



井戸端ばなし・・・



暖冬といわれた冬も曇りや雨の日が多く、去年より寒かったような気がします。冬季オリンピックもいまひとつ盛り上がりせずに終わってしまいました。3月9日の雪には参りましたね。それまで暖かかったので車のタイヤをスタッドレスからノーマルタイヤへ取り替えた人が多いようで、夜私の家の近くで、スリップして坂をのぼれず、空き地に車を止め歩いて帰る人を見かけました。翌朝20号坂道で路肩に放置された車を何台も見ました。雪道の運転が怖いと代行車を呼んで帰った人もいるようです。今年の桜の開花日は平年より9日早い3月20日で、満開は平年より7日早い3月28日でした。このところ肌寒いので桜の花も長持ちしそうですが、お花見にはちょっとお日様が出ていないと寒いです、花より団子、お酒を飲んで暖まっている人も多いようですが、お酒を飲んで車の運手は絶対にしないで、代行車など呼んで帰ってください。



(H 22 年 3 月 22 日 撮影 - 小林)

中央市布施にある、粘土節で有名なおたか女像と碑がある「妙泉寺」。その境内の真ん中で堂々と咲いているしだれ桜。見上げると、力強さと気品とを備え持ったその姿に、日本の春の美しくさを再確認させられたような気がしました。

少し遅れて今度は広い境内の回りには、何本もの桜が咲き始めます。それも又美しく、道に沿って咲いている事で、毎日忙しく走り回らなければならない人の心も、癒されるのではないかと思います。この通信が着いた頃には、きっときれいに咲いているのではないのでしょうか。やっぱり桜最高!!! 毎年春になると感動を味あわせてくれる桜に心から感謝! です。

野菜？香辛料？の効能のご紹介

今回は、野菜のような香辛料のような、どちらに分類して良いのか私にはハッキリ分かりませんが、どなたにもお馴染みな三種の効能を調べてみました。

唐辛子



血行を良くして発汗を促す（カプサイシン）働きにより脂肪を燃焼し、肥満予防に効果があります。副腎のアドレナリンの分泌を活発にさせ、心筋の収縮力を高め、血液循環を良くすると共に、血管の弾性を高めます。又、ビタミンA、ビタミンCが豊富に含まれていて夏バテ予防効果もあります。ただし、摂取しすぎると味覚の麻痺、胃の粘膜の損傷、その他マイナス面もあるので注意！

にんにく



免疫力を高め、ガン予防に効果がある。殺菌作用があり、ビタミンB1の吸収を助ける働きをし、疲労回復や滋養強壮にも効く。（以上アリシン効果）。スコルジンは末梢血管を拡張させ、全身の血行が良くなり冷え性、不眠症に良い。その他かっけの原因であるビタミンB1の欠乏を補う力があつたり、神経痛、筋肉痛の痛みを和らげる効果もあります。動脈硬化、血栓、高血圧の予防などにも効力があるとの事。にんにく恐るべし・・・ですね。

ただし、消化器系の弱い人、高血圧の人、貧血気味の人、老人、子供、などは量や回数を控えめに。

わさび



辛み成分が脳の神経細胞の再生を促し、記憶力や学習能力を改善させる。ペルオキシターゼという酵素が身体に入り込んだ異物の解毒促進、染色体異常の抑制、突然変異を誘発する放射線から身体を守る効果もあります。その他にも血液中の血小板の凝集を抑制し、血液サラサラになり、動脈硬化などを防ぎます。強力な殺菌作用が、食中毒やカビから身体を守ってくれます。O-157 また腸炎ピブリオ、ブドウ球菌などにも強力な殺菌効果があります。（お弁当の蓋をわさびの切り口で拭いておくと、お弁当が腐りにくくなります）。そしてもう一つ、骨量増進作用も発見され、骨粗しょう症の改善にも期待されているとの事。どれも意外な効果があり驚きです。やはり少しずつ継続して摂るのが良い様です。

～・～・春のイベント、おまつり・～・～

第14回武田の杜さくらまつり 4月10日（土）10:00～15:30（雨天の場合11日に延期）

甲府市羽黒町片山1,748 県立武田の杜管理事務所保険休養林内「健康の森」



丸太切り、風車、竹とんぼ作り他、普段できない色々な体験ができます。そして焼きそば、焼き芋、地元産のパンその他模擬店が出店。園内の自然を散策するのも良し、ペピーカーや、車イスが通れるバリアフリーになっているので安心です。（車イスの無料貸し出しもあるそうです。）その他に、生バンド演奏や、ぬいぐるみショーもあり、家族で楽しめますね。当日は夜九時まで桜のライトアップがあるそうです。

笛吹市芦川町すずらんの里祭り 5月28日～5月30日 笛吹市芦川町上芦川



珍しい日本すずらんの群生地。そんな中を散歩するのはきっと清々しいのではないのでしょうか。その群生地の駐車場には期間中特設テント村が作られ、特産物の即売が行われます（9:00～16:00）。この場所まで上芦川バス亭より無料送迎バスが出ます。市営施設である、「おてんぐさん」ではそば打ち体験（¥1,400）もできますので興味のある方は前日までに予約して（055-298-2833）、ぜひ体験してみてください。若彦トンネルの開通により、河口湖大橋から10分ほどの所に農産物直売所も新しく出来たそうです

新人です！故郷の名物を紹介します。

私は、今年から(株)サクセン山梨に入社した坂本と申します。山梨は生まれて初めての土地で、まだ、風景・環境・言葉など少し慣れてきたくらいです。熊本県の北端にある荒尾市と言う有明海に面した人口 6 万人程度の小都市から転入してきました。荒尾市は果物では人頭大の荒尾梨（新高）の生産が全国にはよく知られていると思いますが、今回は有明海でとれる荒尾市の市の魚とされている「マジャク」について紹介します。



マジャク」といいますが、正式名は「アナジャコ」で体長 10cm のエビやザリガニに似た生き物（写真）で、遠浅の有明海で海底の土中十センチほどの奥行きで巣穴を作り、その中に棲んでいます。地元では、掘ります。まず、潮が引いた時、潮干狩りのように目的の場所へ行き、鍬うに 1m × 1m 程度の広さ掘ります。このときマジャクの棲む直径 1 ～ 2 cm 程の巣穴が 10 ～ 20 ヶ所くらい現れます。次に先端をバサバサにほぐした習字の筆を数本その穴に差し込みます。筆の柄が 10cm 程度地面から突き出る状態でしばらく待ちます。するとこの筆を外敵と思ったマジャクが、エビのハサミ（前足？）のような爪で押し上げてきます。筆はみるみる上昇し、筆の毛の部分地面すれすれに上がってきたら、マジャクの爪が毛筆の中に差し込まれている部分を素早く押さええます。するとマジャクは巣穴の奥へ逃げ込もうと体を引き込み始めますが、このとき無理に引き上げようとするとエビのような尾っぽと穴が競り合い抵抗になるので、爪（前足）の付け根から切れてしまい、マジャクは巣穴の中に逃げ込みます。うまく捕まえるには、押さえた毛筆と爪をゆっくり引き上げて、マジャクの抵抗に対して、前足が切れない程度に引っ張り合いをしていると、力尽きてすうっと取り上げることが出来ます。このような漁法は有明海の伝統の漁法と言われている。食べ方は、てんぷら、揚げ物にすると殻ごと食べられ、ビールや酒の肴には最高です。（一度食べたらくせになるのでは…？）

7 月下旬には「マジャク釣り大会」が開催されますので、その期間中に熊本への旅行の機会などがありましたら、阿蘇山・熊本城などに加えて、是非マジャク釣りを行程に入れられたらと思います。

山梨の公共温泉ご紹介（その 3）

今回は、今の季節にふさわしい、ピンクの花に包まれた温泉、笛吹市一宮町の高台にある、その名も「ももの里温泉」をご紹介します。



笛吹市一宮町金沢387-1 TEL 0553-47-4126

定休日は木曜日（祝日の場合その翌日）10:00～21:00 1日券大人 ¥1000 小人 ¥500、3時間券大人 ¥600、小人 ¥400、小学生未満無料 アルカリ性単純泉（アルカリ性低張性低泉） 桃の花の季節には、一宮の景色が一望できるお風呂はもちろん、お食事処なども、ピンク一色の世界・・・！軽食や特産物の販売所もあり、お食事処には、麺類、定食、并他多種菜しめ、飲み物、つまみなども充実しています。そして、100% ¥100円で温泉を購入できる温泉スタンドがあり、我が家のお風呂に持ち帰りできます。花の季節だけでなく、展望露天風呂からはいつも心安らぐ風景が…！



毎週月曜日には、笛吹市にある三つの温泉での共同企画により、バラのお風呂が楽しめるそうです。（ただし、女性風呂のみ） →



月の南北の極にある永久影は、常に太陽光があたることがなく極低温で、水の氷を含めた揮発性の物質が存在しているのではないかと考えられていました。インド宇宙研究機関（ISRO）の無人月探査衛星チャンドラヤーン 1 号に搭載されていた 11 の機器のうち、撮像レーダー「Mini-SAR」は南北の極にある永久影を観測したデータから、月の北極にある 40 以上の小さなクレーターに水の氷が発見された。水の氷が存在すると判断されたクレーターの大きさは直径 2km から 15km ほど。氷は比較的純度が高く、厚みは数 m 程度とみられている。気になる氷の全体量は、個々の氷の厚みにもよるが少なくとも 6 億トンほどと計算されている。Mini-SAR の観測は地下約 1.5m までに限られているため、氷の量が少なく見積もられている可能性もあるようです。月にウサギやかぐや姫が住んでいるのもまんざら嘘でもないような？

2 月 27 日未明に発生したチリ大地震による死者は 720 人を超え、その半数は津波によるもので、マグニチュード 8.8 は観測史上 5 番目の規模、1960 年のチリ地震マグニチュード 9.5 の地震を筆頭に、これまでも数多くの大地震を経験してきたチリにとって、今回の地震規模は 50 年ぶりになります。過去の地震被害から学んだ教訓を生かして厳しい建築基準を導入していました。建築基準が守られていたため、比較的新しい建築物の多くが倒壊を逃れ、数え切れないほどの人命が救われました。しかし、それよりも古い日干しれんが造りの建物の多くは今回の大地震に耐えることができませんでした、比較的新しいアパートなど倒壊は逃れたものの立ち入りが制限された建物もあり、これはどこかの国でもおなじみの耐震偽装が噂されています。1 月 12 日に発生したハイチ大地震で 20 万人を超える死者が出たのは、チリで定められるようなしっかりとした建築基準を導入していないことが主な理由ですが、いくら建築基準があっても手抜き工事をされていれば同じですがね。東大地震研究所は 3 月 1 日、震源断層の長さは 450～500 キロ程度とする解析結果を発表しました。世界最大とされる 1960 年のチリ地震は 600～1000 キロ程度とみられているため、今回の地震断層は約半分程度で、断層面のずれは最大 8 メートルにおよび、これらの結果から算出した地震の規模（マグニチュード=M）は 8.6。エネルギー量は、1960 年チリ地震（M9.5）の約 30 分の 1 程度だった。今回の地震影響で、地軸が約 8 センチずれたため。地球の自転が 100 万分の 1.26 秒/日速まったとされています。2000 年で約 1 秒 しか、いったい誰が地震による地軸のずれを計算したりするのでしょうか？でも地球の傾きを変えるほど地震エネルギーは凄いものですね。

災害に備え避難場所の確認・家族の連絡方法等話し合っておき、最低3日分の水と食料は各家庭で用意しておきましょう。緊急地震速報等が出たら安全な所へ避難、地震が治ったら周りの人に一言かけて安否確認して下さい。巨大地震の後には大きな余震も考えられます、余震で倒壊する物等がありますので十分注意して安全な場所へ避難して下さい。

井戸端ばなし・・・バックナンバーは <http://www10.plala.or.jp/sakusen-yamanashi/>



地質調査・さく井工事・水中ポンプ設置点検
株式会社 **サクセン山梨**
本社：〒400-0056 山梨県甲府市堀之内町818-2 TEL.(055)242-0415 FAX.(055)241-6615
機材センター：〒400-0078 山梨県笛吹市一宮町田中1180
E-Mail sakusen-yamanashi@sakusen.co.jp

