こうげのふどき 上毛風土記 Vol.143

# 戌年（いぬどし）

あけましておめでとうございます。

今年は十二支では戌年。六十年に一度の干支では戊戌となります。

ちなみに、戌の字は「茂」に通じ、「植物の成長が絶頂期にある」という意味があります。また、戌は、陰陽五行説では土性の「陽」に割り当てられており、「滅」（めつ「ほろぶ」の意味）で、「草木が枯れる状態を表す」という意味があります。動物の「犬」が割り当てられていますが、「いぬ」とは何ら関係はありません。戊戌の年は、正反対の意味を表す漢字が当てられている年ですので、明と暗がはっきり分かれる年になるかもしれません。余談ですが、「いぬ」には「狗」の文字もありますが、こちらは小さい犬や子犬を指すようです。

さて、初詣に神社へ出かけた方も多いと思います。その神社に向かい合うようにして佇んでいるのが狛犬です。古代インドで、仏の両脇に守護獣としてライオン（獅子）の像を置いたのが狛犬の起源とされます。日本には奈良時代に、中国の唐の時代の獅子が、仏教とともに朝鮮半島を経て伝わったとされており、高麗犬・唐獅子と呼ばれるようになりました。一般的に狛犬は神社の神殿前や参道に造立されています。狛犬は獅子として伝わったのですが、なぜか途中で犬に変化してしまっていますが、霊力を備えるにふさわしい魁偉な風貌は守護獣としての性格を表現し、神域には欠かせぬ存在として広く用いられており、形態にもさまざまなものがあります。また、平安時代や鎌倉時代には木彫りの狛犬が作られましたが、江戸時代に入るとどこの神社でも石造の狛犬が多く奉納されるようになりました。一般的に狛犬は一対が基本で、向かって右側が「阿形」で口を開いており、左側が「吽形」で口を閉じる阿吽の形をしています。

上毛町内には鎌倉時代といった古い時代のものは無く、いずれも江戸時代の石造狛犬が主体となっています。『大平村誌』と『新吉富村誌』によれば、町内十五箇所の神社に約二十対の狛犬が残っているようですが、東上の八社神社には平成になってからの西暦二〇〇〇年にも新しい狛犬が一対奉納されており、なんと四対の狛犬に会うことができます。みなさんも神社に行かれるようなことがあれば、注意して見てみてください。なかには愛らしい犬もいますよ。

※参考文献『大平村誌』『新吉富村誌』

教務課文化財保護係　矢野　和昭

▲八社神社の狛犬

▲吉富神社の狛犬

## 上毛中学校食育講演会

11月27日(月)に上毛中学校において、管理栄養士のほか、公認スポーツ栄養士、健康運動指導士などの資格を持つ静間佳代子さんを講師にお招きし、食育講演会を開催しました。

講演会では、骨の成長に大切なカルシウムを多く摂ることや、カルシウムをより効率よく体に吸収するために、ビタミンDを摂ることの大切さ、運動により骨に負荷をかけることの重要性を学びました。

また、運動をする前などは、菓子パンやジュースなどではなく、サンドイッチやおにぎり、野菜ジュース、ヨーグルトなど栄養のバランスが取れた食品を選択できるように、食品に含まれる栄養素についても教えていただきました。

自分が食べたもので自分の体が作られていることを知り、生涯にわたって健康的な生活を送ることができるよう、講演会で学んだことを日常生活で実践してほしいと思っています。

## 直売所だより

サツマイモ
（安納芋）
大森　勝さん（安雲）

### 格別に甘い「安納芋」を焼き芋でたべて！

サツマイモは、紀元前3000年以上前から栽培されおり、わが国へは、琉球から薩摩経由で入ってきました。

サツマイモは、白血球の免疫力を高め、風邪を予防するビタミンCが多く含まれています。美容効果も期待でき、若返りのビタミンと言われるビタミンEやクロロゲン酸、アントシアニンが含まれています。さらに食物繊維を多く含んでいるため、便秘の予防・改善、コレステロールや血糖値を抑制する作用もあり、生活習慣病が気になる方にもおすすめです。

サツマイモの旬は9～11月頃までですが、水分の蒸発した1月～3月頃のものが最も美味しいといわれます。焼き芋や天ぷら、大学芋、スイートポテトなどの大好きなメニューで食べてみてください。

## 大雨災害義援金として寄贈

さわやか市大平前の特設会場で柿・柚子祭りを11月11日（土）～11月13日（月）、秋の収穫祭を11月19日（日）に開催しました。両イベントで富有柿やポン菓子の無料配布による募金活動を行いました。皆様からの募金31,975円は、上毛町社会福祉協議会を通じて平成２９年７月５日からの大雨災害義援金として寄贈しました。

## 図書館だより

げんきの杜図書館　℡ 72-1633

■図書館開館日のお知らせ
火曜日～土曜日　10:00～18:00
日曜、祝日　9:00～17:00
休館日/毎週月曜日、年末年始、特別蔵書点検

■図書館のHPができました。本の簡単検索ができるようになりました。
ぜひ、ご利用ください。　http://www.koge-lib.jp

**おもかげ**
浅田次郎【著】
毎日新聞出版（入荷済）
定年の日に倒れた竹脇は、ベッドに横たわる自分の体を横目に、奇妙な体験を重ねていた。自らの過去を彷徨う竹脇の目に映ったものは…。心揺さぶる、愛と真実の物語。

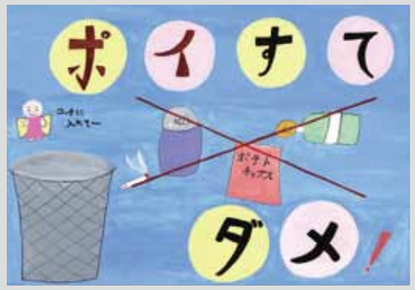
**おもちのかみさま**
かとう まふみ【作】
佼成出版社（入荷済）
初めは柔らかかったのに、長い時間が経って、身も心も固くなったおもち。「わたしは特別なおもち。食べられるなんてまっぴらごめん！」と旅に出ますが…。ガンコなおもちの運命やいかに!?

### おすすめ本

| | | |
|---|---|---|
| 日野原重明の世界 | | 中央法規出版 |
| 有元葉子の料理教室春夏秋冬レシピ | 有元葉子【著】 | KADOKAWA |
| ノーマンズランド | 誉田哲也【著】 | 光文社 |
| グレッグのダメ日記にげだしたいよ！ | ジェフ・キニー【作】 | ポプラ社 |
| オリンピックのおばけずかん | 斉藤洋【作】 | 講談社 |

※すべて入荷済

## 環境ポスター入選作品




西吉富小４年　柳　凜花

## 環境標語入選作品

**捨てるゴミ　あなたの意識が　エコの量**
南吉富小４年　河津　飛翔

**始めよう　だれでもできる　ゴミ仕分け**
友枝小５年　今西　優衣

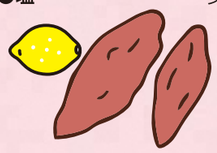
## 地産地消レシピ

上毛町食育ボランティアグループ

## さつまいものレモンバター炒め

材料（2人分）

- ●さつまいも……1本
- ●バター……大さじ1
- ●レモン汁……小さじ1～2
- ●しょうゆ……小さじ2
- ●塩……少々



① さつまいもを食べやすい大きさの細切りにして、しばらく水にさらす。
② 熱したフライパンにバターを入れ、バターが溶けたらさつまいもを炒める。
全体にバターが回ったらレモン汁をふりかけふたをする。
③ 弱火で食べられる固さになるまで3～5分炒め蒸しにする。
④ フタを外し、しょうゆと塩を加え、火を強めて水分を飛ばすように炒めたら完成。