

おいそがしく毎日をお越しのことと思います。

いつも「湖の風」をご支援くださいます、有り難うございます。  
秋号ができ上がりましたので、お送りさせていただきます。

そ〜っと、ほほをなでる、つめたい 風、  
気がつくと、もう 秋、  
そう言えば、夏の主演の虫達が、いつの間にか見えなくなっている。  
富を求め、仕事仕事で毎日を、忙しく暮らしているせいかも  
でも、何回も何回も、夏が去っていったのに・・・・・・

車中、お父さん、お月様がついて来るよ〃 そうか、  
私にも、その様に思えた時が、あったような気がする  
夜空を見上げ、月を見たのは、久しぶりです。

これから、運動会、栗拾い、もみじ狩と、御家族おそろいでの  
機会がたくさんあるかと思えます。  
この秋、実り多い季節となりますよう、心より願っております。  
又、風邪などひかれませぬよう、よくよくお体にお気をつけ下さい。

前回の、たくさんのお便り有り難うございました。  
これからもよろしくお願い致します。

お知り合いで、「湖の風」御希望の方がおられましたら、  
御一報下さい。送付させていただきます。

平成10年10月1日

大津市玉野浦6-26

株式会社 シンケン工業

代表取締役 中本 景幸

TEL 077-545-5362 FAX 077-545-5342

# 湖の風

WIND OF THE LAKE

ほのぼの家族の情報誌



- 2 食べ物を薬にしましょう
- 2 まちかどインタビュー  
ようこそ中継へ
- 3 特集!!めんそーれ沖縄
- 5 ぶらり散歩道  
観音堂
- 5 湖北町水鳥公園の秋  
清水幸男

- 5 連載マンガ〔ぼっけもん〕  
中島智弘
- 6 おたよりポスト
- 6 まちかど掲示板
- 6 プレゼントクイズ
- 6 編集室だより



なんてん

ナンテンはおめでたい木、または難を逃れる木として、どこの家にもあるおなじみの常緑木です。



◆薬効と収穫

●葉を煎じて飲めば、魚の中毒や神経痛、扁桃炎、口臭に効きます。

●眠くなったら生葉を2〜3枚噛むと、すっきりと眠気が治ります。

●実は咳止めの特效薬として知られています。1日5〜10gを煎じて飲めばよく効きますが、作用が強いためそれ以上は飲まないように注意して下さい。

●採取は葉なら8〜9、実は12〜3月が適期です。

健康を保つために薬に頼り過ぎていますか

食物の薬効をふだんの食生活に生かしましょう

食べ物を薬にしましょう  
—薬になる山野草—

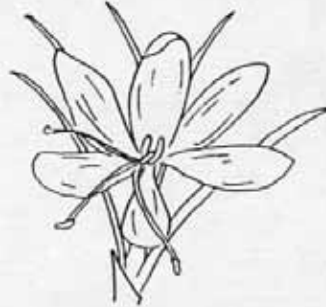
サフラン

花が美しいため鑑賞用として花壇に植えて楽しんでいましたが、薬用や料理にも利用するようになりました。

◆薬効と収穫

●胃痛、風邪による熱、扁桃痛、めまい、生理痛、うつ病などに効きます。

●江戸時代から月経痛、月経不順などの婦人病の民間薬として利用されました。



■執筆プロフィール

村田 文子さん



28年間にわたって県生活改良普及員をし、退職後は地元の公民館などで料理教室講師として活躍。著書に「土に生きるふるさとの味」シリーズがある。能登川町在住。

ようこそ沖繩へ

亜熱帯海洋性気候で平均気温23度の沖縄には、トロピカルフルーツがよく似合います。南国の太陽が育てる熱帯果物の香りに誘われるように、沢山の沖縄の人々がここ「沖繩館」に集います。このお店は沖繩物産館であり、沖繩ソバのお店であり、そして沖繩県人館でもあります。お店を経営している高間エツコさんⅡ甲西町Ⅱは、大変エネルギーッシュな女性です。

まちかどインタビュー



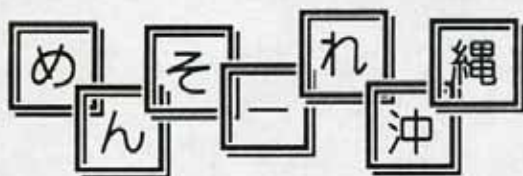
沖繩の音楽と踊りも楽しめます。ぜひ遊びにいらして下さい。沖繩旅行に行った人も、これから行く人と計画している人も沖繩館は楽しめそうです。

■取材メモ

場所：甲西町五丁目  
甲西中央ビル一階  
営業時間：10時〜18時  
定休日：土曜日  
☎〇七四八一七二一五八二三



特集



その昔、中国大陸や東アジア・東南アジアを結ぶ海上の要所に位置する沖縄には、450年もの間続いた「琉球王国」が存在していました。そして、多くの国々との交流を通じ、琉球には独特の文化が育まれました。

そして今、関西国際空港からひとつ飛びの沖縄は、本島はもとより、雄大な自然と素朴な人情あふれる亜熱帯の離島の数々が、多くの観光客を惹きつけています。めんそーれ沖縄

沖縄の楽しみ方



沖縄フルーツランド

15,000坪の広大な敷地に、マンゴ、パパイヤ、アセロラをはじめ、約30種類熱帯果樹のフルーツの香りでいっぱい。



公設市場（マチグワー）

沖縄の食文化がズラリと並んだ庶民の台所。原色の熱帯魚ならではの食材に出会えます。その場でもいただけます。



サーターアンダギー、チャンプルー

サーターは砂糖、アンダギーはテンブラの意味。つまり揚げ菓子。チャンプルーは混ぜるの意味で、ゴーヤチャンプルーやソーメンチャンプルー等。



泡盛

15世紀初めに中国から伝わったと言われる蒸留酒で、特産のお酒として有名です。試飲は飲みすぎに注意。

沖縄ソバ

特産の材料を使用したソバ。麺の上に色々のせる。スベアリブだとソーキそば。



### 首里城

那覇市首里当蔵町の丘陵地に築かれており琉球王国の居城。特に鮮やかな朱の色彩の守礼門は沖縄の象徴です。

### 琉球村

沖縄の昔の姿を再現。黒砂糖作りや機織りなどの実演も見られます。

### 王泉洞王国村

'96年の夏にオープンした工芸のテーマパーク。中でも地下の東洋一の鍾乳洞は必見です。

## 琉球王国 再発見の旅



## 耳より 情報

「国立沖縄青年の家」は宿泊費は無料。料金はシーツの洗濯代136円のみ。食事(朝590円、夕720円)もできます。

「新金一旅館」は1泊2,980円。那覇の中心地国際通りから徒歩3分。絶対オススメです。マンションを改造した旅館。

3日間の旅が29,800円。某旅行会社の1室2名様キャンペーンでは、2回の朝食付きでこの料金。

2日目は、コザと呼ばれる沖縄市へ。昼ご飯に美味しいと噂のタコスを食べる。ミヤコ達はタコライスを食べていた。その後、沖縄の若い子が遊びに行く、イマドキのお店「並ぶハンビータウン」へ。しかし、私たちはそこで紅イモの焼きいもを見つけて、喜んで食べる。ぜんぜんい

また沖縄に行ってきました。1回生の夏初めて行ってから、熱にうかされて沖縄行きが毎年の行事になってしまった私。沖縄と言うと青い海とか、なんとなくミマーハリーな感じしかないあなた。たくさんの方が欧米やアジアの国に出かけているようだけれど、沖縄を忘れてはいませんか？沖縄はもっと熱いのだ、深いのだ。…ということ、今日は私の沖縄旅行記をもって、あなたを沖縄へいざないたいと思います。

今回のメンバーは去年から2回目のミヤコと、飛行機に乗るのも初めてのサトコ。私が部長をしている多国籍料理研究会のメンバーである。料理研究会らしく、飛行機の中で「沖縄で食べるものリスト」をつくる。(たんに食い意地が張ってる)ホテルにチェックインした後は、まちぐわ(市場)を探索。さっそくさーたーあんだぎー(沖縄のドーナツ)を買い食

マ風でないがな。  
3日目は沖縄の信仰の場、神話の聖地「斎場ウタキ」へと行き、聖なる島と聞われている久高島へ。旅をして地形を見ながら、そこにあつた暮らしのことを想像するのは楽しい。夜は最終日ということで、居酒屋で泡盛を飲んで琉球料理を食べた。  
沖縄の人は気軽によく声をかけてくる。朗らかで親切な、おっとりした人が多い。居酒屋の店の人もいろいろサーブしてくれ、記念撮影したりして、とても楽しかった。  
その日、彦根では雪がちらついていたり。さぞ寒かったろう。南国、沖縄に来た喜びをかみしめる。

## 沖縄ちゃんぶるー

田辺 鈴 賀(学生)

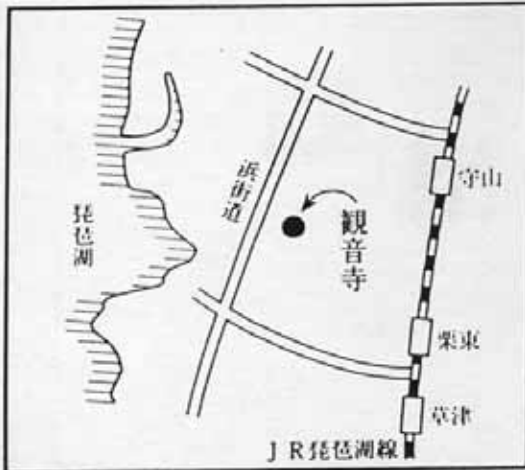


# ぶらり散歩道

## 観音寺

この寺は聖徳太子によって建てられたと伝えられている古希です。寺の周囲の石積みは城郭風となっていて、室町時代の桃山時代、江戸時代には「船奉行」として湖上船管理にあたった歴代の主侍たちの力を現すかのようです。

境内には室町時代の「阿弥陀堂」、江戸時代の書院の代表作「観音寺書院」があり、その他にも不動尊像や仏像書画など国指定の重要文化財も多く、近江の正倉院ともいわれています。

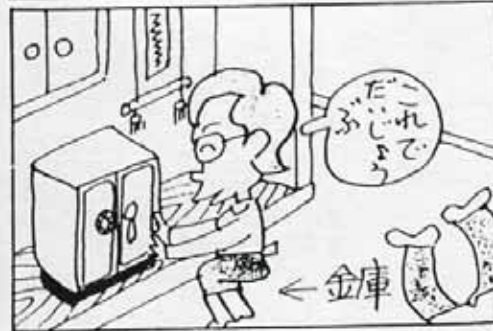


- 案内：拝観は事前に予約
- 電話：〇七七―五六八―〇五四八
- 位置：守山市芦浦町
- 駐車場：なし



## ほっけもん

松茸



## 「湖北町水鳥公園の秋」

9月に入り、心地よい秋風が湖面を吹き抜けるようになると、気の早いカモの仲間や北から南下してきたシヨウドウツバメ、ノビタキ等の姿が見られるようになり、鳥の世界では秋の移動が始まっている事が解ります。9月も末になると、待ちに待ったオオヒシクイの第一陣が姿を現わします。他を圧倒する褐色の大きな鳥は、あたりを警戒しながら野鳥センター前で羽を休めます。この頃カモの仲間日は増しに多くなり、冬の小鳥の姿も見られるようになります。夏を過ぎた鳥達は、追われるように

南下を急ぎ、野山の動植物は一齐に冬支度の準備を始めます。10月も末になると、あの優雅なコハクチョウが渡来し、11月には冬の鳥達が出揃います。この頃雄のカモ達は、あてやかな衣装に衣更えをし、いよいよ冬本番となります。秋から冬が水鳥公園の最も賑やかで面白い季節です。この冬は、美しく着飾った水鳥や精悍なワシタカ類を、心ゆくまで楽しんでみてはいかがでしょうか。

湖北野鳥の会 事務局長  
湖北野鳥センター  
琵琶湖水鳥・湿地センター  
専門員 清水幸男さん

# おたよりポスト

「湖の風」夏号に絵を載せていただきありがとうございました。これからも応援いたします。がんばってください。

神崎郡 小杉みゆきさん(中学生)

これからも応援いたします。がんばってください。

彦根市 西村フサさん

このたびは「湖の風」第9号をお送り下さいまして誠にありがとうございます。拝見後は郷土誌のファイルに取さめております

大津市 山本 進さん



小杉みゆきちゃん(中1)

いつも「湖の風」を送っていただき本当にありがとうございます。「湖の風」およびスタッフの方々のよりいっそうのご発展をお祈り申し上げます。

栗太郡 宮坂 広さん

いつも「湖の風」拝見いたしております。今年も大阪で展示をすることができました。大阪遠いですがお知らせまで。

草津市 手しごと工房「遊」岩下雅子さん

暑中見舞い申し上げます

大津市 杉本延二さん

## プレゼントクイズ



### 栄光のゴールをめざせ

きょうは秋の大運動会。六人が決勝に残って競争した。

期待のワン太選手は、きのうの夜遊びがたたって、最下位でスタート。これはいかんと耳ふり乱して疾走し、四位に進出。

そしてゴール寸前、前を走っていた三位のチュウ吉をぬいて、そのままゴールインした。

さて、ワン太はなん着にはいったでしょか?

ワニ文庫「パズル中毒本」から

中山道守山宿伝統芸能の夕べ  
10月17日(土) 17時00分~20時00分  
守山市馬路石邊神社 JR守山駅からバスで「吉身」下車、徒歩5分  
☎077-582-2993・0025  
比良山平日ハイキング会  
10月21日(木)、27日(火)  
志賀町比良山系を満喫できるコース  
(要予約) JR湖西線比良駅からバス15分、比良リフト山麓下車  
☎比良索道(株)077-596-0516  
希望が丘ふれあい広場  
11月15日(日) 雨天時11月22日(日)  
希望が丘文化公園スポーツゾーン  
フリーマーケット150店など楽しさ満載  
☎公園 077-586-2111  
♥みなさんの伝言板としてご利用下さい。



## プレゼント テレホンカード

正解者の中から抽選で20名様に

◆応募方法  
一枚のハガキに★住所★氏名★年令★職業を明記のうえご応募ください

◆あて先  
〒520-2142 滋賀県大津市玉野浦6-26  
株式会社シンケン工業  
「湖の風」編集室

◆締切 11月10日(火) 消印有効  
◆当選発表  
「湖の風」冬号で発表します。  
春号(VOL.9)の答えは3が正解でした。

## 編集室だより

◆いつか沖縄特集を、と考えていたのですがやっとできました。読者の皆様にとって沖縄はどんな所でしょうか。

湖の風 秋号  
平成10年10月1日発行 無料  
表紙 宮川りえ  
編集人 逆瀬川悦子  
発行人 中本景幸  
発行所 (株)シンケン工業  
〒520-2142  
滋賀県大津市玉野浦6-26  
電話 077-545-5362