山のある風景

九州横断道路を九重へと向う由布院のはずれにある水分峠を越すと山と草原ばかり。その中に鈍い光を放つ火口湖の小田野池と、北欧的なムードを漂わす人造湖の山下池が見える。この二つの池にはハイウェイのオアシスといった趣きがある。左の山が由布岳、右が鶴見岳。

小田野池と山下池

画（墨淡彩）　17分会　姉川良男

姿見

広告紙が高級品に

三川ブロック　田中正子

私は仕事の関係で毎日のように各家庭を訪問しています。ある日、西原の井上さんのお宅へ偶然に伺いました。

ふと見ると部屋の隅に竹細工のような細い棒が立っているのに気づきました。よくはわかりませんが、七、八本ぐらいでしょうか。よその家の品物だから勝手にさわることもできません。何だろうかと思いながらたずねもせずに帰りました。

ある日、電器屋さんが催した料理の講習会にぜひにと誘われ参加したところ、そこに井上さんもきておられたのです。

専門家の手でいろいろな料理がつぎつぎに出来上がり、私たちは見ているだけで、試食もさせてもらい、感心しながら食べたのでした。

予定された二時間はあっという間に過ぎ、世間話に花が咲きだすと、井上さんは新聞の広告をていねいに折り、切って、編み棒で巻きはじめられました。

いかにも簡単そうに見えます。「何ができっとネ」とたずねると、「カゴよ」とのこと。

それでこの前伺ったときに見た棒のわけがわかったのです。この棒をていねいに組み合わせ、表面にニスを塗ってカゴの出来上がりです。それが何とも高級品に見えます。

そこで私もひまを作って挑戦してみました。やってみるとなかなかむずかしいものです。

なんとか三つできました。そしたら孫が頭にかぶり、また、知人がほしがるのであげることにしました。さらに一つ作りましたが、もうちょっとうまくできたらなぁと反省しながらいま研究（？）中です。

まだはじめたばかりですが、人にできて、自分にできないことはないと思うのですが、私の手先が不器用なのか、あるいは歳なのかと考えさせられています。

囲碁愛好会が総会と大会

総合優勝杯は沖さんの手に

三池労組の囲碁愛好会は、三月三十一日午前九時から組合事務所で総会と囲碁大会を開きました。

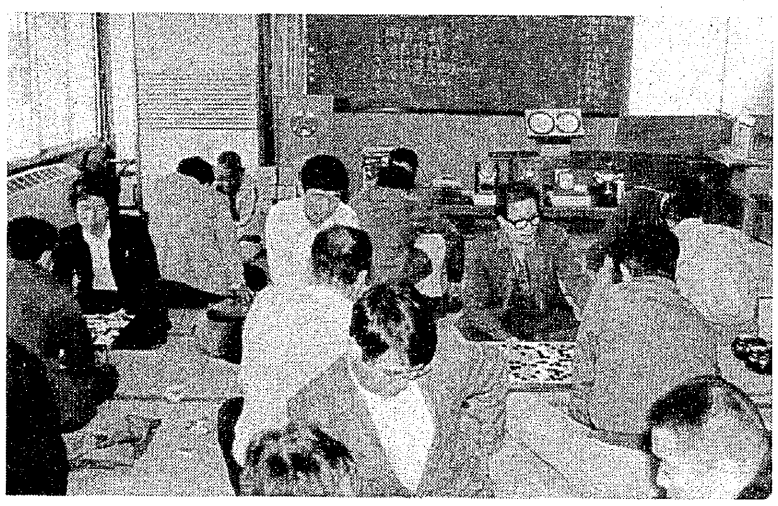
総会で選ばれた役員

会長　高木哲雄
事務局長　井口勝吉
事務局次長　沖克太郎
会計　久保田睦男
監査　猿渡章博
監査　浦川秀夫

囲碁大会の結果

A組1位　金子八郎（O・B）
2位　高木哲雄（4分会）
3位　井口勝吉（9分会）
B組1位　沖克太郎（14分会）
2位　荒木一徳（11分会）
3位　村中利行（4分会）
C組1位　宮崎勝（1分会）
2位　井上文雄（14分会）
3位　黒田定（15分会）

なお、対戦成績の結果、総合優勝は沖克太郎さんに決まりました。



総会では田口書記長が組合を代表してあいさつ。総会を終えたあと、中食をはさんで夕方まで熱戦がつづいた。3番方上がりの組合員もいたようだ。ご苦労さん。

くらしの歳時記

磯遊び　二つの島の　つづきをり（虚子）

山遊び、野遊びと同じように、四月春たけなわのころ、潮の退いた磯辺に出て一日の行楽を楽しむ風習は昔はあった。汐干狩りとは違うし、ただ海岸をぶらぶら歩きをするといったことでも違う。もっと積極的な、近所誘い合って浜に出て、流木を集め持参した弁当を開き、磯でとれた魚貝類を煮たきして、一日おおいに気晴らしをするといったひとつの行事であった。

今日では行事という意味では遊びがすたれてしまったもう一つの理由であろう。

だが、適当な海岸をえらんで、春の海の陽にあたることは、冬も早すたれたものといえよう。しかし、こうした行楽は今日も存続させたいものである。

毎日の忙しい生活の中では一家揃って、海岸に出て、海気浴をするという機会は余程努力しなければ得られない。また、汚れた海岸では磯遊びもなかなかままにならないということも磯の不足がちだった日光を取り戻すひとつのチャンスである。取り戻すのは日光不足だけではない。エクトカルペンを多く含んだ海塩粒子を胸いっぱい吸い込めるのも、磯遊びのひとつの特色である。また、それが一家だんらんの磯遊びなら、精神衛生上さらにすばらしいものとなろう。

安全に十分気を配りながら、なるべく、海しぶきが立つような荒磯に近いところがなお効果的であるし、胸いっぱい潮風を吸い込む呼吸運動をときどき意識的に行うことも大切である。

（かみやま・けいぞう＝生気象学者）

× ×

くらしの知恵

見直そう日本の伝統食品

豆腐　同量のたんぱく質をとるのに、大豆なら肉の半分強のカロリーですむ。豆腐はその大豆の最も消化しやすい形。

納豆　納豆菌によりビタミンB_1、B_2、B_6、B_{12}がたっぷりつくられているので、まさにスタミナ源・ビタミンB群の宝庫。納豆のネバネバはムチンと呼ばれるアミノ酸の一種。胃壁を保護し、消化吸収を促進する。

梅干し　梅干しに含まれているクエン酸は、疲労のもとになる乳酸の過剰発生を防ぐ。体を健康的なアルカリ性に整える働きもある。ただし塩分のとり過ぎにならぬよう要注意。

海草　ヨード、カルシウム、たんぱく質、鉄分、ビタミンA、B_1、B_2などが豊富。ヨードには動脈硬化の予防効果が。

ちりめんじゃこ　骨の成長を促すばかりでなく、イライラを抑える効果があるカルシウム源として有効。また全体食（生物の個体全部を食べる）の代表なので、総合的にバランスのとれた栄養食品。

幼児も参加

親子スポーツ交流

春闘への決意こめて

春闘勝利への決意をこめて、主婦会としてみんなが参加できて、楽しめる親子スポーツ交流『ビーチバレーボール大会』が初めて取り組まれました。

三月三十一日の日曜日。「送るだけ」だという主人と子供と一緒に会場の荒尾市体育館に行きました。

すでにコートも準備され、練習している人もいました。九時半、全員集合し中原東ブロック長の司会で開会。平川主婦会長、中原組合長から春闘情勢の説明を含めたあいさつがありました。

久保田議長の選手宣誓のあと、模範試合で藤田事務局長からルールの説明があり、私もビーチバレーボールは初めてでしたが、審判を引き受けることになりました。

試合は四コートを使って進められました。最初はいやいやながら参加した主人も、夢中になって頑張っていました。

試合は河内山チームの優勝で終わり、表彰式のあと、福引きがあり、解散後は小春日和の中を咲きはじめた桜を見ながら、それぞれ弁当を開き楽しい一日でした。

今きびしい資本の攻勢と、巧妙なマスコミ操作で、ともすれば流されそうな心に、みんなで集まって行動することがいかに大切か、楽しいことかということをあらためて理解できたようです。

このような主婦会の行事に、もっと多くの会員のみなさんが参加してほしいと思いました。

（西ブロック　村上玲子・記）

あいにくと地域の行事などが重なったが、子供や組合員を含めて50人余りの参加で和やかに交流。（荒尾市体育館で）