

すそみ点滅交差点

ふくれ
福来みかんの
シフォンケーキ



福来みかんは「福が来る」という縁起のいい名前と、小さなみかんの実がなることから、常陸国ひろくにの頃から筑波の地方一帯に植えられていたようです。今はあまり食用にはせず、皮を日に干して細かく刻み、胡麻や青海苔、唐がらしを加えて、薬味として使われています。福来みかんは香りもよいので、皮と果汁を使って

シフォンケーキを焼いてみました。
ワンポイントアドバイス
シフォンケーキにはクリームを添えると、さらに美味しくいただけます。マスカルポーネチーズにお好みに、福来みかんの皮のすりおろしたものと絞り汁、グラニュー糖を加えたものを添えます。



上野節子(小沢地区)



材料(17cmのシフォン型1個分)

- 卵黄 4個
- {グラニュー糖 40g
- 卵白 4個
- {グラニュー糖 50g



薄力粉 105gとベーキングパウダー 小さじ1は合わせてふるう



- 福来みかんの絞り汁 70cc
- 福来みかんの皮 4個 (表皮の部分だけすりおろす)
- グレープシード油又はサラダ油 40cc

作り方

卵黄に砂糖を加え、よく泡立てます。この中に福来みかんの皮、絞り汁、油を加え、よく混ぜます。卵白に砂糖を2-3回に分けて加え、しっかりとメレンゲを作ります。に粉類を少しづつ入れて混ぜます。メレンゲを2回に分けて加え、生地を底からすくって返し、混ぜむらをなくします。型に流し入れて、170度のオーブンで35分焼きます。焼き上がった後、型ごと逆さまにして冷めます。冷めたら、側面にパレットナイフを差し込んで型からはずします。

すそみ スケッチ

六所の十五夜の碑

木村嘉一郎(六所地区)

20年程前、山の中で2基の石碑を見つけた。約三百年位前に建てられたもので、「十五夜念佛二世安樂処」と「念佛供養塔」、2基とも「六所村」と刻まれている。当時の戸数15戸位であるが、村を形成していたのかと、新たな発見である。

今回地区有志の協力で、その石碑を集落内の旧お講屋(現六所児童館)の敷地内に移し安置した。建立の頃は、神様も佛様も民も一緒にあって娯楽を楽しむ平和な世の中だったのだろう。



絵・仙波亜矢子(田井小学校5年生)

よひにぞ すそみの田井へ!

毎日窓越しに眺める筑波山、私の日常がはじまります。山の頂が朝日をつけたり、流れる雲の中にあたりする。昔、東の空や山に向って手を合わせ拝む人々があったが、今はどうだろうか。私は「下界」からただただ眺めています。(御手洗竹松)

家の前方1km先の山には、山全体が百合の花で覆われた時もあったのに、今はイノシシに球根を食い荒らされ、百合を見つけないことも多い。子供の頃は、雨上がりの夜、前方の山すそにちようちんの様な光が行列のように横一列に見える光景!「狐の嫁入り」だと幻想的な夜景も懐かしいすそみの田井だよ。(森田源美)

オニヤンマにアオダイショウ、カラスアゲハにカミキリムシ。何もかもに感動して大騒ぎしている私に、都会の友人たちは「2、3年で飽きるぞ」とすげない一言。ところがどうも、この地に来て10年目の今でも感動は継続中! (小沢陽子)

筑波山のふもとの一番低い部分の海拔は20m。ここにはかつて、湖があったかも知れない。豊浦という地

名からも考えられる。古代人たちが山の資源や水辺を利用しながら、豊かに生活していたことを想像し、思わずうっとりする。ここはもちろん一等地なのです。(榎田智司)

筑波山麓の山懐、すそみに行くとうとうとよい心持ちがする。ちょうど、縁側で昼寝をしている気分。ほんとはここを自分だけの場所にしておきたいのだが...(野末たく)

今年「すそみ」の谷津田で無農薬の米づくりに挑戦。イノシシに入られて収量は予想の半分以下でしたが、沢水でつくったお米はおいしくて大感激! 美しい筑波山の麓で生きものと共存する米作り、来年もやります!(編集長・田中ひとみ)

筑波山神社

創刊おめでとう!

1じやいます



筑波山の山麓一帯を「すそみ」と名づけました

創刊第1号(平成18年12月23日)
発行・すそみろく編集委員会 TEL029-863-5151(NPO法人つくば環境フォーラム内)

つくばに移り住んで30年、今は筑波山の麓、田井のすそみに移り住んで快適な農園生活をして遊んでいます。私の農園の名前は「百草園」。有機野菜にハーブにバラと、どんどん欲張りになっていきます。(上野節子)



こいっしょに「すそみろく」を制作しませんか

すそみサポーター 敬称略

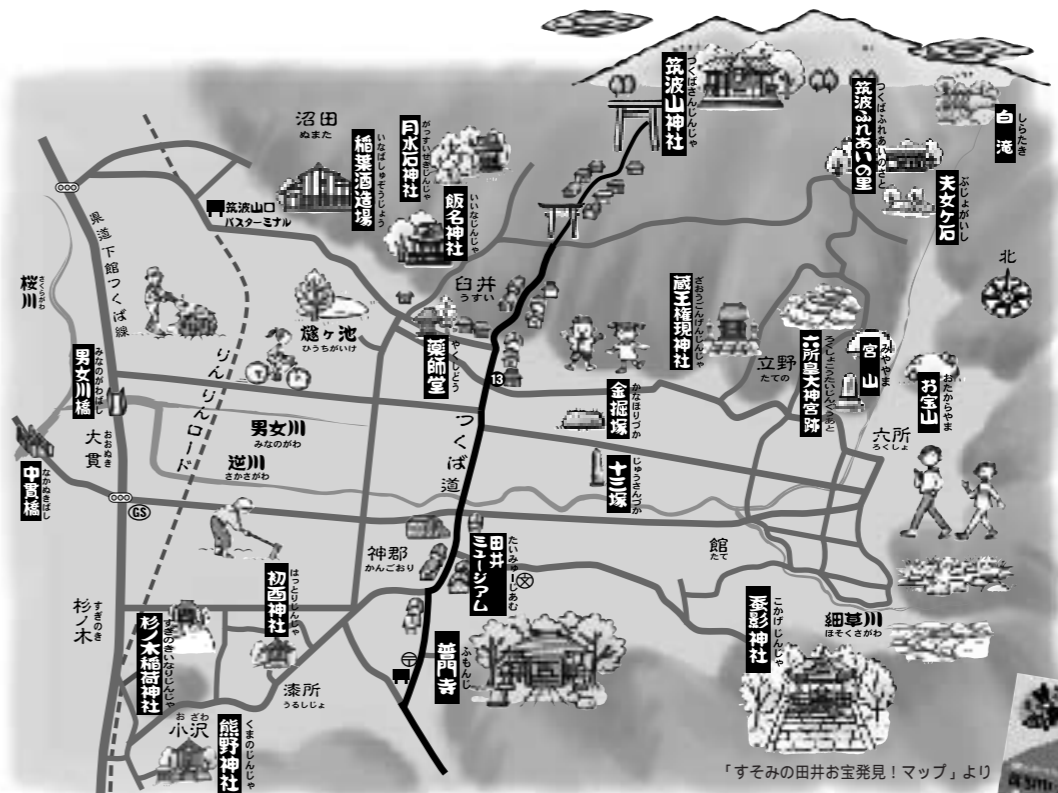
つくば市神郡 館区長	飯田隆
つくば市神郡 神郡区長	櫻井誠
つくば市田井 六所区長	森田源美
つくば市漆所 漆所区長	三田部三郎
つくば市杉ノ木 杉ノ木区長	石島徳一
つくば市神郡(館) 匿名	
つくば市田井 森の文化・草木染・伝承者	菊池つよい
つくば市筑波	齋藤靖夫
つくば市北条 郷土歴史家	井坂敦實
つくば市神郡 里山建築研究所	安藤邦廣
つくば市沼田 筑波大学助教授	田村憲司
つくば市田井 自然生クラブ	柳瀬敬
つくば市神郡 さわやか歯科医院	菊池英貴
つくば市天久保 結エディット	野末たく二
つくば市吉瀬 結エディット	田中ひとみ
つくば環境フォーラム	田中ひとみ
協賛会員「すそみサポーター」募集!	一口3000円

デザイン:小沢陽子(漆所地区)

私たちが応援しています!

神郡の店蔵をおかりして事務所を構え、三度目の冬。火鉢、薪ストーブ：と悪戦苦闘の冬仕度も、大切な愉しみのうち。そして何よりの愉しみは、ここから望む筑波山の雄姿とてっかい夕陽！（居島真紀）

「よかつたら食べて、畑帰りのお



「トマトのよこめ取ったほうがいいよ」と畑のお世話も教えてもらった「こんにちばー」と小学生達。つくば道は今日も元気で、またわたしもがんばれそう。（上野弥智代）



「すそみの田井お宝発見！マップ」は、平成17年度つくば市地域資源活用事業の一環としてつくられ、筑波ふれあいの里で配布されています。「すそみ」の人々が自ら選んだ景勝地を手づくりの道標をたどりながら歩くと、また違った筑波山のよさが発見できます。「すそみろく」は「都市と農村をむすぶ結（ゆい）づくりプロジェクト」の一環として、三井物産環境基金から一部助成をいただいています。「すそみろく」は協賛会員や筑波山周辺施設等で無料配布しています。

すそみ流歳迎え事情

普門寺除夜の鐘（神郡地区）

普門寺住職 遮那有弘
日本仏教史の中で常陸国で中心的役割を果たしてきた普門寺の興隆発展を願い、誇りをもって協力をたまり、老朽化した寛政年間再建の鐘楼堂が再々建されました。第二次世界大戦末期に供出した梵鐘も名工小田部氏の手により、口径三尺、高さ五尺五寸、重さ千kgの大きく立派なものが作られました。平成13年春のことです。以後、大晦日に壇信徒皆様方にご参詣いただき、行く年を回顧し、来る年に夢と希望をたくして、にぎにぎしく除夜の鐘イベントを実施しています。



普門寺

整理券発行 午後11時
順番抽選 午後11時15分
一番鐘 午後11時45分



鐘つき作法

つき台に立って、まず合掌、黙礼つき終って心静かに余韻を楽しみながら再び合掌、黙礼し、次の真言等

を口ずさみ諸祈願をする。

イ、アピラウンキャン
バザラタドバン
ク、ナムアマミダブツ
ハ、ナムタイシヘンジョウウコンゴウ
いづれか一返でもよい。このようにして次の番の人にバトンタッチすれば程よい間合となる。



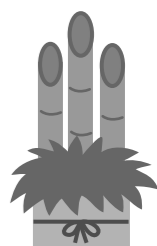
普門寺鐘つき堂

蚕影神社のお正月（館地区）

氏子総代 飯田善一

深閑とした山々に囲まれた蚕影神社は、金色姫伝説や養蚕発祥の地として伝承されており、日本一社の神社です。拜殿や石垣、二百十五段の石段は、隆盛時代を物語っています。元日祭には、拜殿に参拝者が集い、宮司の祝詞と太鼓の音が静寂な境内に響き渡ります。地元住民の安泰を祈願する祭事が厳粛な中に行われ、心新たに一年の始まりです。お蚕様は、私達の生命を繋ぎ、豊かさと国の発展という恩恵を授けて下さいました。自然の恵みへの感謝の念を忘

あのとこのすそみ「お正月の思い出」



金色姫伝説の地、すそみの里の正月は厳かに静かに過ぎる。男達は正月三箇日、神への供えと祈り祝膳の整え、お雑煮作りとすべてを執り仕切る。一年の家事内安全・無病息災、豊かな実りへの祈りを執り行う男達の役割は大きい。醤油味で角餅のお雑煮は各家庭の大切な伝統の味であり、油揚げとねぎ、ねぎと椎茸とほうれん草、けんちんと様々である。祝膳には田作り、黒豆、昆布巻を中心にキンピラや野菜の煮物など畑で採れた野菜の、質素だが愛情あふれた品々が並ぶ。お屠蘇を祝った後はまず蚕影神社へのお参り、それから普門寺筑波山神社、笠間稲荷参詣など、家々のお参りは異なるが三箇日は祈りの日々であり、大人も子供も静かな時を過ごす。年始の挨拶は四日から始まり、親戚が尋ね来るのもこの日からである。思い出の正月は新たな年への静かな祈りの時であった。そして今なおこの姿は引継がれている家が多いと70代の人達は語る。石井博次神郡地区



蚕影神社

れず、地元の皆様方と力を合わせ蚕影神社を守っていきたく思います。

飯名弁天さま 飯名神社（白井地区）

氏子総代 森田源美

古来筑波山麓の白井に鎮座し、祭神は、「宇気母知三座（保食神）」で、通称「白井の弁天様」と尊称され、大祭は旧正月の初巳（本年2月28日）に行われ、「福来神」として信仰する崇拜者が多く、家内安全・営業繁昌・農産の豊穰のご祈禱に加え、最近の子授かりの効高いと祈禱を受ける若夫婦が多い。だるま市や各種露天商が参道に何十軒も揃った盛大な祭礼である。



飯名神社

1月 すそみ歳事記

農事につつまるさまざまな行事があります。年間を通してこの行事を現在でも多く続けていらっしゃる神郡在住の櫻井誠さんにお話をうかがいました。

- 1〜3日 男の炊事、お雑煮
朝のお雑煮つくりをはじめとして、男が炊事をする。
- 2日 仕事始め初荷（蕎打ち山入り）
山に入り薪と松、ならせモチ用のナラの枝をとりいづく。あけものは酒、塩、米、のし餅、おこげ、塩引き鮭、七草粥、鳥追（行事）
- 7日 7日 朝日が出る前に、「カラス、カラス」と唱えながら田畑に入り、マンノウで3回おこす。ならせモチ、鹽玉
- 14日 14日 稲作の豊作を祈願したならせモチ養蚕の豊作を祈願した鹽玉小豆粥、松引き粥、又ルデ箸又ルデで箸をつくり、その箸で小豆粥を食べる。
- 15日 15日 大斎日（物忌の日）農家の仕事を休む日馬頭観世音参り
- 16日 16日 20日正月裏正月、ならせモチ降ろし
- 18日 18日
- 20日 20日

（聞き手・里山建築研究所 居島、上野）

医療法人社団 桜水会
介護老人保健施設「豊浦」

介護のことなら「豊浦」におまかせください



〒300-4212 茨城県つくば市神郡 2013-1
TEL029-850-7111 FAX029-850-7100

空のバスの列車のホテル
旅のことなら——（国内も海外も）
お一人様から団体旅行まで

茨知登第 2-218号
関東旅行センター

867-3512
北条 1563 867-3624
0120-303715