

赤崎地区公民館だより

11月号



公民館HP

あかさき

題字 山基洞宗



歳時記

● 二十四節気：霜降 そうこう 10月24日～11月7日頃

朝晩の冷え込みがさらに増し、北国や山里では霜が降り始めるころ。

10月23日～10月27日頃 霜始降（しもはじめてふる）

氷の結晶である、霜がはじめて降りる頃。。

10月28日～11月1日頃頃 曇時施（こさめときどきふる）

ぱらぱらと通り雨のように雨が降り始める頃。

11月2日～11月6日頃 楓蔦黄（もみじつたきばむ）

もみじや蔦が色づいてくる頃。「紅葉」「黄葉」「山粧う（よそおう）」



● 二十四節気：立冬 りっとう 11月8日～11月21日頃

真冬の寒さに備えて、冬の準備を始める「こたつ開き」の時期。

11月7日～11月11日頃 山茶始開（やまつばきはじめてひらく）

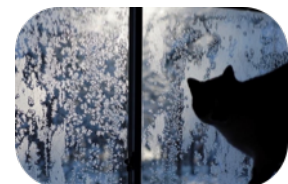
冬枯れの景色の中で山茶花が咲き始める頃。

11月12日～11月16日頃 地始凍（ちはじめてこおる）

冬の冷気のなかで、大地が凍りはじめる頃。

11月17日～11月21日頃 金盞香（きんせんかさく）

水仙の花が咲きはじめる頃。



暦生活HP

▶和田 但馬麒麟獅子舞フェスタ2025・八柱神社麒麟獅子舞

——和田八柱神社の祭神は神速須佐鳴命。大永年間（1521～1528）に山城国八坂神社より分霊を勧請すると伝える。明治6年（1873）10月に村社に列せられる。境内社に稲荷神社（保食神）がある。八柱神社本殿欄間には龍、木鼻には獅子、唐破風懸魚（兎毛通）には鳳凰などの彫刻がみられ、丹波柏原の彫物師中井権次の作である。上段虹梁の上には



獅子嚙が彫られ、その眼が鮮やかに残る——（新温泉町HPより）
9月23日麒麟獅子舞フェスタ出演。10月3日は八柱神社の祭礼でした。

▶ 10月8日(水) 田井兵主神社祭り 榊



——祭神は須佐之男命。創立年月は不明。天正（1573～1593）の末頃まで、初大荒神と称し、後に三寶荒神と改めた。明治初年（1868）に兵主神社と改称して、宝永5年（1708）に社殿を再建し、明治6年（1873）10月に村社に列せられる。境内社には小枕神社（高彦根命）、中山神社（石疑姥神）、稲荷神社（宇賀御魂命）がある。——（新温泉町HPより）雨でした。今年も榊の太鼓の音が村中に鳴り響きました。

野良素人のつぶやき



▶ あなたの食物が食べたもの

稲刈りが済み、日の短さや朝晩の気温の低下、夜露などで日々に秋色が濃くなるのを感じてましたが、秋祭りも終わると一層秋本番を期待しているのが感じられます。まだ今シーズンが終わっていないのですが、今年は去年より一段と気候変動の影響が現れたかと思われるほど変わった年と感じています。



Dave & Anne

さて、2024年の8月から今年の3月まで『土と内蔵』を紹介しましたが、今回同じ著者（デイビッド・モントゴメリー、アン・ピクレー）と訳者（片岡夏実）による『土と脂』を読む機会を得ましたので、少し紹介いたします。原題は「What Your Food Ate」で、「あなたの食物が食べたもの」という意味です。リストが56ページに及ぶ膨大な文献が参照されており、それらのリストがインターネットで参照できるようにURLがPDFで紹介されています。もっとも新しいものは2021年で、原書は2022年6月に刊行されています。COVID-19に関係する記述もあります。

▶ Dave & Anneのウェブサイト DIG 2 GROW <https://www.dig2grow.com/>



小生は、50年ほど前に浜坂を離れ、数年前に戻ってきました。その間農業にはほとんど関係することはありませんでした。父母や祖父母は農協を通じて手に入る肥料や農薬を使って米や野菜、梨を作っていたのを覚えています。農薬が皮膚に触れないように覆いをして散布していました。しかし、そういう農法でできた作物を食べる時何の違和感も感じていませんでした。唯一、野菜を食べるときは農薬がついているかも知れないのでよく洗うことぐらいでした。『土と内蔵』や『土と脂』を読んで植物がどのようにして生長するのかについて知るとこれまで通りにやっていたは上手くないと思わざるを得ません。父母は多分、田畑に肥料を施して作物を植えるとその肥料を吸って生長すると考えていたようです。その立場からは、無肥料栽培、不耕起栽培などで作物ができるはずはありません。小生は、無肥料でも何年か取り組むと次第に食べるものが採れるようになりました。この自身での体験を踏まえてこれらの書籍を納得しながら読めるようになりました。

▷ 「土と脂 微生物が回すフードシステム」 ～食べ物栄養価は減っている？～

序章「土壌の健康が食物の質に影響する」は本当か？ でいきなり、新鮮なモモがしょっぱいポテトチップスより健康的であることを知っているが、そのモモに何が含まれていて、どのようにして育てられたのかは見失いがちだと始まります。農業の将来をめぐる議論の中では、主に有機農業と慣行農業（化学肥料・農薬の使用、定期的な耕起を伴う農業）の違いが中心ですが、実際のところはそんな単純なものではありません。農業のやり方は、過去1世紀、食事を得る有益な成分の量を減らす方向に食べ物を変えてきました。それは、果物や野菜に含まれるがんを防ぐのに役立つものから、炎症を抑える肉や乳製品の脂肪にまでわたります。植物由来のファイトケミカルが食事に足りないと健康に悪影響が有ることも知らない人はあまりに多いのです。昔は「1日1個のリンゴは医者を選ばせる」と言ったものですが、今では1日に5-6個食べないと同じ効果は得られないだろうといわれています。

<https://tinyurl.com/54ecca8f>



食物の選択という枠組みからたいてい抜け落ちているのは、「われわれが食べるものをどのように育てるか」ということです。今農作物を作っている人は、植物の生育に不可欠な栄養素として窒素（N）リン（P）カリウム（K）が重要であることはよく知っています。そして、これらが満たされていてもいつも望ましい農作物ができるわけではないこともよく知っています。さらに、他に微量のミネラルが必要であり、それによって耐病性が異なることも、生育が芳しくない場合や害虫被害の予防に有効な農薬があることも知っています。しかし、一方で、微量のミネラルがどのようにして植物に取り込まれるのか、それらを土壌に加えなければならないのか、ある目的のための農薬や除草剤は土壌にどのような影響を与えるのかまではあまり知られていません。

次に我々の身体について考えてみます。身体に必要な三大栄養素は、タンパク質、脂質、炭水化物です。これらに加え、ビタミン、ミネラルを加えて五大栄養素と呼ばれることもあります。身体のシェイプアップや健康のために、これらのバランスに気を遣っている人も多く、食物に含まれるカロリーの観点からバランスを考えられることが多いです。しかし、昔の作物と今の作物はかなり異なっています。ならば昔の情報に基づいてバランスをとっていてもうまくないことは素人でも想像がつきます。実は、カロリーだけじゃなく、もっとよく調べてみる必要があることをこの本は述べています。この中から重要な部分を抜き出してみましょう。

野良素人のつぶやき



▶ あなたの食物が食べたもの

ここ数十年で、作物がミネラルやその他健康のために重要な栄養素や物質を、どのようにして得たり失ったりするのかがわかるようになった。地下の土壌共生細菌と菌類の群衆が、植物に栄養と情報を提供するために人知れず働いているのだ。農業のやり方がこうした群衆を形成し、したがって作物、肉、乳製品の中に作り出される健康の増進に役立つミネラル、脂肪、ファイトケミカル（植物が身を守り、生長を促進し、意思を伝達するために作る物質）の種類と量を決定づける。しかし、主流の農業で行われるやり方は、土壌マイクロバイオーームを混乱させ、近代農業が化学物質に依存するきっかけとなった。有益な土壌生物の代わりに合成された資材に頼る農家が増えるほど、合成資材が必要になり、土壌生物は失われる。幸い、農家が土壌生物を繁殖させ、より健康な食物を生産できる実用的で費用対効果の高い方法がある。しかしそうするためには、土壌に対する考え方を変えることが必要だ。

▶ 土壌生物を失えば、食物の栄養が減少し、人間の健康が損われると言う負のスパイラルにつながることに、前々から気づいていた先見的な人々の業績を紹介し、土地に生命を、作物に栄養を取り戻している革新的な農家について紹介している。

▶ 農学、微生物学から環境科学、栄養学、牛と人の生物学も探求され、これらの分野をつなぐ知見は、環境再生型農業がなぜ、いかにして土壌を回復させ、土地に生命を呼び起こし、人間が健康を取り戻すために必要な栄養豊富で風味豊かな植物を作ることができるのかを説明している。

この本の原題「あなたの食物が食べたもの」で想像されるように、私たちが食べるものがどのように育てられたかということが、私たちの健康につながることを説明しています。農業のやり方（農業慣行）が土壌から植物、動物そして人間へと伝わる様子を描いていて、多くの部分で非常に参考になる情報が満載の書です。限られた紙面で一部のみ紹介すると本来著者が伝えようとするメッセージがうまく伝わらない恐れがあるので、個々の部分を抜き出して紹介することは控えますが、地域資源を生かして代々、末長く健康を維持し幸せに暮らし続けるためにぜひ読んでいただきたい一冊です。

▶ 『土と脂』中村 桂子書評 農業から見る環境の回復と健康 <https://allreviews.jp/review/7038>

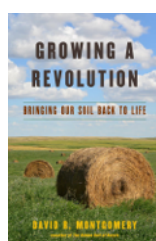


▶ Dave & Anneによる『土と脂』What Your Food Ateと『土壌三部作』について～著者HPより



『What Your Food Ate』邦題『土と脂』（2022年）は、「土壌三部作」と呼んでいる他の書籍から派生したものです。健康の根源は農場にあるという新たな真実を提示します。著者は、近年の科学と忘れ去られた科学の証拠を結集し、土壌の健康が作物、家畜、そして最終的には私たち人間に波及していく仕組みを明らかにします。

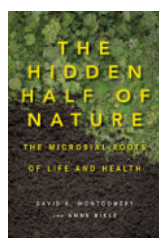
<https://tinyurl.com/54ecca8f>



『Growing a Revolution』邦題『土・牛・微生物』（2017年）は、特定の農法が過去の土壌劣化をいかに逆転させるかを扱っています。土壌の健康を回復させようとしている

世界中の農家を紹介し、慣行農法と有機農法に関するあがちな議論を排し、農業が環境問題の解決策となるという刺激的なビジョンを描いています。

<https://tinyurl.com/476d5z9u>



『The Hidden Half of Nature』『土と内臓』（2015年）は、土壌、植物、そして人間のマイクロバイオーームに関する洞察と、なぜ私たちが農業と医療の実践を変える必要があるのかを明らかにしています。地質学者と生物学者が微生物研究と人間の歴史を振り返ります。微生物理解によって、たべもの、医療、私達自身の体への見方が変わる本です。

<https://tinyurl.com/4f8bc4ze>



『Dirt』『土の文明史』（2012年）は、計画していなかった三部作の始まりであり、農業の黎明期から続く土壌の窮状を描いています。文明が衰退する原因は気候変動か、戦争か、疫病か？古代文明から20世紀のアメリカまで、土から歴史を見ることで社会に大変動を引き起こす土と人間の関係を解き明かします。

<https://tinyurl.com/y535cbfy>



[illegible][illegible]

ミャンマーへの緊急支援をお願いします

ミャンマー地震 義援金 子どもNGO懐
但馬銀行浜坂支店 普通
4615178 ヒトトキユウノキキン 宛



子どもたちに平和と未来を
特定非営利活動法人（認定NPO法人）
パレスチナ子どものキャンペーン



ガザ緊急支援



11月カレンダー

▼移動図書館 第4水曜

和田	14:25~14:40	赤崎	14:50~15:05
田井	15:50~16:05	指杭	16:10~16:25

日	月	火	水	木	金	土
26日	27日	28日	29日	30日	31日	1日
●いい風呂の日 (ゆへらく館) ●町長・町議会議員選挙投票日 友引 旧暦9月6日 ■9:00 秋のハイキング/たじま自然探検隊	先負 旧暦9月7日	田井いきゞ百歳体操 仏滅 旧暦9月8日	赤崎いきゞ百歳体操 大安 旧暦9月9日	●浜坂東小 オープンスクール 赤口 旧暦9月10日 上弦	●浜坂北小 秋の遠足 先勝 旧暦9月11日	●浜坂東小OS,東っ子カーニバル 文化祭浜坂会場作品搬入 友引 旧暦9月12日
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
●町文化祭作品展示(多目,町セト)11/4 15:00 ●オートムフェア(牧公) ●上山麓ヶ滝もみじマラソン大会 先負 旧暦9月13日	文化の日 田井いきゞ百歳体操 ●町文化祭舞台発表(夢ホール) 仏滅 旧暦9月14日	赤崎いきゞ百歳体操 赤口 旧暦9月16日 望(満月) ■17:30 公民館長会議	●人権セミナー(多目) ●宇都野学園 定例講座(多目) 先勝 旧暦9月17日	●浜坂北小 人権参観日 友引 立冬 旧暦9月18日	先負 旧暦9月19日 ■9:00 ●町青少年育成町民大会(多目)	
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
●秋季全国火災予防運動~11/15 ●シイタケ植菌体験(上山) ●消防団防火パレード(浜坂・温泉) 仏滅 旧暦9月20日	●浜坂中 体験入学 大安 旧暦9月21日	田井いきゞ百歳体操 赤口 旧暦9月22日	赤崎いきゞ百歳体操 ●浜坂中 参観日・人権講演会 先勝 旧暦9月23日 下弦	●浜坂・大庭認定こども園OS 友引 旧暦9月24日	先負 旧暦9月25日	七五三 ●浜坂みなとカニ祭り(漁港) ●もみじコンサート(夢ホ) 仏滅 旧暦9月26日
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
●そば打ち体験(牧公) ●宇野雪村賞表彰式(多目) ●春米てっぺん新そばまつり 大安 旧暦9月27日	赤口 旧暦9月28日	●宇野雪村賞作品展示(以命) 田井いきゞ百歳体操 先勝 旧暦9月29日	赤崎いきゞ百歳体操 友引 旧暦9月30日	仏滅 旧暦10月1日 朔(新月)	大安 旧暦10月2日	赤口 小雪 旧暦10月3日
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
●宇野雪村賞作品展示(以命) 勤労感謝の日 先勝 旧暦10月4日	勤労感謝の日 振替休日 友引 旧暦10月5日	田井いきゞ百歳体操 先負 旧暦10月6日	いい風呂の日 (ゆへらく館) 赤崎いきゞ百歳体操 仏滅 旧暦10月7日	公民館だより発行 大安 旧暦10月8日	赤口 旧暦10月9日 上弦	●ゆむら灯火の景イルミネーション 先勝 旧暦10月10日
30日	1日	2日	3日	4日	5日	6日
●オリジナルリースづくり(上山) ●旗球/レーボール大会(浜体) 友引 旧暦10月11日	●ゆむら灯火の景イルミネーション(湯村温泉街)~12/25 ●年末の交通事故 防止運動~12/10 先負 旧暦10月12日	田井いきゞ百歳体操 仏滅 旧暦10月13日	赤崎いきゞ百歳体操 大安 旧暦10月14日	●宇都野学園定例講座(多目) 赤口 旧暦10月15日	先勝 旧暦10月16日 望(満月)	●卓球教室(小・中・高校生)健公 友引 旧暦10月17日 ■9:30 野草のリース作り/たじま自然探検隊

赤崎地区公民館HP

<https://akasaki.site/>

赤崎地区公民館へのお問い合わせ

〒669-6714 兵庫県美方郡新温泉町赤崎631番地

☎(0796)82-3678 公民館長 二階堂 寿江(にかいどうとしえ)



FAX (0796) 82-5563

電話(携帯) 090 8233 0843

Mail akasakicc@icloud.com

メールアドレスQRコード➡

