



集落内にあるお堂



お堂に祀られている「みちびき地蔵」



お堂脇に走っていたといわれている道路。昔はお堂の脇に狭い道がありました。集落内に入り組む道を歩く上で、お堂は大事な道標となったと考えられます。

上毛町の西の集落内に「みちびき地蔵」といわれる地蔵様が祀られています。みちびき地蔵は高さ約70cmの石の中央に、縦27cm、横20cmのくりぬきをし、木彫りの顔像をはめ込んだ特色のある形をしています。その容貌から鎌倉時代につくられたものといわれています。

言い伝えでは昔、大きな規模の寺があり、仏様はその境内に祀られていました。しかし、戦国時代に寺は大友宗麟の焼き打ちにあつたため、地蔵様は現在のお堂に安置されました。また、お寺では焼き打ちの噂を聞いてその前に経典を土佐井地区南西にある通称「経塚山」に埋めたことも言い伝えられています。

時代が移り、ある旅人が集落の中を歩いていた。道に迷っていた旅人の前に小鳥が現れ、振り向きながら歩いていたので、旅人がついていくと集落の外へと繋がる道を案内してくれたという言い伝えがあり、いつの時代からか「みちびき地蔵」といわれるようになったそうです。お堂がある場所は、近くに神社もあるため、集落の

中で目印、道標とされてきたのかもしれない。毎日お参りをし、地蔵さまを守っている宮崎勝廣さん(土佐井)では、「みちびき地蔵」ではなく、火難除けの仏様として大事に守られています。また、3月と9月には法要が執り行われています。

上毛町文化と歴史を学ぶ会調べ

みちびき地蔵

こうげのみどき
上毛町土記 Vol.104



イラスト 絵本製作委員会

まちの農業をリードする担い手農業者① vol.32

地域に根差した担い手として活躍中

認定農業者 小川 清志さん 65歳(矢方)
(平成26年4月10日初回認定)

今まで30年間、兼業農家として水稻中心の経営をしてきましたが、65歳を機に専業農業になることを決意して認定農業者になりました。

現在は、矢方、緒方地区で約4haの農地で水稻・大豆・麦を中心に生産していますが、今後は経営規模を拡大し、飼料用米や自然薯などの生産にもチャレンジしていきたいと考えています。

地域防災面でも貢献できればと思い、30歳から消防団員となり、現在は副団長を務めさせていただいております。専業農家になったこ



とで、常に地元にいる環境となったことから、以前にも増して地域に根差した活動ができるようになりました。

地域農業の維持発展と地域の消防防災、様々な形で地域の担い手として貢献していけたらと思いますので、今後ともよろしくお願ひします。

さわやか市「大平」 ☎72-3945



めずらしい健康食材

中尾 健さん(東上) マコモダケ

マコモダケとは、イネ科の多年草で新芽が黒穂菌に寄生され肥大したものです。柔らかい筍のような歯ざわりで、ほのかな甘みとトウモロコシのような香りがします。素焼きにして塩や醤油などで食べると非常に美味しく、天ぷらや炒め物でもいける食材です。胃腸・肝臓の弱い人や血圧・血糖値が高めの人に最適の食材です。

道の駅「しんよとみ」 ☎84-7077



爽やかな酸味と上品な香りが自慢です

高橋 良明さん(尻高) カボス

カボスは、疲労予防や整腸作用があるクエン酸を多く含み、ビタミンCも豊富で、相乗効果で食欲増進が期待されます。刺身・焼き魚の薬味やこれからの季節、鍋料理に欠かせません。2～3滴垂らすだけで素材の味を引き立たせ、爽やかな風味を味わえるカボスを是非ご賞味ください。

図書館だより

げんきの杜図書館 TEL 72-1633

■図書館開館日時変更のお知らせ
※祝日も開館しております。
休館日/月曜日(毎週)・月末(変更あり)
火曜日～土曜日 10:00～18:00
日曜、祝日 9:00～17:00

「生存崖つづち」の難病女子が、病院から飛び出した。家族や友だちを頼らずに、どうやって生きる？ 知性とユーモアがほとばしる、命がけのエンタメ闘病記第2弾。

シャバはつらいよ
ポプラ社(入荷済)

大野 更紗[著]

ゆうちゃん、おねしょのかみさまから、おねしょをしないおまじないの言葉を教えてもらったのですが…。おねしょに悩む男の子とユニークなおねしょのかみさまの不思議な交流を描いた絵本です。

おねしょのかみさま
学研教育出版(入荷済)

長谷川 義史[作]

環境ポスター入選作品

みんなやればできる!!
節電 節水
ON OFF

西吉富小4年
むらかみ じゅんや
村上 隼也

上毛中2年
みやの はつみ
宮野 初実

環境標語入選作品

ちょっとまで 買い物行く前 マイバック
うめづ ゆうり
上毛中1年 梅津 憂理

消えていく 自然の寿命 加速する
あきら こうた
上毛中3年 晃 宏太

※学校・学年の表記は、3月時点のものです。

地産地消レシピ

レタスとハムのそうめんチャンプルー



- 材料 2人分
- そうめん(乾麺) 200g
 - レタス 4枚
 - ハム 6枚
 - 卵 2個
 - 鶏がらスープの素(顆粒) 小さじ2
 - 塩こしょう 適量
 - サラダ油 適量

- ① フライパンで大き目の炒り卵を作っておく。
- ② ハム、レタスは千切りにする。
- ③ 鍋でそうめんをゆでる。少しかためにゆでてよく洗い、ざるにあげておく。
注意:麺がくっつくので、そうめんがゆで上がってからあまり時間をあけずに炒めること
- ④ フライパンにサラダ油をひき、ハムを炒めたあとそうめんを入れる。
- ⑤ ④にレタス、炒り卵をのせて鶏がらスープの素を入れて炒める。塩こしょうで味を調える。



レタスの効用
レタスは生食されることの多い野菜ですが、加熱してみると驚くほどかさが減り、たっぷり食べることができます。また冷え性予防やむくみ解消、風邪予防、貧血の予防にも役立つようです。ちょっと意外な効用としては、不眠症に効果的なことです。これからの季節、鍋やシチューなど積極的に利用してみてください。

●問い合わせ先 食育のまちづくり推進会議(教務課 学務係) TEL 72-3111(内線175)

おすすめの本

幼児・小学生のための身長をグングン伸ばすための本	株式会社カンゼン (入荷済)
いぬ語会話帖	ヴィベケ・リーセ[著] 誠文堂新光社 (入荷済)
ちびまる子ちゃんイラストレッシン	株式会社インプレス(入荷済)
つばき	山本 一力[著] 光文社 (入荷済)
だれのおよめさんに・・・?	いもと ようこ[作] 金の星社 (入荷済)