

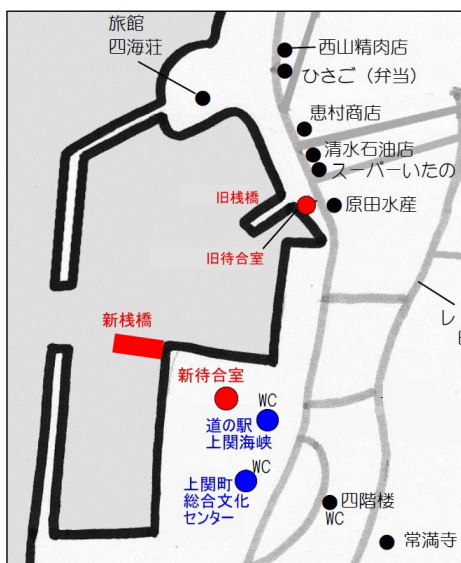
いわいしま通信

室津の定期船発着場が変わりました

上関町室津にある「道の駅 上関海峡」の海側の埋め立て地に、浮き橋と待合所が新しく建造され、2020年1月21日（火）から、新しい定期船発着場の運用が開始されました。

古い待合所は、とても狭くて3～4人しか建物の中に入れませんでしたし、荷物室もありませんでしたので、特に雨の日などは大変不便な思いをしましたが、新しい待合所は十分な広さの待合室と荷物室がありますので、祝島航路や八島航路の定期船を待つ時間が快適に過ごせると思います。キップ売り場は待合所内にあります。無料駐車場もすぐ近くにあります。

なお、トイレは待合所のすぐ裏にある道の駅のトイレが24時間利用できるため、待合所内には備えられていません。



室津の定期船発着場付近の地図



新しい待合所



新しい浮き桟橋



待合室の中



待合所のすぐ前が駐車場です

目次

室津の定期船発着場	1
祝島・記憶の玉手箱	2
会員リレーコラム	4
ここは僕らのアイランド	5
全推連総会	6
カムバック祝島!	7
映画『地理学者と島』	7
千客万来	8
絵つき一覧覧会	9
健康食品研究会・びわ茶	10
祝島自由律俳句	11
2020年版祝島カレンダー	11
お知らせ&募集	12
編集後記	12



「祝島物語」 画・大井しげる

<連載> 祝島・記憶の玉手箱(20)

～祝島尋常高等小学校の思い出～

語り部:きぬちゃん

島のお年寄りに、毎回違うテーマで昔の祝島の様子を話していただく「祝島・記憶の玉手箱」シリーズ。今回は、きぬちゃん(89歳)が、小学生時代の思い出話をしてくれました。昭和初期の学校生活は、どんな感じだったのでしょうか？

司会:今日は小学校時代のお話を聞かせてください。よろしくをお願いします。

きぬちゃん:わしらが組は、男より女子の方が強かったんよ。女子はおてんばばかりでねえ、男は頭が良うてねえ。えべすの店があらあ、あそこのじいさんやらが同級じゃった。親も頭がえいじゃあ、漁協の事務員やろせよったけえ。わしらあがなあ、親がみな百姓やろ、漁師やろじゃけに、賢いのはおらんいね。

司会:そんなこともないでしょう。

きぬちゃん:ほいじゃが、昔もよかったんよ。皆、こうやって集まるじゃあ。宿題やろする折りにゃあ、みな集まって。テストがあったといて、先生が居ったといて、「何言うて書くんかの」言うて、見ちゃあ書きよったんよ。

司会:あはは。

きぬちゃん:ほいて、一人じいさまがおったの、歴史を教えよったの。字を書くのが上手でねえ。説明はせんよ。「級、読んで。副、読んで」言うて他の者にゃあ読ませんよ。級は級長、副は副級長いね。



(校學小島祝)

昭和9年に完成した祝島尋常高等小学校の校舎

ずーっと習う間。その先生は、わしらあ馬鹿じゃけえ、当ててもよう読まん思うちよったんじゃろねえ。そいて、えべすのじいさんやろ同級じゃけえね。酒井のかんずーやろ、ありゃあ上がみな勉強がようできたけえ。わたしらあは親が教えるどころじゃあないいねえ、百姓じゃけえ。そういちゃああんたあ、先生より生徒の方が賢い時もあっちゃあねえ。女学校を卒業したばかりの先生が、髪を2つにしばったのが来よったんじゃけえ。そいて、歴史を教えよったじいさまが、歴史じゃけえ、何天皇いうちゃあ書あたら難しいじゃあ。

司会:そうですね。

きぬちゃん:ほいでも、説明せんよ。そりよお、あんたあ黒板にずーっと書いて写させるんじゃあ。黒板の右から左まで書あたら、戻って右を消すけえ写すのが間に合わんのじゃあ。「先生まだ書いてません」言うたら「早う書け」言われよった。

司会:そういう先生もいますよねえ・・・。他に同級生は誰がいました？

きぬちゃん:河本のもーちゃんやろ、松新さんやろ、よけえおったよ。それが皆ねえ、おてんばでねえ。男は皆、頭が良かったの。女はみなてんばじゃったの。一番悪かったの、学校で。

司会:誰が一番悪かった？

きぬちゃん:さあ～誰じゃろうかねえ・・・。(笑)

そいてねえ、昔はねえ、カタカナの「ヨ」を書いたような学校じゃったじゃあ。

司会:校舎の形が？まだ木造の頃ですよ。

きぬちゃん:そうそう、木造いね、わしらが折は。真ん中に正面玄関があって、その後ろが職員室じゃった。1階建て、平屋じゃった。えい学校じゃったんよ。長い廊下があつてねえ、木造じゃけえ板を張った廊下。そいて2時間目と3時間目のあいだの休み時間に、米糠で磨きよったんよ。赤ちゃんの枕のような袋を縫うて、糠を入れて。もう、ピカピカ光りよったんで。ほいじゃけえ、町の先生が見学に来よったんよ。長い廊下の両端

に、下駄箱があってね、生徒はそこから入りよった。

司会：教室はどう並んでたんですか？

きぬちゃん：長い廊下の海側に、ずーっと小学生の教室が繋がっちゃったの。職員室のそばが1年生じゃったねえ。ほいて、海側に突き出た教室が高等科。今でいう中学1年、2年。ほいて、みな悪かったの。うちのおじさんらが組が、一番悪かったねえ（笑）。なんぼう先生の言うことを聞こう。むちゃくちゃ（笑）。

司会：講堂とかはなかったんですか？

きぬちゃん：そがいなものはなかった。

司会：じゃあ卒業式とかは、どこでやってたんですか？

きぬちゃん：小学生の教室の境は板の戸じゃったの。ほいじゃけえ、天長節（天皇誕生日）とか明治節（明治天皇の誕生日）とかの式があるじゃあ。その時にゃあ教室の境の板をみな外して、教室を一つに広うして、そこでやりよったんよ。

司会：へえ。そういう構造になってたんですねえ。

きぬちゃん：ほいて昔の先生、ありゃあ堀先生いうてねえ、その先生が髪を七三に分けて、きれいにポマードをつけてきた時には「今日は先生、優しいど」言うてみんなが言いよった。それが髪を梳かすにぼさ～として来たら、「うら、今日は男はおとなしゅうせんにゃあ殴られるど」いうてね。めんめの背丈くらいある棒を、六尺棒いうてね。それを持って、それでぶん殴られよった、昔は無茶苦茶じゃったけえね。それが殴るぎりて、他の先生は殴らだっただけねえ。

司会：はあ、殴られたら痛そうですねえ。

きぬちゃん：わたしらあ4年生で家庭科で縫うのを習いはじめてね。初めて習うなあ嬉しいじゃあ。それで教室から裁縫室まで廊下を走ってねえ。そしたら、堀先生が六尺棒を「どすん！」いうて出て来てねえ。わたしらあ、みんなが色目が真っ青になって、恐れてねえ。殴られるか思うて。

司会：そうですか。家庭科の授業はどうでした？

きぬちゃん：裁縫の時は、運針いうて、布を2つに折って、よーいドン！いうて、針に糸を通して端から端まで縫うて、終わったら、「はい！」いうて手を挙げよった。それがねえ、糸をよお通さんのがおったの。わたしらあが皆縫い終わってもまだ、糸を通し



校庭には楠木正成の銅像が建っていた

ちよらんの。「早ようせえよ」言われよったけどねえ。4年生から裁縫を習うたけど、あれが嬉しかったのや、裁縫箱を買うてもろうたんがねえ。ほいて、裁縫の先生はおったけど、先生じゃあのおうて、6年生が教えてくれよった。あの頃は家でも縫いよったけえね。先生より生徒の方が上手じゃった。

司会：私たちも家庭科は4年生からでした。その時の裁縫箱は大人になっても使ってたよ。ところで、同級生は何人いたんですか？

きぬちゃん：80何人おったねえ。2クラス、1、2年は男と女が混ぜこぜじゃけど、そのあとは別々。そいじゃが、40人わておったけえ、教室が狭うてねえ、椅子に座ったら立たれんくらいじゃった。

司会：きぬちゃんの兄弟は何人ですか？

きぬちゃん：男が5人、女は私が1人。私が一番下じゃったんよ。それで嬉しかったんはねえ、学校に行っちゃって、途中で雨が降り出したら、いつでもうちが一番先に迎えに来てくれよったんよ。三番目の兄が、迎えに来てくれるの。あの頃は、靴じゃあのおうて、下駄じゃけえね。雨合羽で背負われちゃあ家に戻りよおった。「あんた方は兄さんが連れに来てくれてえいねえ」言うて、他の子から羨ましがられよったんよ。

司会：お兄さんたちから可愛がられてたんですね。話はまだまだ尽きませんが、今日はこのくらいにしておきましょう。楽しいお話、どうもありがとうございました。

このコーナーは「祝島ネット21」の会員の皆さんに、自己紹介を兼ねて簡単なコラムを書いていただくコーナーです。今回は、島根県隠岐島（海士町）にお住いの小室勇樹（おむろゆうき）さんです。

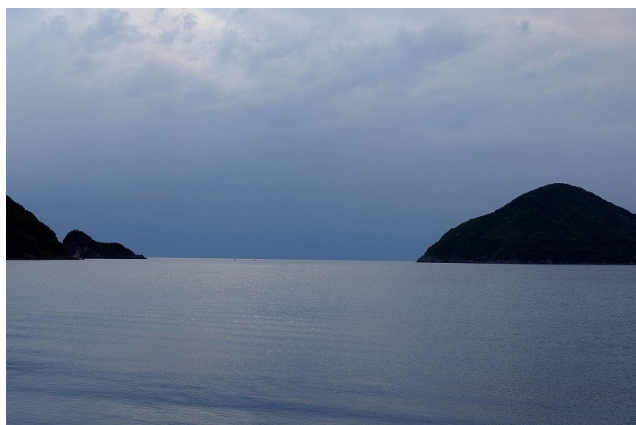


2019年4月 祝島のびわ畑にて

◎「いわいしま通信と道」

今回、会員リレーコラムを書かせていただけることになり、たいへん嬉しく思っております。というのも、令和元年の年の瀬。今年を振り返ってどんな年であったか、そんなことを考えておりました。一年を振り返り思い出されるのは、今年の4月に祝島に訪れたことです。訪れたいなという気持ちになった一つのきっかけは、この「いわいしま通信」と國弘さんご夫妻の存在です。

私は今、島根県の隠岐で生活しています。生まれも育ちもこの隠岐の島です。これまで東京や熊本、長野



三浦湾の風景（小室さん撮影）

など様々な場所で生活し、たくさんの方にお世話になって、今隠岐に戻ってきて、生まれ育った場所で、見飽きてもおかしくない、日常の風景や、季節ごとにあるお祭りなどが、不思議と新鮮な気持ちで捉えられている、そんな何でもない気持ちがあります。こういう普段感じる気持ちを大切にしたいし、もし可能なら何か通信にして残したいという気持ちがこの1、2年出てきました。そんなことなら、理想とする現場に行ってみようが良いということで、國弘さんご夫妻に無理を言って、2019年4月27日～4月29日の予定ではじめて祝島にうかがいました。

そのようなことで、國弘さんとゆっくりお話することが旅の主要の目的でしたが、旅の目的がもう一つあるとするとそれは散歩をすることでした。私は「散歩の会」という同好会をつくるくらい散歩好きでして、特に好きなのは、散歩で通る道を観察することです。



祝島の道は見所が満載です

電車好きにも「乗り鉄」や「撮り鉄」というジャンルがあるように、道好きにも種類があると考えています。マニアックな話になりますが、個人的に考える道を観察する要素がありまして、一応書きますと

- ①道幅
- ②傾斜
- ③道の長さ
- ④曲がり具合
- ⑤繋がり（三叉路など）
- ⑥果樹や植木鉢など道に関係ないものの存在

の6つです。

まったく個人的な観察ポイントで突然何を言っているのだと思われるかもしれませんが、祝島の道は素敵です。祝島の道は、練塀の美しさはもちろん。勝手に6つに分けた観察ポイントのすべてに見どころがあります。素敵さにクラクラしながら散歩する羽目になりました。

今年の祝島の訪問は、そのように素敵なものになりました。この気持ちを忘れないうちに、帰ってさっそく「いわいしま通信」に習った、隠岐島（海士町）の通信をつくることを考えました。そんな折に偶然に同様のことを考えていた友達6人とオンラインマガジンをつくろうという話がとんとん拍子に進み、新年1月にオープン予定です。いわいしま通信を読ませていただきながら、ゆっくり楽しんでいきたいと思っています。

＜隠岐島にて 小室勇樹＞



2013年の秋、東京で開催された「アイランダー」に祝島ブースが初参加した際、小室さんが主催した、ピオアイランドネットワーク第9回シンポジウム『島の円卓会議』にゲスト・スピーカーとして出演しました。小室さんとはそれ以来のお付き合いになります。現在は、島おこしの先進地として有名な隠岐の島・海士町でご活躍中です。写真中央が小室さん、左が私です。（國弘）

ここは僕らのアイランド(2) 『令和の日の出』

伊達 三代子

2012年からずっと祝島のネコを撮り続けておられる、広島市の伊達三代子さんの島ネコ写真コーナーです。島ネコたちのいろんな表情をお楽しみください。

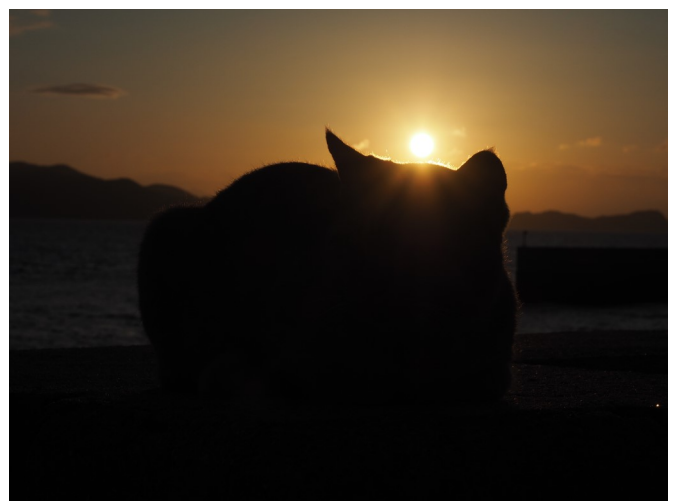
新年あけましておめでとうございます。

祝島は周防灘に面していて、冬は風がとっても強いんですよ。

僕達は、日向や物陰で暖をとって元気に走り回っています。

寒い日が続きますが、皆様風邪をひかれないように。今年も又、祝島でお待ちしています。

祝島ニャンコ会！



全国離島振興推進員連絡委員会(全推連)総会に参加して

國弘 秀人

昨年11月29日に、東京・永田町の全国町村会館において開催された「第13回全推連総会」に参加しました。全推連は、全国の離島在住の有志で組織する団体で、4年に一度開催される総会には、全国から多くの会員が集結します。

総会では、まず参加者からの報告ということで、各県ごとの代表者が、県内の離島の状況や、自分の住む島の状況を報告します。さまざまな活動に取り組まれている様子や、問題点などが報告されました。私も山口県を代表して、山口県内の離島が集まって毎年開催されている離島青年会議のことや、祝島の最近の状況などを報告しました。

各県の報告を聞くと、とても参考になる事例や取り組みがあったり、祝島と共通の悩みを抱えている島があったりします。今回は、自由に意見を述べ合う時間があまりなかったのが、ちょっと残念でしたが、それでも他の島の取り組みなどを聞いていると、祝島でもまだまだできることがあるような気がします。

新しい役員を選出が行われ、私も理事に選任されました。前の4年間は、幹事を務めました。今回は理事ということで、改めて身が引き締まる思いがしています。



新役員の挨拶(左から3人目が筆者)

記念講演では、先進的な地方創生、島おこしで有名な、島根県隠岐島・海士町の前町長・山内道雄さんの講演を聴くことができました。海士町を全国的に注目される町に育てた立役者だけに、その言葉には説得力

がありました。「自分たちの島は自分たちで守り、島の未来は自ら築く」という思いがすべての基本だとお話されました。「島のみんなが本気で島のために考えて動かないと、島はよくなる。」という言葉に、私ももっと頑張らないと、という思いがしました。



隠岐島・海士町の山内前町長の講演会

場所を、会議室からホールに移して、懇談会が行われました。立食形式で、美味しい料理を食べ、お酒も飲みながら和やかな雰囲気、さまざまな島から来られた方と直接お話ができる貴重な機会です。

私は、昨年から親戚のおじさんの甘夏畑を引き継いだこともあり、まずは「甘夏あちゃん」ブランドで甘夏ゼリーの製造販売をしている佐賀県・加部島の山口さんに、甘夏栽培やゼリー作りの話を伺いに行き、とても参考になる話を聞くことができました。

今回、新たに役員に選任された大分県・姫島の安西さんは、8年前の日本離島センター主催の「島づくり人材養成大学」の同期生です。その時以来の再会でした。旅館を経営されており、ここでも参考になる話を聞くことができました。

全推連総会への参加は今回が2度目です。4年前に総会に参加した時は、初めてだったので知らない人ばかりでしたが、4年の間に、視察研修や理事会などで何度かお会いして馴染みになった人も増えました。この繋がりを大切にして、祝島の発展に活かせたらと思います。

今年のお正月に帰省された島の出身者は、そう多くなかった気がします。もともと冬場は、海も時化やすいし、お休みも短期間に集中するため、夏場よりも移動がしにくいことがあります。気候的にも、荷物も嵩張らず、夏休みなどでお休みが取りやすく移動しやすい夏場に帰省される方が多いのです。

島に住むおじちゃんおばちゃんたちは、知った顔が帰省してくることを本当に喜びます。「帰ったねえ」と声をかけ、笑いかけてもらって、嬉しくない方はいないでしょう。親が元気なうちは島に帰って来ても、親を亡くすと帰ってくるきっかけがなくなってしまう方もいるのではないのでしょうか。

歩いている人も少なくなった祝島では、たとえ、一人でも二人でも道を歩いている人が増えるだけで、賑わいを感じますし、出会う人が一人でも多ければ、会話が生まれるのです。

1つのきっかけとして、それぞれの同窓会を島で開催してはいかがでしょうか？誰かの家でもいいし、公民館を借りるのもいいでしょう。食べたり飲んだり、つ



お盆の帰省ラッシュ

いでに泊まったりというなら、民宿を借り切って催されるのもいいかもしれません。思い出話から今現在の話までいろいろ話す場があれば、これからどうしたいかが見えてくるかもしれません。

願わくば、島へ帰ってきたいと思ったださる方が一人でも増えてくださるといいのですが・・・。故郷に想いを馳せる方、ちょっと帰ってみませんか？

ドキュメンタリー映画 『地理学者と島』

祝島で撮影されたドキュメンタリー映画『地理学者と島』（原題「The geographer and the island」クリスティーヌ・ブティエ監督／2019年／フランス）が、昨年12月に広島市で開催された「食と農の映画祭2019 in ひろしま」において国内初公開されました。

この映画は、原発問題と30年間闘ってきた祝島で暮らす人々の姿と、4年に一度の伝統的な「神舞神事」とのつながり取材するフランス人地理学者フィリップ・ベルティエさんの視点を通して描いた作品。

フランスでは、Paris, Lyon, Albi, Toulouse, Albertville, Rouen などの都市で、海外では、Russia, Turkey, Spain, Italia, 韓国でも上映されたそうです。映画を観た方からは、年齢を問わず皆、素晴らしいと



映画『地理学者と島』の1シーン

の感想をいただいたそうです。

これから、日本国内でも各地で自主上映会を検討中。もちろん、祝島での上映会も検討されています。

暖冬と言われて、過ごしやすい冬じゃあとはいったけれど、寒の入りとともに、冷やい風。瀬戸内といえども冬の西風は寒いです。「今日は冷やいねえ」という挨拶の白い息まで飛ばされてしまう・・・冬らしい寒さが身に沁みるようになりました。

くにひろストアの開店時間は、年間通して午前8時からなのですが、夏場と違って今の時期、開店前に来られるお客さんは、まず居られません。日が射し始めて気温が上がってきたら、ようよう、ぼちぼちやって来られます。曇ったり、雨だったりすると、どうしても欲しいもんがない日は、なかなか温いこたつから出られんようです。

店頭に並べるお惣菜を作り終えても、何の音もない・・・「今日はお客さん、来んねえ」と、店主と顔を見合わせ、あははと笑って過ごすひととき。忙しい毎日ながら、ちょっとしたのんびりした空気にホッとしてみたり。「身体が動くうちは、お店頑張ろう！」と書いておりましたが、もうじき3周年を迎える最近は「あと何年、お店が成り立つじゃろうか・・・5年もしたら皆、よう歩いて買いに来んようになるんじゃないかのぉ?」「配達ばかりになるかもねえ」なんて話すことしきり・・・

お惣菜の配達も、年末から二人ほど入院されたことで、今は1軒だけと減りました。お弁当予約の電話をしてくれる、島では若手!のお客さんたちは、相変わらずほぼ皆勤賞ではありますが・・・必要とされてるうちが花、なのかもしれません。



もーちゃんの背負子とたまちゃんの押し車



「くにひろ弁当」おかずは毎回替わります

先日、郵便局での用事を済ませて帰ってきたら、お店の中から楽しそうな話し声が聞こえて、ベンチには見慣れた背負子と、押し車。仲良しこよしの、もーちゃんとたまちゃんが来店中・・・御年89歳と88歳。学校の上のもーちゃんが学校の下のだまちゃんを誘って、あれやこれや買いにお店まで下って来てくださる、本当によろこそです。

お肉を食べないたまちゃんは、野菜とお魚しか使っていない惣菜なら買って帰りますが、もーちゃんはまだまだ自分でおかずを作れるほど元気です。あれこれと、案外重たい物も買い終えたもーちゃんは、たまちゃんの荷物を押し車に入れたり、自分の荷物は背負子に詰めたりと、たまちゃんの分まで二人分動きまわります。この二人に、87歳のきみちゃんが合流したとき、「三人娘が揃うたね」って声をかけると、三人とも嬉しそうに照れくさそうに、笑う・・・その笑顔が皆、なんとも可愛いのです。三人揃うと、昔話や祝島言葉までも出てくるのが少なくなく、なかなか面白いので、すぐにメモを取って、さながら新聞記者のようなわたし。残念ながら、今日はきみちゃんが来ておられないので、「きみちゃんは何？」と訊いたところ、「誘いに行ったら、お父さん(旦那さん)がおっちゃんたけえ、わりいけえ誘わんじゃった」とか。じつは、三人の会話のちぐはぐさに毎回笑わかされるのも、店主とわたしの楽しみの1つなのです。

民宿のお客様の希望で作り始めた「くにひろ弁当」の注文をお店で受けることも時々あります。釣りのお

客さんや、船員さん、工事で来られた方、秋祭りの準備の時など、いろんな方から予約をいただき、可能なからお受けしています。

基本、祝島の食材をいっぱい使ったおかず・・・島の料理と言えば石豆腐ですが、手に入らないときもあるので、手元にある祝島特産品のかんぴょうを煮物や酢の物にしたり、ひじきを煮物や卵焼き、白和え、サラダにしたりします。お魚も塩焼き、ムニエル、フライ、照り焼きなどお弁当らしいおかずの献立を考えます。仕上げに、自家製の行者様の梅干しと、くにひろ農園の大根の焼酎漬けを載せて、できあがりっ！

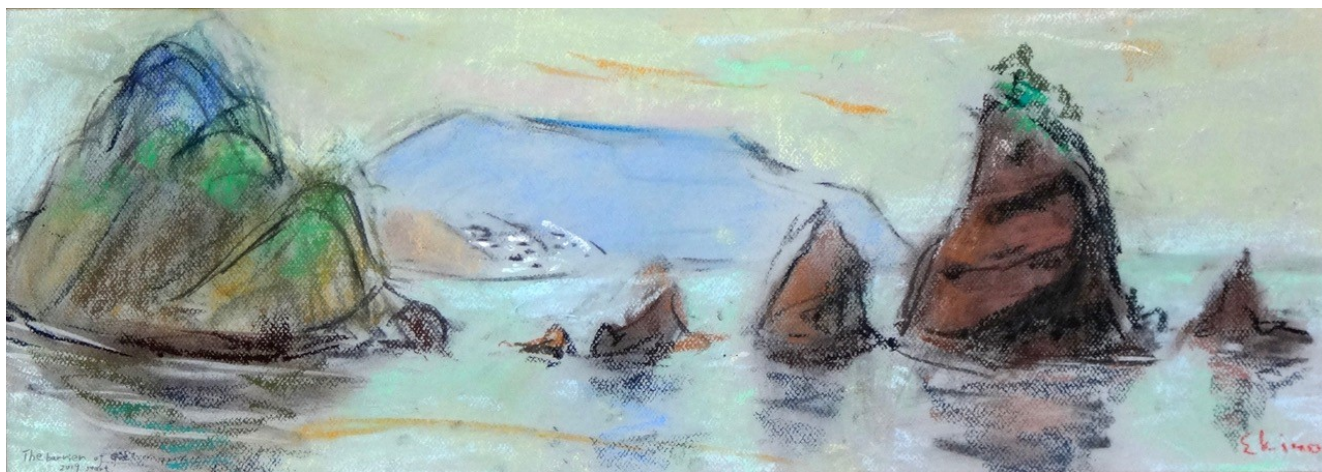
タイミング次第で、メニューもいろいろ変わりますが、その方が作って楽しくもあります。奇をてらわないおかずではありますが、島らしいお弁当と、喜んでいただいているようです。

そういえば、お正月明けは、パンの売れ行きがガタ落ちします。どこの家にもお餅があるからか、島外からいろいろめずらしい物を送ってこられてるからか、島の他のお店でも、同じようにパンが売れ残ってるみたいだとパンを買いに来たおばちゃんが教えてくれました。おかげで、賞味期限が迫ってきたら、わたしたちは、食パンも菓子パンも食べ放題！困ったような～嬉しいような～♪いえいえ、自家消費も多過ぎると困ります。かといって、たまたま仕入れなければ、「パンがないねえ」と言われてしまい、お客さん以上に落胆した店主の顔・・・仕入れて難しいですね。

静かに明けた令和2年。今年のブームは何になるのか・・・おじちゃんおばちゃんが手に取って、「これがええのや」と喜んでくれるような商品を、今年も仕入れてみたいと思います。

絵つき一覧(29) 『神の席・祝島』

エッキー浴野



「神の席・祝島」 パステル画 76×28センチ

上関町の海を我が庭のように知り尽くす漁師さんに連れて行ってもらった、絶景オススメのスポットの一つ。海上のその船の上からのみ、見える景色。

ハナグリ島の東側から、その奇岩の隙間に見える祝島。

白い民家には、確かにしたたかに、幾世代にも渡って自然と共に生き、住んできた人々の息吹が感じられる。

ここは神の領域。神が舞う島。

<新連載>祝島・健康食品研究会(1) ~びわ茶~

祝島には、健康にいいと言われる植物がたくさんあります。その中には、よく知られているものから、あんまり知られてないものまで、ごくごく普通のものから、とっても不思議なものまで、盛りだくさんです。これらをうまく取り入れている島人だからこそ、健康で長寿でいられるのではないかと考えます。そこで、1つ1つの効能や取り入れ方を調べてみようと思います。皆さん、一緒に健康に過ごせる方法を見つけましょう。



祝島特産品の中でも、びわ茶が一番人気です

びわ茶の元となるびわの葉に含まれる代表的な成分として、アミグダリン・タンニン・サポニン・クエン酸・ブドウ糖があります。

◎アミグダリン

抗ガン作用や鎮痛作用があります。高い抗がん作用は、がん予防はもちろんのこと、がん細胞だけを殺し正常な細胞には無害ながん治療薬として、アメリカをはじめ20カ国以上で使用されている実績があります。鎮痛作用も神経痛や捻挫などの痛みを抑えられるほどの効果があります。

◎タンニン

抗がん作用のほか、腸内整腸作用や抗酸化作用、脂肪分解作用があります。肥満や動脈硬化、心筋梗塞などの予防に効果があります。

◎サポニン

抗炎症作用、抗菌作用、抗アレルギー作用があり、別名「天然の界面活性」とも呼ばれています。体内のコレステロールや脂質の酸化を防ぎ、肥満や生活習慣病を予防します。

◎クエン酸

疲労回復、食欲増進、肝臓病予防効果や、血管内の血栓を溶かし血流を改善する効果があります。それにより、動脈硬化や心筋梗塞の予防や美肌効果、アンチエイジング効果があり、がんや痛風にも効果があるとされています。

◎ブドウ糖

エネルギー補給、疲労回復、動脈硬化予防などの効果があります。ブドウ糖は脳が活動するための大切なエネルギー源であり、生命活動に欠かすことのできない成分です。びわの葉に含まれるこれらの成分の相乗効果で、

- 利尿効果、去痰効果
 - 胃腸病、肝臓病の予防改善効果
 - 糖尿病予防効果
 - 高血圧改善効果
 - ガン予防効果
 - アレルギー、アトピー性皮膚炎の予防効果といった疾病の予防改善や、
 - 下痢止め
 - 新陳代謝の促進
 - むくみの予防解消効果
 - ダイエット効果
 - 美肌効果
 - 美容効果
- といった体の調子を整えて美を支える効果があるとされています。



びわの葉は、温灸にも使われます。

祝島自由律俳句

山口県防府市出身の俳人・種田山頭火。彼の作った俳句は、五七五の定型にも、季題にもとられない自由な表現が特徴の自由律俳句といわれています。このコーナーでは、読者の皆さんから「祝島」をテーマにした自由律俳句を投稿していただき、毎回その中から何句かを紹介させていただきます。

福くばる荒神みるや祝島
祭幣（さいへい）の兄の白塗り誇らしく
うらなりもマメ三つでき權伝馬

篠崎 彰

祝島まで！タクシー飛ばす夢
西の天気地図にハートの形見つけた
練塀の迷路千年の迷路祝の島

篠崎 幸恵

一等席波止に寝転び満天の星眺む
練塀路真ん中歩く島ネコ様
今日もまた「いわい」が吹いて時を知る

ゆうころりん



読者の皆様からの投句をお待ちしております。テーマは「祝島」です。応募は、メールまたは郵送にて、応募作品／作品についてのコメント（あれば）／名前（ペンネーム可）を記入してお送りください。（応募作品の送り先）

メールの場合：haiku@iwaishima.jp（メールのタイトルは「自由律俳句」と記入）

郵送の場合：〒742-1401 山口県熊毛郡上関町祝島 祝島ネット21事務局宛

2020年版「祝島カレンダー」ができました

毎年恒例の「祝島カレンダー」2020年版を製作しました。12月初めには祝島の各家庭に1部ずつ無料配布させていただきました。島の皆さんも、毎年楽しみにされているようです。また、会員の皆さんには5部ずつ配布しましたので、ぜひ祝島のPRにご活用ください。

祝島関連のイベント開催時のプレゼントや、同窓会などで島の出身者に配布したいなど、追加でカレンダーが必要な方は、祝島ネット21事務局までご連絡ください。



お知らせ & 募集

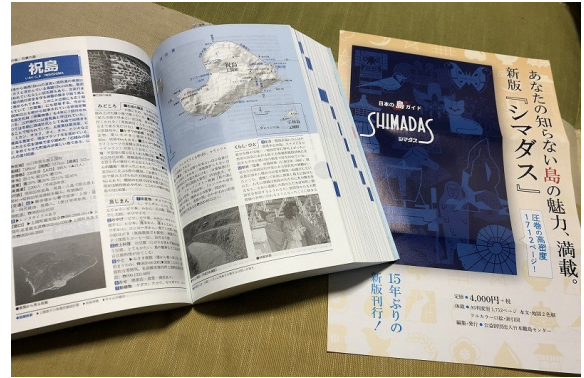
■『SHIMADAS (シマダス)』が15年ぶりに出版されました

「島が好き」という方は多いですが、日本の多くの島々、一生の間に人は、はたしてどれだけの島を回ることができるでしょうか？ すべての島を回ることができなくても、せめて1つ1つの島を知ること、訪ねることを夢見ることのお手伝いをしてくれるのが、この「シマダス」です。1993年、1994年、1995年、1998年、2004年、と発行され、今回が6冊目。

全1712ページ、北海道から沖縄県まで1750島の紹介が掲載されており、1日1ページ読んでも4年かかるほどのボリューム、島好きにはたまらないですね。

新版 日本の島ガイド『SHIMADAS (シマダス)』 (4,000円+税/公益財団法人日本離島センター)

*全国の書店でお取り寄せ可能です



もちろん祝島も詳しく紹介されています

■にこにこ農園2・びわ作業ボランティア募集

昨年からはじめた、祝島三浦湾の「にこにこ農園2」のびわ作業。今年もボランティアを募集します。3月から袋掛け作業、5月後半から収穫作業になります。また、農園の草刈り作業はいつでも可能です。

詳しい募集のスケジュールなどは、随時メーリングリストで連絡します。ご協力、よろしくお願い致します。



編集後記

2020年の「神舞年」を迎え、また、会報の発行も60号ということで、今回の会報ではいろいろと新しい試みがあります。会報を手にとって、まず最初に気づいたと思いますが、タイトルのデザインが、じつに15年ぶりに変わりました。祝島のイラストは前号で会員の松浦さんの娘さんが描いてくれた作品です。この絵にマッチするようにタイトル文字も変えてみました。いかがでしょうか。それから、新しく始まったのが、「祝島・健康食品研究会」と「祝島自由律俳句」のコーナーです。自由律俳句は、篠崎さん夫妻からの意欲的な作品の投句があり、楽しませていただきました。次回以降も期待しています。他の皆さんも、気軽に投句してくださいね。みんなで、楽しい誌面が作れたらいいなあと思っています。

さて、いよいよ神舞が近づいてきて、もう準備作業も始まっています。今年は忙しくなりそうですが、会報の発行もがんばっていきたいと思います。

次号の発行は5~6月の予定です。お楽しみに！

(編集長：國弘秀人)

※事務局では会員の皆さんからの投稿をお待ちしております。投稿はホームページからも

可能になっておりますので、ご意見・ご感想など、お気軽に投稿してください。

※祝島ネット21では随時会員を募集しています。会費は1年間6000円です。

入会ご希望の方は事務局までご連絡ください。

祝島ネット21会報「いわいしま通信」第60号

発行日：2020年1月24日 (頒価400円)

発行者：祝島ネット21事務局

〒742-1401 山口県熊毛郡上関町祝島

ホームページ <http://www.iwaishima.jp/inet21/>



小祝島にオレンジ色の光が降り注ぐ