

# すそみ点減交差点

## 春の桜御膳 桜おこわ



春の花と言えは「桜」、日本の文化を語る時は欠く事が出来ません。その桜の料理を飯田猷子さん（館地区在住）に伺いました。

毎年桜の塩漬けを手作りなさるといふ飯田さん。紅色の美しい色合いは、花を白梅酢に漬けるとより美し

く赤くなるそうです。桜漬けのたっぷり入ったおこわ、豊かな香りと淡い桜色、上品な塩味の美味しさが口の中いっばいに広がります。

「耳菜草」や「母子草」など春の野草の料理も教えていただきました。は「耳菜草」のおひたし、優しい甘味はおこわに良く合います。

まさに自然の「恵み」を頂きながら生きる日本人の知恵から生まれた貴重な桜の料理と言えましょう。



石井博子（神郡地区）

### 炊飯器でつくる桜おこわ

**材料** (3合分)  
もち米2.5カップ、うるち米0.5カップ、水2.7カップ（お米の1割減にする）、だし昆布10cm位、塩小さじ1/3位、桜の塩漬けは塩のついたままを30g（うち10gは飾り用にとっておく。残りの20gを水洗いし、5mm位の長さに切っておく）、食紅少々

**作り方**  
米をといだら桜の塩漬けと塩を入れ、食紅を桜色に染まる程度にほんの少量加える。上にだし昆布をのせてすぐに炊く。炊きあがったら上に飾り用の桜をのせて食する。

- <桜の塩漬けの作り方>**
- ①桜は八重桜（ぼたん桜のこと）、花房が五部咲きのものを用意する。
  - ②桜をひたひたの梅酢に重石をして2日漬けたあと、軽くもんでからしぼる。
  - ③固くしぼった桜に塩をたっぷりとまぶし、ザルにのせて丸1日天日干しをする。
  - ④これをビンに入れて保存しておくこと、お茶やお菓子にと1年中利用することができる。冷凍も可能。

※「すそみろく」は全労済地域貢献助成事業「都市と農村を結ぶすそみの森」づくりの一環として一部助成をいただいています。

## 地図に名のない 神郡山の山桜を探してープレ・お花見隊がゆくー

神郡山の山桜の話である。まず神郡山はどこにあるのか。筑波山の東側にある山々の中間あたりらしい。天保7年（1836）神郡村「絵図」を見ると「六所神社跡」の後「宮山」「宝山」南側の付近に神郡山と記されている。古い絵図のため、現在の地図との比較がやや難しい。標高400メートルほどの山で、表筑波スカイラインが走る。現在の国土地理院の地図には、神郡山という明記がない。全体を指して神郡村の山という意味もあるかも知れない。また地図には3つほどの三角点があり、そのひとつだろう。すそみろく第3号にのった、共有林（入山）の一部でもある。

少し遠くには宝篋山を見ることが出来る。はるか昔、つくば市山口から、山を越え、館、六所に入り筑波山に向かったというルートがあるらしい。そこは、4月中旬、見事な山桜が咲く。春が進むにつれ、山が息をし始め、生命があふれ出るのが見てとれる。若い頃、あんまり地域の景色などに関心はなかったのだが、最近、山を見ると、「すごい立体感ですね」と言ったりするようになった。

つくし会「優秀賞」に輝く  
六所児童館で毎週火・木に活動を続けている健康体操クラブの「つくし会」が、「健康いばらき21元氣アップ」優秀賞を受賞し、2月19日茨城県知事より表彰を受けた。「つくし会」は、同じく優秀賞を受けた「つくばね運動教室」とともに、6年前に筑波大学久野研究室の高齢者健康づくり研究の一環として、2年間に渡り健康体操の実践を行った。その顕著な効果が学会やNHKで紹介され、注目された。研究終了後も自主活動を継続し、ますます元気に楽しく、健康づくりを推進している。今では、地区内外から20名以上の参加がある。高齢者に限らず、新規参加を歓迎。  
森田源美（六所地区）



絵：皆川 圭（田井小5年）

編集を終えて  
2月、細草川沿いの耕作放棄地に、山桜など約二百本の苗木を植えました。筑波山を眺めながら山桜をめぐる山道ができるとすてきですね。古道復活も継続中。「すそみの森」づくりを応援してください。

た。いくらか加齢して、景色が見えるようになったのかなあと思っていたら、「山桜がかつてより大きくなつたんだ」という古老の話もあった。地上に咲くソメイヨシノもいいが、筑波山麓にカリフラワリーの如く、浮き上がる山桜はほかに類もないぐらいに素晴らしい。

ヤマザクラは普通の桜よりも寿命が長い巨木になるらしい。神郡山の山桜は切らなかつたので、大きくなつたのだという。かつては、山があつた松に替わり、山桜が主人となつているのだろうか。同じ場所に育つヤマザクラでも一週間程度の開花時期のずれがあるため、ソメイヨシノとは違って、短期間に花見をす



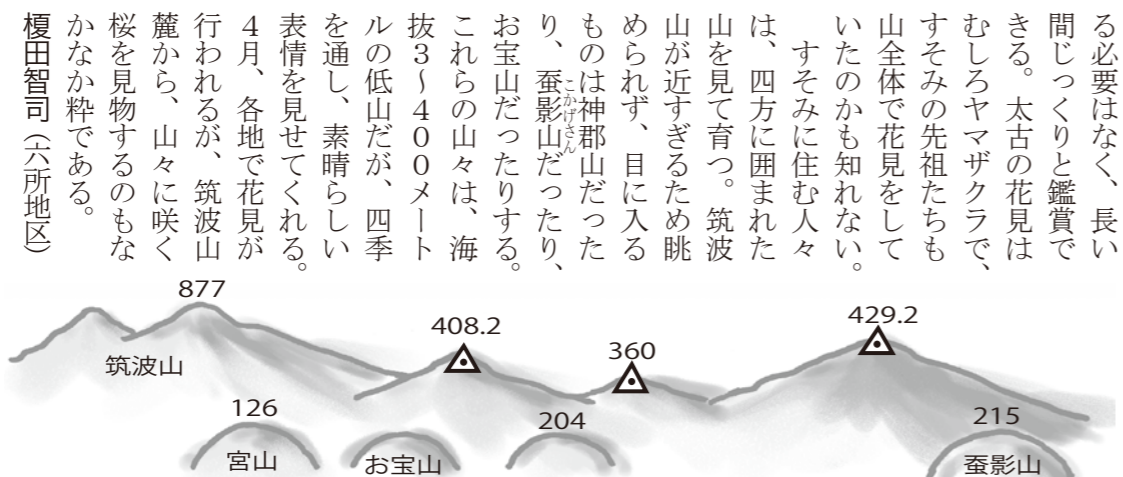
山桜咲く神郡の山々（撮影：御手洗竹松）

つくし会 神郡区長	櫻井誠
つくし会 肥田久子	肥田久子
つくし会 普門寺	普門寺
つくし会 飯田猷子	飯田猷子
つくし会 上野節子	上野節子
つくし会 飯村清子	飯村清子
つくし会 飯村恵子	飯村恵子
つくし会 榎田智司	榎田智司
つくし会 柳瀬敬	柳瀬敬
つくし会 梅田道雄	梅田道雄
つくし会 結工ディット	結工ディット
つくし会 秋山昌範	秋山昌範
つくし会 出口正義	出口正義
つくし会 藤村コノエ	藤村コノエ
つくし会 土田君枝	土田君枝
つくし会 募集中!	募集中!

デザイン：小沢陽子（漆所地区）



私たちが応援してます!



すそみ編集部は「白滝古道」に続き、まだ花が咲かない3月、木の場所を確かめるため神郡山の山桜を見に行こうと探検にかけた。その桜