



第二回

東京石見高山会総会から

10月5日 於築地本願寺

拜啓 ふるさとの皆様、益々御健勝の事とお慶び申し上げます。

扱て第二回東京石見高山会は昨年倍して且又感動的な総会と成りました事を御報告申し上げます。

ふるさとと都市を結ぶ交流会より全員におみやげを頂戴し公民館御一同様よりは祝電等を戴き誠に有難う御座いました。

当日は遠路の所わざわざ公民館長様自治会連合会長様を初め田辺先生、武田先生、藤井先生、森様等の御来席を賜り大変な激励を受け、出席者一同感激致しました。

この事がふる里と都市の絆をより一層強くし、どんなにか力強く明日への励みになる事でしょう。

今後共御支援、御鞭撻の程御願ひ申し上げます。

寒さに向いますれば、ふるさとの皆様益々お体を御大切になさいます様御祈念申し上げます。

十月十二日

〒197 秋川市小川八五二東光ビル

石見高山会事務局

米原光義

このつながりを何時迄も

— 私信から —

—前略—先日は遠路御苦勞様でした。東京石見高山会は昨年と異なり晴天に恵まれました。回を重ねる度に、なつかしい方々に逢える事が出来て心から喜んでいきます。皆様がお忙しい中を参加して下さいました事に厚く御礼を申し上げますと共に、益々交流の輪が広がります。若い方達も「ふるさと」がある以上このつながりは何時までも続けたいものと思ひます。

そろそろ大代の秋祭りです。大宮の境内での奉納相撲や神楽など当時の賑やかさがなつかしくなります。総会の帰途、春日先生と横浜迄一緒

でした。車中で来年の還暦の話など致しましたら何とか都合をつけて来年は参加したいとの事でした。私も九月から再就職致しました。それまで一年近く家に居り、その間は町内のことや家の補修など致しておりましたが周囲が皆働き、日曜以外は静かでした。淋しくもありません。

定年後は隣・近所に目を向けたり、ゆっくり本でも読んだら、どんなに楽しい事かと思つたのですが、家でじつとしてみると他に何かすることはなかなど考えたり、とても本を読む気など起きないものです。それだけ若くて健康だと言う事でしょうか。

写真を送ります。御受取り下さい。朝夕は大変寒くなりました。健康には充分御気をつけて下さい。

次に逢える日を楽しみに。皆様方に宜しく御伝え下さい。 敬具

十月十三日

植松出身 窪田 忠雄

館長 様

10月少年健全育成指標

スポーツに汗を流そう



ゲートボールを

楽しもう



上市 後藤 正

体協の皆様のお陰でゲートボールの
コートは、昨年飯谷と今年公民館広場に
作って頂き、公民館の主催で市の協会
役員を招きゲートボール教室を開いて
頂き、木曜の夜と日曜の昼、週二回二
時間ずつ勉強させてもらいました。

基本練習、ルール、試合の運び方等
色々むつかしく、本番の試合に出られ
るには当分練習をしなければなりません。
ん。

ゲートボールは老人のスポーツだと
考えていましたが、今では若い者も進
んで参加してチーム作りをしています。
これからは老若男女をとわずスポーツ
を楽しみながら、お互いの健康のため
そして住民の和を広げ楽しいグループ
を作りたいと思っています。

大田市では大代町がゲートボールの
結成が一番遅れているそうですので、
一日も早くチームを作れるように練習
して、協会に参加出来るよう頑張りたい

いと思っています。卓球クラブのよう
に初め熱し何時の間にか尻切れトンボ
にならないよう、努力したいものです。
皆様もどうか一人でも多く参加して
頂くようお願い致します。

毎週木曜・日曜 午後一時から

健康

にんにくの効用

運営委員 藤井 房子

初期の風邪 薄切りにし、はちみつ
にまぶし密封容器で保存。二〜三枚食
べる。二年物は効かぬので一年分位作
ること。

熱いおつゆの実にし、寝る時飲む。

ぜんそく 梅漬けの酢に入れ密封し
ておき、ピンクに変ったら別容器で保
存し、毎日食べると完治する。

扁桃炎 生汁を脱脂綿につけて、の
どにぬる。又、蒸し焼きにし黒くなっ
たものをつぶして、はちみつで練って
丸めてしゃぶるか、これを水で薄めて
のどにぬる。しかし、にんにく臭を失
ったものはだめ。
生汁をうすめて、うがいをするのもよ

い。

冷え症 酒一・八とに、きざんだに
んにくを二〇〇g〜三〇〇gを入れて
にんにく酒を作って飲む。

虫下し かるく軽く焦がして、きざ
み、食事と一緒に食べるか、空腹時に
にんにくだけを食べてもよい。

円形脱毛症 生汁をすりこむ。二〜
三ヶ月で完治するが、目にはいらぬよ
うに注意する事。

◎殺菌性が強いので、個人差がある
から、使用量を自分にあつたようにす
ること。

強壯剤 体力がつくので持病が治つ
たと言う人が多いです。

〔材料〕 にんにく三〇〇g、卵一〇個
〔作り方〕

- ① にんにくをきれいにする。
 - ② にんにくと卵を一五分位むす。
 - ③ にんにくをかがつですりつぶす。
 - ④ ③に卵黄だけを入れて、すりつぶす。
 - ⑤ 最小の火で空いりして顆粒を作る。
- (ほろろろ鍋か吉岡鍋がよい。)



都市とふるさとを結ぶ交流事業
—東京石見高山会に出席して—

下市 森 守

二十数年振りの東京は高層ビルが増え、その谷間を高速が走り、さすが日本の玄関だけあります。

下市出身・佐藤定雄さんの道案内にて築地本願寺へ到着、午前八時四十分を回っていたらどうか夜行の疲れも出ました。築地お勤めのかたが室へ案内されました。皆さんの元氣そうな御姿を見て余りにも年の開きに私はとまどうばかり。でも、大代の生れだから少しは氣が楽でした。佐藤氏の司会で始まり、こちらの代表、東京の代表夫々の挨拶が終り会計報告があり、二十分間、春日先生から「韓国の御話」と題して、おもしろおかしく講演がありました。

小休止に入り、宴会の準備が出来るまでのひととき、一階ロビーにて其れ其れに昔の話に花が咲き、再度二階へもどり会長の音頭にて乾杯をして、又懐かしいおしゃべりに明るい声が……。笑い声が隔々迄響いていました。若い

人の参加が少なかつたのはチョッピリ淋しかった。

都会の状況、古里の状況を共に語り、お互いに助け合う力が生れる事こそがこの会の主旨に成るのではないでしょうか？ ゆとりある日程で参加されたほうがもっと多くの参加者があるのではないでしようか。

俳句

—あすなる句会—



当季雑詠、敬老会

- 。ユーターン 元の過疎村 法師蟬
- 。真似ごとの 農の明け暮れ 敬老会
- 。下市 立野 草衣
- 。住み慣れし 山里深く 早稲を刈る
- 。顔々に きざむ歴史の 敬老日
- 。上飯谷 武田 島子
- 。一雨の 冷味を肌 夏の果て
- 。丸々と 孫の笑顔や 敬老会
- 。無住寺の 石仏欠けて 盆の月
- 。夏草や 人みな美しと 齡重ね

下市 渡 あやこ
。月光る 早稲田は銀の 粒いだく
。高山の 雲払われて 敬老日

おしらせ

◇ご結婚おめでとう
ございます!!

谷口 喜義 君(主谷口義春)

柿田

まり子さん

◇ご寄附

下市 山根 昇様

現在、北九州市八幡にお住いで先般ご法事の為帰郷の際、

上市 田中憲経様

現在、横浜市港区にお住いで先般帰郷の際、夫々公民館にお立寄り金一封のご寄贈を頂きました。

以上お二方に厚く御礼を申し上げますと共に御知らせ致します。

とき 十一月十六日(日)

ところ 大代公民館、大代中学校

大代町内各会場

大代町文化祭

みんなて盛り上げましょう