



あなたの食事代が福島県への募金に・・・



弘前から車で50分ほどのつがる市柏のユニバーサルデザイン庭園・^{ゆめにお}夢庭内にある「農家レストランありがとう」に行ってきました。

田んぼの中を走り抜けるとそれらしい建物が現れ、駐車場に車を止めるとご主人の荒谷さんが出迎えてくれ、さっそく手造りの庭園の案内をしてくれました。映画のセットのような庭園には本丸御殿、二の丸御殿、三の丸御殿、茶室「妙心庵」、荒谷さんの作品が飾ってある「青森ひばの小さな美術館」、そして「農家レストランありがとう」が並んでいます。

レストランと言っても基本的なメニューはひとつ。青森ひばを串に使った“ひばたんぼ鍋”、つがる市(周辺)の郷土料理でミョウガにシソの葉、きゅうり、キャベツ、もち米が材料の“すしこ漬”、生地にりんご果汁の入った“しとぎ餅”にコーヒー付で500円(税込)。

30℃を越える暑い日でしたが、そよ風が心地よい木陰のテーブルで頂く料理にワクワクです。月の第1週目は“すしこ巻”を作るそうで、頂いたのは素朴ながら野菜がいっぱいのうどん、すしこときゅうりとりんごの入ったフルーティーな海苔巻“すしこ巻”ときゅうりの漬物、この日はメロン果汁を使ったさわやかな味のしとぎ餅にコーヒー。朝採りの枝豆も特別に出して頂き、これがまた手が止まらなくて・・・



自然を感じながら昔の原風景の中で美味しい料理を頂き食事代は500円で『福島募金』と書かれた箱に入れます。奥様が福島県出身ということもあり、収益金は福島県社会福祉協議会へ震災後毎年『福島募金』として送っているそうです。

荒谷さんは福島募金の他、京都で10年修行した腕を生かし地元の中学校の松の木の剪定を20年続けていて「ボランティアは好きだから」と話してくれました。

レストランは日曜日だけの営業ですが春は桜、夏は木陰で、秋は紅葉、冬はだるまストーブを囲んでと四季折々楽しめそうです。誰かと話したい、誰かに会いたい、手作りのホッとする食事をしたと感じたとき「レストランありがとう」まで足を延ばしてみてください。きっと素敵な時間を過ごせると思います。 ※荒谷さんは『あおり食命人』に任命されています。

『農家レストランありがとう』

つがる市柏下古川絹川111-3

☎ 0173-34-5435

☎ 080-3146-8331



ひとくちメモ

ボランティアに限らず、普段の生活のなかで何かをしてもらった時、心配してもらった時など「すみません」と言っていないですか。その「すみません」を「ありがとう」に言い換えてみてはどうでしょう。「心配かけてすみません」ではなく「心配してくれてありがとう」「たくさん頂いてすみません」を「たくさん頂いてありがとう」
「すみません」よりも「ありがとう」の方が相手も嬉しく感じるそうですよ。
「ありがとう」は魔法の言葉です。

“知的探究心へのお手伝い”

一般社団法人 弘前文化財保存技術協会 代表理事 今井二三夫

朝の8時をまわった頃、電話が鳴り響く。「はいー おはようございます 今井です」「あー今井さんだが、忙しいご迷惑だけど、この日の午前でも午後でも身体っこあいでねべが。弘前城の話っことば、町会の人達さ聞がせでけねべがな」「ああ、その日だば大丈夫だ。どごさ行けばいいんです」とか、「学校の総合学習として学区の歴史を子ども達に聞かせたいので謝礼は無いのですが、子ども達のためにご協力頂けないものでしょうか」といった地域の歴史を語って欲しいとの依頼が、大人から子どもまで幅広くよせられるようになっていきます。これも100年ぶりの弘前城天守の曳き屋のおかげなんでしょうか。私が話し始めると、子ども達の瞳がキラキラと輝きだし「へー、あそごにはそうしたことがあったんだー。たまげだなー」だと。郷土史の話題は大人も子どももありません。誰もが楽しいひとときを過ごせるのです。

弘前の、そして地域の歴史を学びたいというのであれば、歴史の専門家ではありませんが私でよかったらお手伝い致します。どうぞお気軽にお声をかけてみて下さい。



ボランティア 体験記

弘前市立病院では、出演者のみなさんのボランティアにより定期的に『ファミリーコンサート』を開催しています。7月には三大小学校の箏クラブの子どもたちが演奏しました。



お箏のコンサートを終えて

弘前市立第三大成小学校 六年 三上叶^{のあ}愛

わたしは、市立病院でのコンサートに参加してよかったと思いました。それは、コンサートに向けてしっかりと心構えができたからです。今年はいろいろなことに挑戦しようと思い、コンサートが決まってからは、お箏の練習を一生懸命頑張りました。いよいよコンサート当日です。患者さんや看護師さんなどたくさんのお客さんがいて、お母さんも見に来ていて、とても緊張しました。わたしは「さくらさくら」の前奏の部分をソロでひいたのですが、なぜかいつもより大きな音に聞こえました。でも、みんなでひき始めると緊張はほぐれ楽しく感じました。わたしの目標は『患者さんが笑顔になるように演奏する』だったので、いつもよりゆっくり丁寧に、強弱に気をつけて頑張りました。きれいな音で演奏できたと思います。これからもボランティア活動に積極的に参加していきたいです。

豆知識 シソ



シソはビタミンやミネラルが多く、特に美肌効果や成長促進効果が期待できるカロテンは野菜の中でもトップクラス。赤シソ、青シソ（大葉）は見た目の色が異なるものの栄養素はほとんど同じと言う。

特有の香りは臭覚神経を刺激して胃液の分泌を促し食欲を増進させる。健胃作用もあるので、夏に冷たい物を入れた疲れた胃に食してみてもいいかも・・・。

美肌効果もあるので食べ続けると夏の太陽を浴びたお肌がプルプルになるかも・・・



編集後記

残暑の中、汗を拭き拭きスタッフ会議に向かう。「暑さ寒さも彼岸まで」そうこうしているうちに、又厳しい冬がやって来る。今のうちに、お日様をいっぱい、いっぱい体内に取り込んでおかなくちゃ・・・

会議の会話を聞いていると、情報収集の大変さ若いスタッフの努力には頭が下がる思いです。お陰で脳は活性、目から鱗です。

「炎天が楽しくもある北の夏」 奈良岡



＜製作＞市民ボランティアスタッフ＜製作協力＞弘前市ボランティア支援センター
〒036-8355 弘前市大字元寺町1-13 弘前市民参画センター内
TEL:38-5595 FAX:36-1822
H P: www.city.hirosaki.aomori.jp/volunteershien/

※ URL が変更になりました。
情報紙についての意見・感想をお待ちしております。