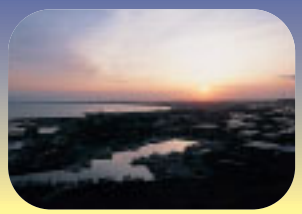
沼津市の千本浜海岸から眺める夕陽。遺族によれば富原は旧制沼津中学に進学したこともあり、沼津の海には特に思い入れがあったようです。千本松原を題材としたほかの童謡も残していることから、「鐘が鳴る」も駿河湾の雄大な夕焼けをイメージしていたとも考えられます

日本の夕陽百選

●1999年から「日本の夕陽百選」選考委員会が選定を始め、現在、全国で68地区を選定。千葉県内でも2地区が選ばれています。



■刑部岬（海上郡飯岡町）



九十九里浜の最北端にある刑部（ぎょうぶ）岬からの夕陽は、弧を描いて続く九十九里浜の広大な眺めが自慢。岬にある展望館「光と風」の屋上展望台がおすすめ。
交通／JR旭駅からバス約20分、灯台入口バス停下車、徒歩約10分
★飯岡町産業振興課☎0479-57-3116　http://www6.ocn.ne.jp/~iioka/

■北条海岸（館山市）

波穏やかな館山湾に面した北条海岸の夕陽の美しさは広く知られています。特に空気の澄みきった日に見られる富士の姿は絶景です。
交通／JR館山駅から徒歩約5分
★館山市観光協会☎0470-22-2000
http://www.awa.or.jp/home/tkk

■千本松原（千本浜公園）

駿河湾に沿って続く松林は古くから東海道随一の景勝地。「全国松原100景」にも選ばれ、松林越しに眺める富士山もまた格別です。松林の中の遊歩道はウォーキングやジョギングをする市民の憩いの場となっています。この地に魅せられて移住した若山牧水をはじめ多くの文人にゆかりがあり、千本浜公園には記念碑や歌碑があります。

★沼津観光協会 ☎ 055-964-1300
http://www.numazu-mirai.com/
写真提供／沼津市商工観光課

28番札所

成相寺（なりあいじ）

29番札所

松尾寺（まつのおでら）

二十七番札所の播州書写山（ばんしゅうしょしゃざん）を下り、一路日本海をめざす今回の旅は、日本三景の天橋立を望む成相山（なりあいさん）成相寺と、舞鶴市の東端、京都と福井の府県境に位置する山寺の青葉山（あおばさん）松尾寺を巡ります。

室町時代に焼失、400年ぶりに復元された成相寺五重塔

成相寺

■天下に知られた景勝地「天橋立」を望む古刹

松島、宮島とともに古くから親しまれてきた日本三景の天橋立を眺望できる成相寺は、丹後半島は成相山の中腹に建ち、西国札所の中でも最も北端に位置します。

慶雲元（704）年、文武天皇の勅願により、真応上人（しんのうしょうにん）が建立し聖観音を安置したのが始まりで、往時は阿弥陀堂、薬師堂などを控えた大寺院でしたが、兵火や雷火に遭い、多くの堂宇を焼失し現在の本堂は江戸中期に再建されました。

■必ず願い事が成り合う庶民信仰の寺

「今昔物語」に次のような霊験譚がのってい

若狭富士とも呼ばれる美しい青葉山中腹にある松尾寺本堂

入母屋造りの本堂。正面に千鳥破風、向拝に唐破風が施されています

徳川家光時代に農民が雨乞いを祈願して作らせた左甚五郎作の「真向の龍」

鋳造中の悲話を秘め、以来つかれたことがない伝説の「撞かずの鐘」

成相山展望台から天橋立をのぞむ「股のぞき」

ます。一人の僧が冬の間この寺に籠って修行中の事、ついに食料も底をついてしまいました。死を予感した僧が観音様に祈ると、傷ついた鹿が堂の外に倒れているのを見つけ、肉食は仏の道に反する行いですが、鹿の腿肉を削ぎ取って鍋で煮て食べてしまいます。やがて雪も溶け心配した里人が堂を訪れると、鍋の中には木屑のようなものがあるだけです。驚いた僧が本尊を振り返ると、仏像の股が切り取られているのに気づき、自分が食べた肉はご本尊の腿肉であったことを悟り、自らの罪深さに一心に経を唱えると欠けた部分に木屑が収まり、元に戻ります。こうして仏像が元通りに成り合ったので「成合寺」、さらに転じて「成相寺」と名付けられたと伝えられます。以来、願い事が必ず成り合う寺として今日に至っています。

松尾寺

■渡来僧の威光上人が創建の山寺

福井県側から望見すると、東西に並び立つ双峰がひとつに重なり「若狭富士」とも呼ばれる秀麗な山容を見せる青葉山。しかし一方で、かつては火炎を吐き出し、日本海へその噴流を注いで壮絶な水煙を上げていた死火山としての一

松尾寺は西国霊場の札所で唯一、本尊が馬頭観世音菩薩です。写真は本尊お前立馬頭観世音像

宝形造りの珍しい松尾寺本堂。台石は溶岩

納経所のある本坊前の池

5月8日の花祭に奉納される珍しい仏舞

京都府と福井県境にそびえ、若狭富士とも呼ばれる青葉山(参道入口からのぞむ)

面を持ち、早くから修験道の行場として人々の魂を清めた地でもありました。

この山を眺めた唐僧、威光上人が祖国の霊峰馬耳山を思い出し、中腹の松の木の下で読経を唱えると馬頭観音が現れたといわれます。和銅元（708）年、ここに草庵を結んだのが松尾寺の起こりです。寺号は松の大樹にちなむものです。

■西国札所唯一の馬頭観音

寺伝によると、青葉山の山麓に住む春日為光という漁師が、遭難した海で流木に姿を変えた馬頭観音に助けられたとう話も残っています。本尊は為光が刻んだものとされ、その胎内に威光上人が刻んだ像が収められているといわれています。

頭上に馬を載せていることから、畜産の発展や交通安全を願う人々、あるいは競馬関係者の信仰を多く集めています。

また、毎年5月8日の花祭に奉納される仏舞は、6人の舞人が大日、阿弥陀、釈迦の三如来像の面を付け、越天楽にあわせて優雅に舞踊ります。

心旅 周辺ガイド

MIYAZU
MAIZURU

●成相瓢箪

瓢箪(ひょうたん)は家族の厄よけとして縁起が良く、運を招き入れ、無病息災のお守りとして幸せを与えてくれると言われます。成相寺の御宝印入りの地元特産の瓢箪です。成相みやげ物店　千成　裏参道(車道)沿い　☎0772-27-1333

●知恵の輪灯籠

知恵の文殊さんと親しまれている智恩寺境内にあり古来、舟航の安全に備えた輪灯籠なのですが、輪をくぐり抜けた者は知恵を授かる御利益があるといわれています。

●国指定重文・旧三上家住宅

城下町として栄えた宮津には、旧家などが多く残り、三上家住宅は江戸時代の商家で、外観は漆喰の壁で覆われ座視鑑賞の庭園も見事です。☎0772-22-7529　9時～17時

●赤れんが博物館

れんがをテーマとした世界に類のない博物館。建物は旧海軍の魚形水雷庫として明治36年に建てられ現存する鉄骨れんが造りでは日本最古。☎0773-66-1095　9時～17時

●引揚記念館・引揚記念公園

「岸壁の母」の歌とともに全国に知られる引き揚げのまち舞鶴。記念館に展示されている貴重な資料は、訪れる人々に平和の尊さを語りかけます。☎0773-68-0836

天橋立観光協会　☎0772-22-0670
http://www.amanohashidate.jp
舞鶴観光協会　☎0773-66-1024
http://www.maizuru-kanko.net/

●成相山「成相寺」

京都府宮津市字成相寺339☎0772-27-0018■入山料500円■御詠歌　波の音松のひびきも成相の風ふきわたす天の橋立■交通　北近畿タンゴ鉄道天橋立駅下車、観光船12分、ケーブルカー4分、登山バス6分■拝観8時～17時

●青葉山「松尾寺」

京都府舞鶴市松尾532　☎0773-62-2900■入山無料■御詠歌　そのかみは幾世経ぬらん便りをば千歳もここに松の尾の寺■交通　JR小浜線松尾寺駅下車、徒歩50分。または、駅前で回送タクシーを申し込み8分■拝観8時～17時

弓道に捧げる第二の人生

太田　郁次さん（76歳）＜君津市＞

新日本製鐵㈱君津製鐵所退職直後の昭和61年春、清和短大附属高校に請われて弓道部の講師に就任。以来18年、同校のほか県立木更津高校、同天羽高校の弓道師範として指導に当たっています。

「学校弓道は体育的効果と徳育的な効果がある」と太田さん。その一つが知的発達に役立つ集中力を養い、もう一つは先輩・後輩の良好な関係を築く効果です。

弓道は心と技の鍛錬に重点を置いたスポーツともいわれます。「単に的を狙い射当てるだけでなく、心の正しさを求める行です」と。昭和3年生まれの太田さんは、36歳の同40年2月に君津製鐵所の第一陣として赴任。早速社内に弓道部を立ち上げ、当時君津町役場の弓道場を借りて一緒に練習しました。持ち前の行動力と誰からも好かれる人柄が買われ、5年後に君津弓友会を創設。同48年5段に昇格。退職前の60年に教師の資格が与えられる錬士に合格し、清和短大付属高校へ誘われました。

高校での指導は1回約1時間で、1校に週2日ずつの合計6日間。そのほか週4日間、午前中に市体育館の弓道場で弓を引きます。約2時間で20本の矢を、静かに呼吸を整え姿勢を正して28m先の的を狙います。

なかなかの粋人で、革工芸、七宝焼、銅工芸、甲冑作り、生け花と、いずれも玄人はだし。甲冑作りは、君津市教育委員会の依頼で公民館講座の講師を勤め、講座終了後に生徒が自主的に運営するサークル活動の指導も行っています。秋の久留里城まつりでは、生徒が手作りの甲冑を身に着けて武者行列に参加します。

現在、全日本弓道連盟名誉会員、君津市弓道会参与を務めています。弓号は紫香

●病をふせぐ●

老人性うつ病

―心当たりありませんか？―

(社)千葉県医師会編集広報委員・(医)社団直樹会磯ヶ谷病院　木村　直人

協力・(社)千葉県医師会

さまざまな身体的症状も、うつ病のサイン

うつ病は単に気が沈む、暗くなる、元気がなくなるといっただけの病気ではありません。たとえば、頭痛、頭重感、めまい、かすみ目、耳鳴り、のどの渇き、味覚がおかしくなった、肩こり、胸部圧迫感、動悸、息切れ、胃のもたれ感、腹部膨満感、頻尿、排尿困難、手足のしびれ、冷感、関節痛、手足の痛み、睡眠障害、疲労感、倦怠感など、さまざまな身体的症状が出ることがあります。このため精神科ではなく、ほかの科にかかっている場合が多いのです。特別な異常はないと言われたり、なかなか良くならなかった場合は、精神科を受診してみる必要があるかもしれません。

ストレスが多い環境に身をおく高齢者

うつ病は10人に1人はかかると言われているほど、よくかかる一般的な病気です。特に高齢者の場合は、配偶者や親友など自分にとってかけがえのない人を失ってしまったり、親子や嫁姑などの家族関係のこじれ、仕事を失ったり、身体の衰えなど、うつ病の原因となるストレスが多いといえます。また、うつ病は記憶力や思考力を悪くするため、痴呆症と間違われていることも多いです。

うつ病も早期発見、早期治療が大事

うつ病は「心の風邪」と言われているほど、誰もがかかる病気です。そして、比較的治りやすい病気です。しかし、風邪をこじらせると肺炎となり治りづらくなるのと同様に、うつ病もこじらせると治りづらくなります。早期発見、早期治療が必要です。うつ病かと思ったときには、早めに精神科にかかる必要があるでしょう。

●このような症状が長びくような場合は、うつ病を疑ってみる必要があります。

- ■イライラすることが多くなったり、怒りっぽくなった。
- ■アルコールの量が増えた。
- ■物事に集中できず、ボーッとしてしまう。
- ■喜怒哀楽の感情が乏しくなり、感動できなくなった。
- ■テレビを見ていてもおもしろく感じない。
- ■趣味やスポーツを楽しむ気になれない。
- ■食事や遊びに誘われても、その気になれない。
- ■人に会いたくない。
- ■電話にでる気になれない。
- ■好きだった食べ物をおいしいと感じなくなった。
- ■何か食べたり、飲んだりしていないと、落ち着かない。
- ■動作が鈍くなった。
- ■笑わなくなった。
- ■ため息をつくことが多くなった。
- ■身なりを気にしなくなった。
- ■声が小さくなった。
- ■物事を判断することができない。
- ■朝、すっきりと起きられない。
- ■何でもないことでも涙が出てきてしまう。
- ■自分は他人に迷惑をかけている気がしてしまう。
- ■夕方になると楽になるが、朝は調子が悪い。
- ■寝言で突然、大声を出す。
- ■不安や焦燥感があり、じっとしていられない。

ちばのいい話

関根13世名人記念館

偉業留める近代将棋の父

野田市「いちいのホール」（旧関宿町役場）5階に13世名人関根金次郎の記念館がオープンし、将棋ファンの注目を集めています。金次郎は1868（慶応4）年、東葛飾郡東宝珠花（現在の野田市東宝珠花）の生まれ。名人就任後は、340年間続いた世襲制、終身制を廃止し、選手権による実力名人制を制定。記念館には、愛用の将棋盤、駒や名人直筆の免状など、ゆかりの品や文献、写真が展示。対局室もあります。

お問い合わせ＝野田市関宿商工会☎04（7198）0161

【交通】東武野田線野田市駅から野田市「豆バス」北ルート、いちいのホール下車徒歩1分

【開館時間】展示室午前9時～午後5時　対局室午前9時～午後9時

【休館】火曜日（祝日の場合を除く）、年末年始（12月29日～1月3日）

記念館内部。近くに生家や記念碑・墓があります

甦った土太郎の滝

地元住民が周辺整備

かつて大亀やウナギ、妖怪までもが住んでいたと言われ、子どもたちの歓声で包まれた伝説の滝が復活しました。小湊鉄道里見駅の裏手から約2㎞、砂利採取場の途切れた市原市万田野の山中に水を満々とたたえる「土太郎の滝」がそれ。同市飯給生まれの松本靖彦・市体協専務理事らの呼びかけに地元住民や学校長、生徒ら10数人が集まり、約2週間かけて荒れ放題だった竹藪や倒木を片付け、古タイヤやドラム缶など2tトラックに5台分のごみを回収。毎年4月29日のみどりの日に開かれるワンデーマーチ15㎞コースから、落差約15m、水を3段に落とす市内でも珍しい滝が望めるようになりました。松本さんら有志は看板を立てたり、定期的に滝を見回るなど、自然という地域の財産をごみで汚さないよう見守っています。

周辺住民や有志の協力で甦った土太郎の滝

戦争の記憶を後世へ

館山の赤山地下壕跡

近代史の中で東京防衛の一翼を担った館山市内には、貴重な戦争遺跡が多く残されています。特に重要な赤山地下壕跡（館山市宮城）は、市が平和学習に役立てるため調査・整備し、本年4月から公開しています。

延長約1.6㎞のうちの250mが見学コースとなっています。幅は3mほど。旧館山海軍航空隊が使った地下壕で、太平洋戦争末期に築かれたと考えられ、病院の施設などもあったという証言もありますが、関連の史料がまだほとんど発見されていません。今後、より詳しい調査・研究が期待されます。

赤山地下壕跡入口。壕内は照明やインターホンがつけられています

開壕時間　4月～11月 10:00～16:00（受付15:30まで）12月～3月 10:00～15:00（受付14:30まで）
休 壕 日　第3火曜日（休日の場合はその翌日）、12／29～1／3
交　　通　JR館山駅からバス約10分、宮城バス停下車徒歩約3分
★入壕の際は豊津ホールで受付。見学無料。小学生以下は付添人が必要。
お問い合わせ　豊津ホール☎0470-24-1911　館山市教育委員会生涯学習課☎0470-22-3698

里帰りした仁王像

国分寺金剛力士立像

解体修理を終えた市原市・国分寺の金剛力士立像（仁王像）2体が9月末日、7か月ぶりに里帰りし山門に納められました。

修理は3月3日から、市文化財審議委員で慶応大学名誉教授・紺野敏文氏の指導を受け、東京都台東区の修理仏師・石井幹男氏の手で行われました。紺野氏の調査によると、阿形像の制作年代は当初考えられていた鎌倉時代よりも新しい南北朝時代（1333～92）であることが判明しました。吽形像は、台座に残された墨書から江戸時代後期の寛政年間（1789～1801）に作られたことが明らかになりました。仁王像の由来については、お寺に伝承がないので不明です。

【交通】JR五井駅から国分寺台行き小湊鉄道バス市役所下車徒歩約5分。

修理後の金剛力士立像がおさまる国分寺の仁王門

早期がん発見に朗報

世界初の血液検査方法

早期がん発見の臨床研究を始めた千葉大学医学部

千葉大学医学部は今春から、県内4医療機関で血液検査による早期がん発見の臨床研究を始めました。発見が難しいとされる早期がんを、抗体を用いて検査する世界初の検査方法です。同大医学研究院先端応用外科では「発見率を70～80％程度までに高める重要な臨床研究で、ほとんどの種類のがん発見が可能です」。検査を受診できる医療機関は次の4か所。千葉市の亀田総合病院附属幕張クリニック☎043(296)2711、最成病院ヘルスケアセンター☎043(257)8111、長洲柏戸クリニック☎043(221)5566、船橋市の高良消化器内科クリニック☎047(426)1335。

検査料金は3千～5千円。希望者から約5mlの血液を採取し、2～3週間で結果が判明します。

2品に県奨励賞

観光みやげ品開発事業

第1回観光みやげ品開発事業奨励賞に㈱房洋堂「どら焼三彩」と日本サーナ㈱「植物グルメ味彩（あじさい）クッキー」が選ばれ、奨励賞及び奨励金50万円が授与されました。

15年度観光みやげ品開発事業奨励賞に輝いた2品。上／どら焼三彩。右／植物グルメ味彩クッキー

同事業は、千葉県を代表するみやげ品を開発し、観光の振興と経済の活性化を図るため平成15年に始まった県の事業で、菓子、水産加工品、民芸など7企業8開発品が出品。市場性、独自性、千葉らしさ、実現の可能性などが審査されました。「どら焼三彩」は県産の落花生、びわ、大納言入りの3種類の詰め合わせ。「味彩クッキー」はブルーベリーなど9種類の植物からの抽出エキスを使ったクッキーセット。2回目の今年度審査会は平成17年1月下旬。

お問い合わせ＝県観光コンベンション課☎043(223)2419

税理士が個別にお応えします

京葉銀行の 税務相談会 をご利用ください

実施店	実施日	時間	お問い合わせ先
本店営業部	毎月18日	10:00～15:00	043-222-2121
柏ローンプラザ	毎月第2金曜日		04-7163-7272
船橋駅前支店	毎月8日		047-422-5501
本八幡支店	毎月16日		047-378-2511

★ 税務相談会は予約制となっておりますので、参加ご希望の方は実施店の窓口、またはお電話でお問い合わせください。

★ 実施日が銀行休業日の場合は、翌営業日に実施いたします。

ちばの

THE FIRST STORY IN CHIBA

清澄寺の寺領として厚く保護されてきた妙見山のスギの人工林

日本最古のスギの人工林

名刹清澄寺をいだく妙見山（標高377m）

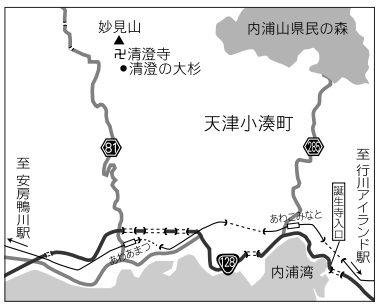
房総丘陵の一角、天津小湊町清澄の妙見山のスギ林は15世紀末に植えられたと伝えられ、学術的な調査研究が行われた範囲内では日本最古のスギの人工林であると推察されています。

1983（昭和58）年東京大学大学院附属演習林の調査によると、その森林面積は約3ha。山頂に近い標高315mから山頂までの間にスギの超高齢林があり、伐採された上層木の跡に逐次下層木が植えられています。上層木は、今から400年以上前に数十年の期間にわたり順次植えられたものと推定されています。

上層木は合計で301本。このうちスギの老齢大径木が255本でトップ。モミは5本。広葉樹が41本。広葉樹の内訳はアカガシ25本、スダジイ7本、シロダモ3本、ケヤキ3本、その他。スギの老齢大径木のうち健全木は27・5％の70本。同地域が台風の通過地点であることを考えると、数百年にわたって被害を受けずに生育していることの方が稀。一帯は鳥獣保護区域であり、ニホンジカ、ニホンザル、リス、キジ、カワセミなど、多くの動物が確認されています。

妙見山の山懐にある清澄寺は、寺伝によると771（宝亀2）年に小堂が営まれ開山しました。鎌倉仏教の偉人日蓮は1222（承久4）年、同小湊の生まれ。1233（天福元）年5月12日、12歳のときに清澄寺に入り道善法師に師事。16歳で出家得度し、各宗派の奥義を学んだ後の1253（建長5）年4月28日、32歳のときに帰山しました。

【交通】JR安房天津駅から清澄温泉行き路線バス18分、清澄寺下車。鴨川日東バス☎0470（92）1234



清澄寺の境内にそびえるスギの霊木。樹齢は不明。根回り約17.5m、目通り約14m、樹高約47m。国指定天然記念物

飯沼観音境内に埋められた70㎝角の原標石。平成11年に柵と説明板を設置

いちばん物語 Vol.8

わが国初の水準原標石

研究会設立で保存と文化的まちおこし

銚子市・飯沼観音の境内に設置された「水準原標石」は、日本で最初の河川測量に使った基点で、その意義やオランダ人技師の功績などが地元有志ほかの研究会で少しずつ解明されています。

日本政府の招きで来日した技師アイザック・アンネ・リンドは1872（明治5）年12月、調査の結果、銚子市飯沼観音境内に水準原標石を設置。これを水準測量の零点と定めました。同じく利根川、新利根川、江戸川に設けた11か所の量水標と飯沼原標石との差を調べ、各所の高低を測定しました。リンドは、洪水などで失われた場合でも再現できるよう、永久測点として「水準原標石」を飯沼観音境内に埋め込みました。

銚子リンド研究会（仲田博史会長）によると原標石設置の意義は3つ。1つは近代的な測量技術を日本にもたらした点。2つ目は原標石を基点として利用水系の水準原点を定め、水位観測や標高測定を経て河川計画作成の手順を確立した点。3つ目が、現在の日本水準原点（東京都千代田区永田町1の1の1）設置へと受け継がれた点です。

02年11月、研究会は土木技師リンドの多大な功績を理解し、郷土の歴史遺産である原標石の保存および周知徹底を目的として設立。04年2月、日蘭友好に尽くし表彰されたドキュメンタリー映画作家で監督のルイ・ファン・ハステレン氏の授賞式に招かれ、有志3人はリンドの調査研究を兼ねてオランダ・ハーグ市を訪問。今後はリンド顕彰碑の建設、レリーフの展示、リンドを描いたハステレン監督の映画上映などを計画しています。

お問い合わせ＝銚子リンド研究会・仲田博史会長☎0479(25)2511

オランダ・ハーグ市を訪問した際、明治時代の銚子に大きな足跡を残したオランダ人技師リンドの墓を参拝

オープンカレッジ　俳句

◆選・指導　名取　里美（俳人）

寒雀吹きだまり人着ぶくれて

安房郡千倉町　鈴木　祈與

冬の情景のおもしろい切り取り方の作品です。日常、見過ごされている情景をお上手に俳句にまとめられました。雀と人がこんなにしゃれた作品になるのですね。このままで良いと思いますが、「人」をご自身にしても実感がこもるかもしれません。

《添削例》寒雀吹きだまり我着ぶくれて

ひと雨に山のふくらみもの芽萌ゆ

千葉市　進藤　道子

春の山は刻一刻に変化してゆきます。雨上がりの山にふくらみを感じられた作者の感性に拍手です。「ものの芽」という季語は、それだけで萌えていることをいうので省略してみます。

《添削例》ひと雨に山のふくらむ物芽かな

和らかき日差しに芽吹く猫柳

東金市　石田　要

素直な作品です。作者のそのときのお心持ちが、伝わってまいります。「和らかき」を「やはらかき」に変えてみてはいかがでしょう。平仮名の方がもっとやわらかく感じられると思います。俳句は短いので表記にもこだわってゆきます。

《添削例》やはらかき日差しに芽吹く猫柳

囀を両岸に抱き利根ひかる

印旛郡栄町　五十嵐　三郎

囀（さえずり）のあがる利根川を生き生きと詠まれた作品です。囀を抱きという擬人法も成功しています。一句の中で切れがやや弱いので、切字を使ってみてはいかがでしょう。

《添削例》利根川の囀抱き光りけり

陽のぬくみ背にほのかなる蓬摘む

市原市　髙澤　省三

蓬（よもぎ）摘みで屈んでいらっしゃったのでしょう。日に暖まった背中。ほのかなのがうれしいひとときです。少しことばをととのえて、次のようにすっきりさせてみました。動詞をなくすことで簡潔して調べがさらに良くなります。

《添削例》日の背（せな）のほのかなぬくみ蓬摘み

惜しみなく風に吹かれて散る桜

柏市　吉田　和夫

散ってゆく花びら。「惜しみなく風に吹かれて」が作者の発見であり手柄です。桜の花のはかなさというより堂々とした桜の散り際の潔さが詠まれている立派な作品です。このままでも良いのですが、「吹かれて」の「て」が少し説明的でお気になるようでしたら、次のような書き方もあります。

《添削例》惜しみなく風に吹かるる桜ちる

明けくるや雀寄り添う柿若葉

船橋市　笹川　一夫

春の夜明け。鳥は早起きですから明け方から活動を始めます。作者は朝焼の寄り添う雀を発見されました。ほほえましい雀ですね。柿若葉のやわらかな緑もまぶしい朝です。「明けくるや」で切ると、一句の中で二回切れてしまうので次のようにしてはいかがでしょうか。

《添削例》朝焼の雀寄りそふ柿若葉

兄の影重り灯る盆提灯

市川市　瀧口　八重子

微妙なところを詠まれている作品です。盆提灯か何かのあかりに照らされたお兄さまの影が別の盆提灯に映りつつ、その提灯は灯っているという状況だと思います。作者の静かな感動が伝わってまいります。このままでも良いと思いますが、「灯る」を消しても灯のついた盆提灯は想像できます。

《添削例》兄の影あはく重なる盆提灯

オープンカレッジ　短歌

◆選・指導　秋葉　四郎（歌人）

めぐり合い生きていそとせ傍らの
君すこやかに古稀の日を踏む

佐倉市　岡　皎

長く連れ合った身近な「君」が元気に古稀を迎えたことを喜んでいる歌。感謝の思いも余情として出ているのがよい。

《添削例》めぐり合い生きていくとせ傍らの
君すこやかに古稀を迎える

ゆっくりと木道（もくどう）歩く尾瀬ケ原
池塘（ちとう）の水辺水芭蕉咲く

市原市　秋田　吉衛

水芭蕉の咲く尾瀬ケ原を歩いているところ。光も空気もさわやかなその景観にどっぷりとひたり、作者は十分に満足をしている。その感じがよく出ている。

《添削例》ゆっくりと木道歩く尾瀬ケ原
池塘のめぐり水芭蕉咲く

戦争を知らぬ孫は我れ出征（しゅっせい）し
こと聞きまとめ作文を書く

船橋市　石井　政克

おそらく学校の課題として出されたのだろう。家族のうちの戦争体験を孫が作文に書いているところに重い意味がある。祖父である作者の単純ならぬ心境も窺える。

《添削例》戦争を知らざる孫がわが出征（しゅっせい）
つぶさに聞きて作文を書く

裸木は鼓動するらし天をつく
銀杏の古木浮き立ちて見ゆ

館山市　石原　稜子

黄色の葉を潔く落とした冬木の銀杏には不思議な感じが伴う。それを「鼓動して」「浮き立つ」と見ているのは感受するどい。

《添削例》裸木は鼓動するらし朝空に
銀杏の古木浮き立ちて見ゆ

里山の麓の家に灯のともり
翳むらさきに暮れてゆくなり

鴨川市　小原　秀子

里山の麓の村落の感じが的確に表現されていて、懐かしい風景でもある。「翳（かげ）むらさき」は感覚的な把握で悪くないが、やや細かくもなる。

《添削例》里山の麓の家は灯のともり
辺りむらさきに暮れてゆくなり

振りこみは年金のみのわが暮らし
師走の町にジャンボくじ買ふ

茂原市　河野　ひさ江

多少ためらいながらも、夢に投資するところ。こう言って、多くの人に共通する人情の機微が捉えられ、この一首、特に共感をよぶ。

《添削例》年金を受けるのみなるわが暮らし
師走の町にジャンボくじ買ふ

久々に紅き山茶花しるべとし
馥郁（ふくいく）香る垣根添いゆく

千葉市　橋本　笑子

かつても赤い山茶花を道しるべとして訪ねていた人を久々にまた訪ねるところ。標（しるべ）とするのが「紅き山茶花」だというところに豊かな心の交流が暗示されている。「馥郁」はやや言い過ぎ。

《添削例》久々に紅き山茶花しるべとし
その香漂う垣に添いゆく

赤々と沈む夕陽に真向いて
心静かに保ちてありぬ

白井市　関　恵司

一日の終わりを心静かに迎えているところ。こういう時人はだれでも敬虔になる。その感じがシンプルに率直に出ている。

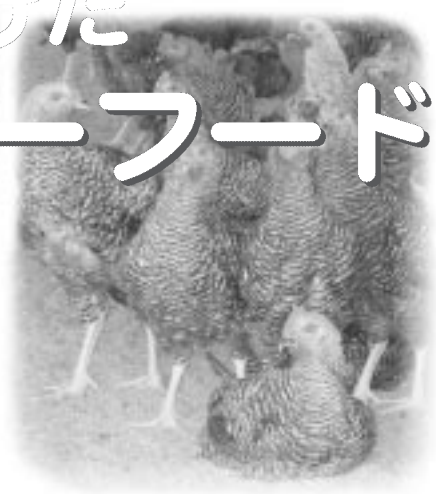
《添削例》赤々と沈む夕陽に真向いて
心静かに保ちわが立つ

※6月30日までに到着したものの中から掲載しました。
次回の締め切りは平成16年12月31日です。

ちばで見つけたスローフード

各地に広がるスローフード

1989年にイタリア北部の町で設立されたスローフード協会の活動は今やヨーロッパをはじめ世界中に広がっています。スローフードの運動は地域に根づいた伝統的な食べ方や食材・加工品を守り、バラエティに富んだ食文化を守り継いでいこうという理念に基づいています。食の安全への関心が高まる中で、国内でも伝統的な日本食や農法を見直したり、かつて栽培されていた野菜の品種を復活させたりする活動がみられます。スローフード協会の支部も日本各地に32団体に増え、今年6月には国内の団体をまとめる組織「スローフード・ジャパン」が発足しました。



「ちばのふるさと料理」を紹介

県内にはまだスローフード協会の支部はありませんが、地場産業を推進し、豊かな食文化を守ろうとするスローフードの理念と重なるさまざまな活動が始っています。

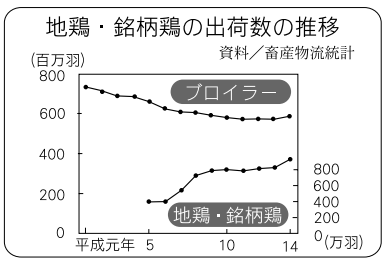
今年3月から、県庁のホームページでは落花生やサツマイモといった県内の農水産物を使った伝統的料理などのメニューを「ちばのふるさと料理」として紹介しています。子どもたちが農村や農業への理解を深めるための農業体験受入支援事業、食育ボランティアの育成・活動支援事業なども進められています。また、農業体験ツアーや地元農水産物を使った料理教室の開催、生産者と消費者の交流会など、スローフードの活動に呼応する動きは県内各地で多く見られます。

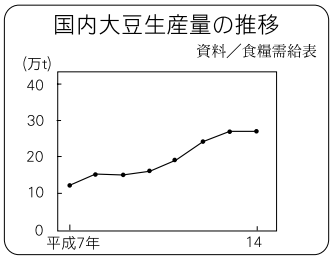
●「ちばのふるさと料理」ホームページ●
http://www.agri.pref.chiba.jp/
●近県のスローフード協会国内支部ホームページ●
「ニッポン東京スローフード協会」http://www.nt-slowfood.org

地域ブランドへの挑戦

地場産業の育成と食の多様化を目指して、新たな取り組みが見られる二つの農産物を紹介します。近年の豆乳ブームも後押しして国産大豆の生産量は増加しています。君津市は県内唯一の種子大豆生産地で、特に小糸川流域の小糸地区を中心に昔から育てられている「小糸在来」は、千葉県唯一の在来種(※1)といえるものです。品種改良の親豆としても利用されています。

また全国各地で地鶏(※2)・銘柄鶏の生産、普及が進んでいますが、平成10年に千葉県畜産総合研究センターで新たに改良されて誕生したのが千葉県の固有種「房総地どり」です。本格的な生産も4年目に入り、出荷も安定してきています。





※1 在来種　ある地方で永年飼養または栽培され、その地方の風土に適応した動植物の品種。
※2 地鶏　①在来種の血が半分以上入っていること。②平飼で1m²当たり10羽以下で飼育されていること。③飼育期間が80日以上であることなどとJAS法で規定されている。
※3 ブロイラー　短期飼育、大量肥育による斉一化された鶏肉。

小糸在来 こいとざいらい

「小糸在来愛好クラブ」ほか

■目からウロコ！ 秋の枝豆

小糸在来は丹波黒と同じ晩生品種の大豆で、枝豆の収穫期は10月です。一般的にイメージされるのは夏の枝豆ですが、これは早生品種。その代表格が全国的に有名な山形県のダダチャマメで、しょ糖が多いため非常に甘味があります。これに対し小糸在来は、しょ糖は少ないもののデンプンが多いのが特徴で、茹でるとデンプンが分解されて甘味が増すという品種。丹波の黒豆に匹敵するその美味しさは地元ではよく知られています。

■お菓子で産地をPR

乾豆としての収穫は12月に入ってからです。小糸在来と全国的に広く栽培されている品種を比べると、タンパク質含有率は低いものの糖質含有量はトップクラス。煮豆はもちろん、きな粉にしても濃厚な甘さがあります。平成13年には君津市ふるさと産品として小糸在来を原料にしたお菓子も登場。「大豆工房」のブランド名で産地のPRに一役かっています。

子実成分の比較（乾物 %）

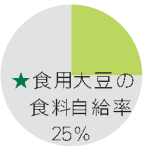
品種名	タンパク質	脂肪	糖質
小糸在来	37.9	18.0	28.7
タマホマレ	37.0	18.2	25.0
フクユタカ	42.9	16.5	24.5
タチナガハ	38.6	19.5	23.3

■地域の宝を守り伝える

これまで小糸在来は農家の自給用に栽培され自家製味噌が作られる程度でしたが、今年5月、小糸在来の生産振興のため畑作農家が集まり「小糸在来愛好クラブ」を設立。まずは枝豆の販路拡大と栽培技術の確立に向け取り組んでいます。

●大豆パワー！

大豆に含まれるイソフラボンは、「植物の女性ホルモン」といわれ、更年期障害や骨粗しょう症の軽減に効果があるとされています。



房総地どり ぼうそうぢどり

「旭愛農生産組合」

■うまみ成分が多く、引き締まった肉質

房総地どりは県内で唯一、旭愛農生産組合(旭市)で平成13年から生産されています。ブロイラー(※3)と比べイノシン酸などのうま味成分が多く含まれています。1平方m当たり6～8羽で飼養されるため十分な運動ができ、引き締まった肉質となります。出荷量は年間約2万羽です。ほとんどが冷凍品で流通します。現在、千葉市内のホテルで利用されているほか、県内の生協など販路も広がっています。

うまみ成分の比較 (mp/100g肉中)

もも肉	イノシン酸	アデノシン一酸	アデノシン二酸
房総地どり	152.7	5.89	5.78
ブロイラー	145.0	5.88	5.87

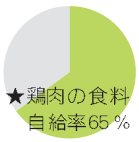
むね肉	イノシン酸	アデノシン一酸	アデノシン二酸
房総地どり	109.2	6.34	8.92
ブロイラー	81.7	6.03	3.77

■飼料用玄米や国産魚粉の飼料

千葉県畜産総合研究センターでふ化したヒヨコは同組合の生産農場で110日間飼育されます。この間、法律で定められたワクチン以外の抗生物質や抗菌剤を一切使わずに育てられます。飼料は非遺伝子組換品種のトウモロコシや地元旭市で生産される飼料用玄米、米糠、魚粉などが配合されています。

●鶏肉パワー！

鶏肉に含まれるアンセリンとカルノシンは活性酵素を解毒する成分で、糖尿病や高血圧などに効果があるといわれています。



小糸在来と房総地どりの煮物

材料 大豆……1カップ、鶏肉……150g、にんじん……中1本、こんにゃく……1／2枚、ハス……少々、油……大さじ1杯、砂糖……大さじ4杯、しょうゆ……大さじ4杯

作り方
①大豆は洗って3カップの水にひと晩浸しておく。
②鶏肉、人参、こんにゃく、ハスを1cm角に切る。
③油で②の材料をさっと炒めたら、大豆と調味料を入れる。さらに材料がかくれる程度まで水を加え、圧力鍋で煮る。豆が柔らかくなったら圧力鍋の蓋を変えて汁を煮つめる。

●小糸在来のお問い合わせ
JAきみつ営農部指導販売課 ☎0439-32-2581
●小糸在来の販売所
農産物直売所　なごみの里 君津　君津市大井126 ☎0439-32-5448
●お菓子などの加工品ブランド「大豆工房」のお問い合わせ
君津市商工観光課 ☎0439-56-1325　http://www.city.kimitsu.chiba.jp/
●房総地どりの販売所（冷凍品を宅配便で販売）
(株)千葉エーコープミート　千葉市稲毛区長沼原町656-3 ☎043-259-1700

勝浦灯台付近から眺めた八幡岬。太平洋の荒波が造る複雑な断崖の景観

外房屈指の観光地、勝浦の美しい景観は与謝野晶子や斎藤茂吉など多くの文人たちを魅了してきました。歌人・与謝野晶子は「上総の勝浦」という詩を残し、山と海とが織りなす美しさの中に「愛を見た」と絶賛しています。

海岸のにぎわいもひと段落のこの季節は、落ち着いた雰囲気の勝浦に出会えます。海の幸もゆっくり味わいたい方は、一泊して翌朝の朝市に出かけるのもお勧めです。起伏のあるコースは変化に富んでいてちょっとしたハイキングにぴったりです。

潮風に包まれて景勝地を巡る
八幡岬と温泉（スパ）ドームアクアパレス〈千葉県勝浦市〉

ＪＲ勝浦駅で下車し、国道２９７号線に出たら墨名（とな）交差点で国道１２８号線を横断します。二つ目の十字路から狭い路地を入っていき、つき当たりが高照寺です。境内の墓地を覆うように伸びたイチョウは県指定の天然記念物で、枝から多数の乳柱が下がっていることから「乳公孫樹」と呼ばれています。高照寺を出て路地を左へ。つき当たりを左折しすぐ右折します。しばらく進んでホテルの手前を右へ、南に向って登り坂になります。高台に出るとやがて官軍塚に着きます。さらに20分ほど歩くと八角形の勝浦灯台があります。この辺りから眺める日の出は、県内随一と言われています。

灯台を過ぎても左手には果てしない海の景色が続き、眼下の小さな浦からわき上がってくるような波音に癒されます。八幡岬までの車道は狭く蛇行しているので車に注意してください。トンネルをくぐった先が八幡岬公園です。園内は展望広場や自然散策路などがあります。雄大な眺めを楽しみながらゆっくりと休むことができます。下りは勝浦漁港を抜けて約40分ほどで温泉ドームアクアパレスに到着します。

〈モデルコース〉
ＪＲ勝浦駅→高照寺→官軍塚→勝浦灯台→八幡岬公園→温泉ドームアクアパレス　◎約２時間20分※見学、休憩時間を除く

※朝市は毎月1～15日は下町通りで、16日～月末は仲町通りで開催（次頁地図参照）。午前6時30分～午前11時頃。毎週水曜休み。

高照寺の乳公孫樹。樹齢は定かではありませんが根回りは約10mもあります

海抜70mのひらめケ丘に立つ勝浦灯台。（灯台の見学はできません）

温泉ドーム アクアパレス

ホテル三日月にあるオーシャンスパリゾート。水着をつけて屋内・屋外の40種類以上のスパメニューを楽しめます。

◆泉　　質／ナトリウム―塩化物炭酸水素温泉
◆効　　能／神経痛、筋肉痛、関節痛、冷え性
◆入 館 料／平日　大人1,575円、子ども840円
　　土・日・祝日　大人1,890円、子ども1,050円
◆営業時間／10:00～22:00(年中無休)　★「トワイライトサービス」18時以降の入館は大人1,050円、子ども735円
※ホテル宿泊の方は無料(宿泊当日)
ホテル三日月　☎0470-73-1111　http://www.mikazuki.co.jp

八幡岬公園内にある勝浦城址(上)と展望広場(右)

官軍塚。戊辰戦争末期、函館に向う官軍の船が勝浦沖で難破、多くの死者を供養するために建立

官軍塚のそばに立つ中村汀女の句碑(左)と斎藤茂吉の歌碑(右)

●電車の場合(往復約３時間・2,560円)
　千葉駅(JR外房線)→勝浦駅
●車の場合　館山自動車道・市原I.Cから国道297号線で約70分
〔お問い合わせ先〕
◆勝浦市観光協会　☎0470-73-7442　http://www.city.katsuura.chiba.jp

400年余りの歴史がある勝浦の朝市

笑いが一番、元気も一番

平均年齢78歳の「黒潮劇団」

（山武郡蓮沼村）

飛び入り参加の患者役を相手にユーモアたっぷり

得意の出し物「ある日の若梅医院の風景」。時には下ネタもまじり大爆笑

生き生きネットワーク 43

九十九里沿いの小さな村にお年寄りだけの「黒潮劇団」（若梅繁雄団長）が旗揚げしました。地元ではもちろん、山武郡内外の敬老会や演芸会に引っ張りだこ。8月2日、隣町の松尾町老人クラブ連合会主催の「芸能発表大会」にも招かれ、1時間余りの熱演に会場は大喝さい。

同劇団は蓮沼村老人クラブ16地区から1人ずつ選ばれた芸達者。団員は92歳の若梅団長を筆頭に、80代が8人、60～70代が7人の合計16人。老人たちが日々を楽しく元気に助け合って過ごすことを目的として設立されました。平均年齢78歳の日本でも珍しい劇団です。

出し物は、好評の「ある日の若梅医院の風景」「明治・大正・昭和・平成のファッションと時代の流れ」のほか、浪曲や新舞踊、民謡など多彩。「若梅医院の風景」では会場から患者を募り、若梅医師との当意即妙の受け答えが人気。演出者泣かせの展開に会場は笑いのうず。演出兼ディレクターを務める加藤泰子さん（単老連会長・78歳）は「筋書きどおりに終わったことは、一度もありません」と諦め顔。練習日は特定されておらず、気が向いたときに集まって茶を飲みながら芝居づくりの"ディスカッション"をします。「でも、そこがこの劇団のよいところ。喧嘩もするけど、舞台に立っているときが一番生き生きとしています」

11月中旬、幕張メッセで開かれる国民

地域はひとつ。老人会の交流は深く、多くが顔なじみ。銚子大漁節に合わせて踊りだす松尾町民

▲観衆の温かく絶大な拍手にこたえる劇団員たち

▶明治時代以降の各時代を的確に捉えたファッションショー

総勢16人のお年寄りだけの元気で若々しい黒潮劇団。公演の依頼が多く、団員の体調管理がひと苦労とか

健康保険中央会主催の大舞台に出演することが決定。「今度は台本があり」で、演目は新作「おじいちゃんのスイカ」です。出来栄えが大いに期待されます。

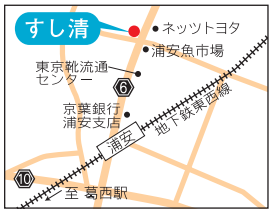
●生きの良さがうれしい店

「すし清」（浦安市）

天然の味、旬の味を大切にして32年。ネタに養殖ものを使わない、という頑固さが「すし清」の信頼を築いています。店主・大島清さん（57歳）は、他では味わうことができない季節感と新鮮さ、加えてカウンター越しの会話を重要視しています。旬の魚をさばき握りながら、仕込んだばかりの魚の産地やうんちくを披露する一方、お客さんの話に耳を傾けます。「それが店主の大事な仕事」と。家族連れなどリピーターの多さが評判の良さを物語っています。

人気の特上にぎりは全９品。大トロ、中トロ、天然白身のマコガレイ（秋はヒラメ）、車エビ、江戸前穴子、アワビ、ウニ、鉄火巻、自家製玉子に、アサリ（秋はシジミ）の椀が付いてお得な2,500円。季節でネタは変わります。

所 浦安市当代島2-1-1
☎047-351-1465
交 地下鉄東西線浦安駅から徒歩３分
営 12:00～15:00
17:00～23:00
休 毎週月曜日
席 カウンター10　テーブル4
P ２台
★本誌持参の方、季節の塩辛、モズク、自家製漬物から１品プレゼント



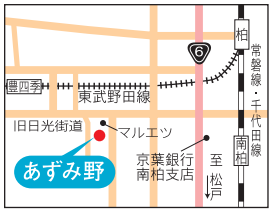
●季節料理と手打ちそばを味わう店

そば懐石「あずみ野」（流山市）

敷地面積約１千坪（３３００㎡）に建坪１２０坪（３９６㎡）の純和風の外観。全６室から中庭の木々を眺めながら季節の料理と手打ちそばに舌鼓。この静寂で至福の時間を満喫できる贅沢さが同店の自慢。20年前、オーナーの河野貞子さんが当時としては珍しい個人住宅を開放して開店したのが始まり。昼は「あずみの膳」（３６７５円）と「手毬懐石」（５２５０円）が人気。夜は懐石のみで５２５０円から１５７５０円。知る人ぞ知る食通の店。予約すれば安心。

人気の「手毬懐石」は先付、前菜、車エビなどの椀、お造り、魚の香り焼き、野菜の煮物、中皿など９品に、手打ちそばとデザート（大皿３種品）付き。
★本誌持参の方、１組につき1,000円分の商品券（同店専用）プレゼント

所 流山市野々下6-1041-2
☎04-7145-1222
交 JR南柏駅西口からタクシー５分、東武野田線豊四季駅から徒歩10分
営 11:30～15:00
17:30～21:30
休 年中無休（８月お盆、正月３が日除く）
席 ６部屋60～90人
P 約40台



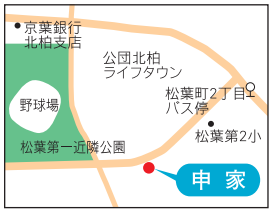
●美容効果の高い韓国料理

「申（しん）家（がね）」（柏市）

おすすめは、本場韓国でも人気ナンバーワンの鍋料理「カムジャタン」。じゃがいもと豚の背骨肉を20種類以上の調味料と野菜、薬草で２時間以上も煮込んだもの。柔らか肉と辛くてあっさりしたスープが特徴です。韓国直輸入の豆みそや朝鮮人参に加え、ヨモギやエゴマの葉、豆もやしなど、旨み成分がたっぷりのヘルシー料理。しかも豚の背骨肉にはコラーゲンが存分に含まれ、美容効果は絶大。仕上げは、残ったスープにご飯や麺などを入れて食べると美味。

日本人の舌に合わせ辛味は抑え目ですが、この辛さが発汗作用を促し健康に効果大。小さい鍋でも２、３人分あり2,300円。中で3,300円、大で4,300円、５人前の特大は5,300円。
★本誌持参の方はサワー１杯サービス

所 柏市松葉町2-28-1パインリーフ1F
☎04-7134-5925
交 JR北柏駅からライフタウン循環バス松葉町２丁目バス停下車　松葉第２小隣り
営 12:00～15:00
17:30～24:00
休 毎週月曜日（祝祭日の場合は翌日）
席 10卓40人　P 5台



※L.O＝ラストオーダー　※料金は総額表示（消費税を含んだ価格）となります。

●ハンバーグのおいしい町の洋食屋

「カウベル」（八千代市）

おすすめは女性に大人気のレディースランチセット。とろとろオムライス、手こねハンバーグ、ビーフシチューから1品、11種類のデザートから1品、木の子シチューパイ包み焼き、自家農園サラダ、ドリンクが付いて1344円。平日ランチは798円より。オーナーコックのいち押しは、山形県産黒毛和牛100%の手こねハンバーグ(924円)と、自家農園で収穫した無農薬野菜と肉をじっくり煮込んだとろとろビーフシチュー(1344円)。

黒毛和牛ステーキのオーダーカットも大好評。お好みの量で注文でき、1g13円65銭。無料送迎バス（8名以上）や通信カラオケも完備。★本誌持参の方、グループ全員にプチスイーツデザートメニューより1品プレゼント

所 八千代市高津東2-5-24
☎047-487-1100
交 京成八千代台駅西口から高津団地行きバス高津川バス停下車
営 11:00～23:00(L.O22:00)
休 毎週火曜日
席 72席
宴 2階宴会場8～80名（個室あり）
P 40台

●自家製ハーブが香るレストラン

素材料理「Duomo（ドゥオモ）」（山武郡大網白里町）

国道128号線沿いに目を引く南欧式外観の店。一番の人気は「日替りランチコース」（1575円～）で、オードブル、メイン、プチデザート、ドリンクが選べ、自家製の全粒粉パンもつきます。店舗隣の菜園で20種類近くのハーブや野菜を無農薬栽培し、青森から直送の魚貝類、津軽地鶏、卵など素材を厳選。オーナーシェフの安藤一志さんはイタリアンやフレンチを基本にしながら手作りにこだわり日々工夫を加え、良質な素材をより引き立たせています。

店舗のイメージはスペインのグラナダにあるアルハンブラ宮殿。八角形の大聖堂をモチーフにした店内。夜はパスタコース（2,100円～）、スペシャルコース（3,150円～）、ディナーコース（5,040円～）など。

所 山武郡大網白里町仏島137-3
☎0475-73-7222
交 JR大網駅から徒歩約15分
営 11:30～15:00（L.O14:30）
17:30～22:00（L.O21:00）
休 水曜日
席 56席
P 20台
宴 着席で40名様まで

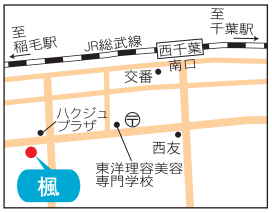
●自家製手作りあんのやさしさ

甘味処「楓」（千葉市）

開店から2年、地元の大学生や住民を中心に幅広い年齢層の支持を集めています。月替わりの生菓子と抹茶がセットで700円。10月は茨城産の栗を蒸して裏ごし茶巾絞りで仕上げた「栗ひろい」や鹿児島産の本蕨（わらび）粉を使った「本蕨餅」など、どれもかわいらしく上品な味わいです。小豆を水漬けせずにそのまま煮るので、豆の風味を生かしたあんができます。"脱サラ職人"の店主・石渡竜太さんは添加物を使わずに素材の風味を大切にしています。

シックな雰囲気の店構え。豊かな豆の風味を大切にするため店内は禁煙です。生菓子は毎朝手作りし、作りおきをしないため人気商品は午前中に売り切れてしまうことも。まとまった数の場合は、予約をお勧めします。

所 千葉市稲毛区緑町1-20-7
☎043-246-8118
http://www.ne.jp/asahi/wagashi/kaede/
交 JR西千葉駅から徒歩約3分
営 9:30～19:30※臨時製餡日（月に3、4日）は12:00～
休 水曜日 席 14席 P なし
★本誌持参または記事を見たと言っていただいた方にお干菓子「まどか」2粒サービス。(10/31まで)



休＝定休日　席＝席数・部屋数　宴＝団体の宴会・パーティー　P＝駐車場

※特に記載がない場合、サービス期間は平成16年10月1日～12月25日まで。

ゆとり―二〇〇四年・秋冬号―発行・編集＝京葉銀行／千葉市中央区富士見一―十一―十一 ☎043(222)2165 この情報誌に関するお問い合わせは、京葉銀行広報課までお願いいたします。●制作・㈱海潮社

BANK

京葉銀行

はじめてみませんか。

個人向け国債

個人の方のみを対象に誕生した「個人向け国債」。1万円からご購入いただける、お求めやすい国債です。
満期日の元本の償還や、半年ごとの利子のお支払いは、国が責任を持って行いますので安心です。

ATMでOK

- 京葉銀行では個人向け国債がATMでご購入いただけます。
  【ご注意】ATMでのご利用には、事前に窓口で「債券・定期口座通帳」を作成していただく必要があります。
- 発行から1年以上経過すればATMでの中途換金もできます。

■ ご利用時間　月～金（祝日を除く）9:00～16:00

国が発行するため安心です。

日本国政府が責任を持って発行しているため、発行体の信用リスクがなく、満期時の元本割れの不安がありません。元本（額面金額）は、満期時に国がお返しいたします。

1万円からご購入いただけます。

「個人向け国債」は、1万円から、1万円単位でご購入いただける10年満期の国債です。個人の方ならどなたでもご購入いただけます。

実勢金利を反映させます。

「個人向け国債」は、半年ごとに実勢金利に応じて金利を変動させる「変動金利制」を採用。算出した金利で、半年ごとの決まった期日にみなさまに支払われます。

※利率は「10年固定利付国債の金利−0.80%」にもとづき、半年ごとに見直されます。なお、利率の下限は0.05%となります。

ペイオフの対象となりません。

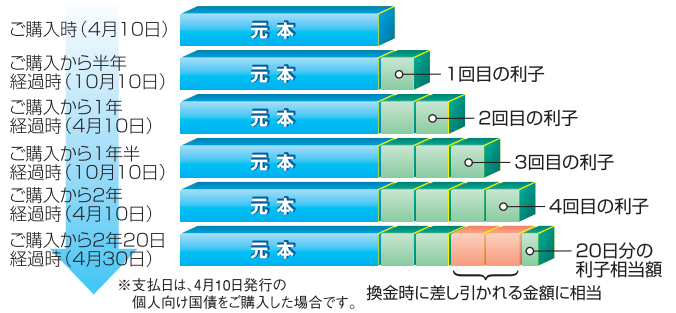
「個人向け国債」は、預金等とは異なり、ペイオフの対象となりません。

中途換金も可能です。

「個人向け国債」は、10年満期が基本ですが、発行から1年経過すれば、中途換金もできます。その場合は、中途換金調整額〔直近2回分の利子相当額（税引前）〕が差し引かれることになります。中途換金のお申込日より起算して4営業日目の受渡日に指定預金口座に入金されます。

※1年以内の換金はご本人様が死亡した場合に限ります。
※お申込日当日の現金によるお引出しはできません。
※利払月、償還月においては、支払停止期間があります。

4月10日発行の「個人向け国債」を、2年後の4月30日に中途換金した場合



※支払日は、4月10日発行の個人向け国債をご購入した場合です。

（「個人向け国債」は半年ごとに利子をお支払いするため、上記の図のようにご購入から2年20日後に中途換金した場合、【元本＋20日分の利子相当額－直近2回分の利子相当額（税引前）】を換金時にお支払いすることになります。）

京葉銀行でお買い求めいただけます。

「個人向け国債」は募集期間に京葉銀行で、ご購入いただけます。
ただし、残高が売り切れ次第終了いたしますのでご了承ください。
※毎年1月、4月、7月、10月の10日に発行されます。くわしくは、窓口におたずねください。

債券口座管理手数料について

債券口座管理手数料として1カ月105円（消費税込）がかかります。なお、お客様のお取引に応じたポイントなどによって手数料が無料となるサービスがあります。くわしくは、窓口でおたずねください。

京葉銀行では各店ごとの資産運用相談会を開催しています。

平成16年10月1日現在

＜お問い合わせ＞ 京葉銀行 ダイレクトサービスセンター 0120-46-0852（通話料無料）
受付時間AM9:00～PM5:00（土・日・祝日を除きます）