

夏の到来です。 海に山に、又キャンプもいいですね。

日焼顔で網を持って 自信满满のお兄ちゃん。虫かごを持って後からついていく妹。こんな姿が目につかびます。

ほのぼのの家族の情報誌「湖の風」夏号ができ上がりましたので  
お送りさせていただきます。

小雨が上がり、対岸の明かりが ささやくように 水面に揺れている。  
こんなにも 優しく見えるものかと 夏になるといつも思う。

古より時は流れ 新しいものを育み 流れ続ける瀬田川。

この地に来て 琵琶湖の美しさと広さには 何度も力付けられ  
希望を与えてくれた。 あれから何回夏が来たろう・・・。  
開放的な夏が来たというのに 夜の水面はなぜか人恋しい。

夏の日が高い。 夕暮れまで家の前で遊ぶ子供

「あ！お父さんが帰って来た」大きな声で 喜んで迎えてくれる。  
明日はきっと 明るい内に帰ろうと思います。

これからは家族そろっての活動的なシーズンです。

海水浴、キャンプにアスレチック そうそう 里帰りも。  
スケジュールいっぱい。 でも ゆったりと まず健康で  
いい夏をお過ごし下さいますようお願いしております。

前回はたくさんのはげましのお手紙を頂きありがとうございます。

今後ともご支援下さいますようお願い致します。

滋賀県大津市玉野浦 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

夢は助産婦に

3 特集！おめでとう3周年

5 ぶらり散歩道

緑号と福号

5 夏の星

さそり座

5 連載マンガ〔ぼっけもん〕

中島智弘

6 おたよりポスト

6 プレゼントクイズ

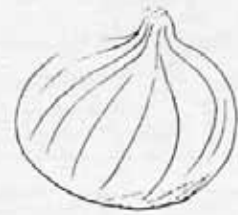
6 編集室だより





玉葱

ヨーロッパでは4000年の歴史がある玉葱は、野菜の王様の存在です。「1日1個の玉葱は医者を選ばせる」との言い伝えがあるとか。



- 栄養と薬効  
玉葱に含まれる硫化アリルは胃の消化液の分泌を活発にし、食欲を増進させスタミナをつけます。
- 血栓ができるのを防ぎ、できた血栓を溶かす働きがあります。脳卒中の予防効果があります。
- 筋肉通には玉葱湿布がききます。玉葱、大根を同量ずつに、生姜をすりおろして、ガーゼにのばして痛む部分に湿布します。

食べ物を薬にしましょう  
—薬になる野菜—

年中出回っていますが、味が濃くなるのは夏です。赤、黄、橙などもあり料理に彩りを添えます。

ピーマン

- 栄養と薬効  
ピーマン独特の深緑色は葉緑素によるものです。これには整腸作用があり、便通をよくし、排泄機能を高めてくれます。
- ビタミンCは風邪の予防、疲労回復、肌荒れ防止に効果があります。
- ビタミンPは毛細血管を丈夫にします。高血圧、動脈硬化に効きます。



「どうもすいません。こんな雨の日に」「いえ、かまいませんよ。気になさらないでください。」

夢は助産婦に

こんな会話を始まった今回のインタビュー場所はJR栗東駅前にある大型店。買物の合間にお話をお聞きしたのは、県済生会看護学校を卒業したばかりの山本幸子さん。草津市です。今春、学校では看護婦や看護士をめざして勉強してきた看護学生六十六人が卒業しました。山本さんはこの日卒業生を代表して答辞を述べた成績優秀な女性です。

まちかどインタビュー



道が注目されています。「緊張の連続のお仕事ですが、休日はどうな息抜きを?」「休日はありません。ハハハッ。主婦ですから」いやーこもつとも。インタビューの間も三人のお子さまは、元気におしゃべりしたりママに甘えたり。楽しいファミリーです。

「将来の抱負ですか?助産婦になれたらいいなと思ってます。」目標に向かって彼女の勉強はまだまだ続きます。仕事を通しての多くの人の出会いは、自分も成長しますから、との話しはとても印象的でした。

健康を保つために薬に頼り過ぎていませんか?

食物の薬効をふだんの食生活に生かしましょう



■執筆者プロフィール  
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「土に生きるふるとこの味」シリーズがある。能登川町在住。

感謝の言葉が自然に。「看護婦さんのお仕事は随分忙しいですね」「独身の頃は夜勤もありましたし、腰痛とか胃の病気をした事もありました。自分が心身ともに健康でないと勤まりませんね。現在は私の頃に比べて夜勤など改善されてきていますよ。」世間では医療ミスや、脳死による臓器移植などの報







編集室から

早いもので今回の夏号で3年が経過しました。これまで継続できたのも、ひとえに皆様のご協力のおかげと感謝いたしております。

ここに「特集！おめでとう3周年」をお届けします。今後も元気な紙面、ほのぼのとした紙面をモットーに邁進してゆきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。



第2号で登場いただいたトカシキ君(28)は、アルバイトで貯めたお金でバイクを購入。2ヶ月かけて北海道からツーリングしながら故郷の沖縄へ帰りました。お元気ですか？

湖の風

- 1000円
- 500円
- 100円
- 50円
- 10円
- 5円
- 1円



創刊号から1年間は小野信吾さん(長浜市)に表紙をお願いしました。自宅まで尋ねOKをいただいた時の嬉しさは格別でした。



第3号ではW・Mブォーリス氏ゆかりの明治の洋館を尋ねて近江八幡市へ取材に。こんな時あつというまに一日が過ぎてしまいます。

いろいろなメディアでご活躍の福山聖子さんの絵が第5号から表紙に登場。レンタル特集ではあちこちのお店に取材。まったく対応してもらえなかったお店もありトホホッ。

世界的に有名な天文台が大津市にあることを知りさっそく取材に。ちょっとした物知りになった気がして、ほのぼのとした気分になりました。

3周年おめでとうございます。これからもフットワークと手づくりのよさを大切にがんばって下さいね。(大津市) 福山聖子さん



公園ウォッチングの取材で行ったものの、人影が全くなく困りました。そんな公園の写真が第6号です。

“湖の風”3周年おめでとうございます。最初、インタビューなんて初めてのことで、とてもはずかしい気持ちでしたが、私たち家族にとってはすごくいい思い出になりました。載せて頂いた、湖の風は大事にしたいと思います。これからも、お体を大切に頑張ってください。又どこかでお会いできたらうれしいです。P.S. 皇子山でお会いした時は野球をしていましたね。祐貴が5年生、和貴は3年生になりました。2人ともスポーツ少年団でサッカーをしています。(大津市) 中山鋭二さん・祐貴くん・和貴くん



読者のお便りが届き始め、コーナーを設けて紹介が始まったのが第7号でした。お便りが編集室の元気の源です。



ささやかな日常のあれこれ  
湖の風と共にさざ浪となって三年お  
目出とうございます  
私も来年は西暦2000年を記念して再  
びカヌーに依る琵琶湖周航を予定し  
ています。湖周200kmを写真を撮り  
ながらの小さな旅です。H11.6.4  
(左京区) 増井敏郎さん・裕子さん

「食べ物を菜にしましょう」の連載が第8号から。村田文子さんを尋ねて、能登川町のご自宅へ伺った時、手作りのお菓子を味見させていただきました。ごちそうさまでした。



現在の表紙になったのが第9号から。宮川りえさんは京都にお住まいです。季節感あふれる絵が好評です。



沖縄の魅力を語っていただいた高間エツコさんは第10号の街角インタビューにご登場いただきました。お元気ですか？

3周年、おめでとうございます。  
私も今号で1年めぐらせてもらえました。私のような素人のつたない絵を扉につかって頂き本当に有り難く思っております。  
湖の風のお仕事をさせてもらう様になつて、絵に対するモチベーションも高まり、絵を描く事がもっと好きになりました。今後も皆様に広く受け入れられる絵を描ける様頑張りたいと思います。  
(京都市) 宮川りえさん



食べ物のお店がこの紙面に初登場したのが、第12号でした。カラーでご紹介できないのが残念です。

「びわこわんわん王国」にインタビューに行った日に、肝心のカメラを忘れて啞然。PR用の写真を借用して急場をしのぎました。



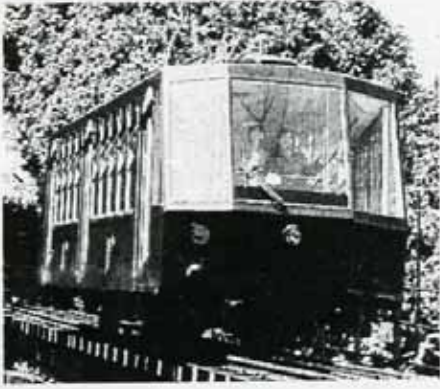


# ぶらり散歩道

## 緑号と福号

ちよつと前の話して恐縮なんですが、5月のゴールデンウィークに、石積みのある門前町坂本を起点に、比叡山高校の近くからケーブルカーで比叡山へあがり、さらに山頂の東塔から西塔までを散策しました。織田信長によつて焼き討ちにあったこともあるこの比叡山・帯は、世界文化遺産に登録されている歴史的にも貴重な地域です。

この坂本と比叡山の間をヨーロッパアンスタイルのケーブルカーが往復して観光客を運んでいます。日本で、番長と言われるこの坂本ケーブルは、昭和2年に開業し、6年前の夏に全面的な改装を行いました。およそ10分間ほど乗車するこ



## ぼっけもん

銭湯



の2台の車両の名前が緑号と福号です。良い緑(円)を導き、幸福を導くよう期待して命名されました。

■案内：比叡山 坂本ケーブル ☎〇七七一五八七〇五三一

■料金：大人/片道八四〇円、往復一五七〇円

■交通：JR湖西線比叡山坂本駅 京阪電車石山坂本線坂本駅

比叡山鉄道 往復乗車券 ケーブル延暦寺 ケーブル坂本 1,570 円

大台屋 白身魚料理

## 夏の星

### さそり座

夏の夜空の代表的な星座は「さそり座」でしょう。暑い夏の一日が暮れると、南の地平線からあまり高くないところに、大小の星がたくさんまたたいていますが、その中で銀河の西(右手)にローマ字のS字形に並んでいる一群が、このさそり座です。夏の間だけ宵の空に見えるだけです。いっそう夏

### 星空への招待



恐れサソリ座が地上線にのぼるころは決して現れないといえます。

の星座の代表にふさわしいですね。ギリシャ時代の物語りで、巨人オリアオリ

オンが自分の強さを豪語したので、女神が彼をさし殺させた毒サソリだそうです。ですから、オリオンは星になつてからも、サソリ座を





# おたよりポスト

≡拝啓 御恵送の湖の風ありがたく頂戴いたしました。

大津市 山本 進さん

≡“食べ物を薬にしましょう”“ぶらり散歩道”などすぐに役立つ情報で食べ歩き好きな私には楽しみです。

向日市 米海 静代さん

≡「湖の風」毎回楽しく拝読させていただき、有難うございます。この度、夫の転勤により希望どおり地元、滋賀に帰ってまいりました。今までは故郷を懐かしむといった気持ちでおりましたが、十数年ぶりの地元は全く、知らないことばかり。これからは是非さまざまな情報の提供をお願いいたします。

大津市 伊佐治文子さん

≡今月のクイズは少し考えてしまいました。当たっているといいけど…。

神埼郡 小杉 敬子さん

≡とっても面白いクイズでした。

伏見区 立花 嶺行さん

≡新緑の候 たのしく暮しています。

大津市 杉本 延二さん

≡ター坊へ早速行ってきました。「マヨタコ」と「キムタコ」どちらも、オリジナルな味で、とってもおいしかったです。またおいしいお店を紹介して下さい。

大津市 松田みどりさん

≡表紙を描いていらっしゃる「宮川りえ」さんって、どんな方なんですか？いつも夢のある絵ですよ…。

伏見区 藤井和歌子さん

≡皆様お元気ですか。

“湖の風”ありがとうございました。滋賀県内の記事がとてもなつかしく楽しく読ませて頂きました。先日、下記へ転居しましたのでお知らせします。窓からエジンバラ城が見えるとてもきれいな所です。日に日に、夜が短くなり、一年で一番良い季節を迎え、今十分に楽しんでます。

英国 東出 明恵さん

## プレゼントクイズ



### 運行ダイヤをチャックせよ！

モン吉が勤めている電鉄会社では、上りも下りも一定の等間隔で電車を運行しています。

ある下り電車に乗ったら、ちょうど五分ごとに、上り電車とすれちがいました。

では、この会社の電車は、一時間に何本の割合で運転されているでしょう。

上りも下りも同時に出発したら、電車は同じ速さで運転されているのですから、一定間隔ごとにすれちがいますネ。

ハイ、発車オーライ！

ワニ文庫「パズル中毒本」から

### 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 8月10日(火) 消印有効

#### ◆当選発表

「湖の風」秋号で発表します。  
春号 (VOL. 12) の正解は1時間後でした。

### 編集室だより

◆みなさんの周りで「湖の風」を置いていただけるお店や、読んでいただける方を紹介いただけませんか？

#### 湖の風 夏号

平成11年7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