

うだちから

「うだちから」とは、宇陀に由来からある地域コミュニティの力(宇陀力)のことです。

このコーナーでは、市が「取り組む」「まちづくり」や NPO 団体などを紹介します。

問 まちづくり支援課 ☎ 82・3910/IP ☎ 88・9094

1 ふれあい アマゴ釣り大会

（田口地区まち協）

近年、子どもたちが身近な川で水や魚に触れる機会が少なくなりました。

そこで春休みに、室生地域の豊かな自然に親しみ、親子で川遊びを楽しんでもらおうと、3月25日、ふるさと元氣村前の室生川においてふれあいアマゴ釣り大会を開催しました。

好天に恵まれたこの日、参加者50人は、午前8時の開会式後、さっそく河



▲自然に触れ、親子でふれあうアマゴ釣り

原に降り釣竿を伸ばしました。

今回初めてアマゴ釣りに挑戦する子どもは、「針にエサを上手につけられない」「糸が竿に絡まった」など悪戦苦闘。まち協や室生漁業組合の皆さんから釣り方を教えてもらい、ほっとした表情で糸を垂れていました。釣り始めは静かだった会場も、時間が経つにつれ「逃がしてしまった」「やっと釣れた」など、大きな声があちらこちらから上がりました。



▲釣った魚と記念撮影

お昼には炭火

焼のアマゴも用意され、参加者は、釣りと焼きたての魚と豊かな自然を親子で堪能していました。

2 いづも自転車 安全講習会

（東榛原まち協）

桜が満開の3月31日、大和富士ホールにおいて東榛原地域の幼稚園児と小学生20人を対象に、こども自転車安全講習会を桜井警察署少年補導員協議会の共催により開催しました。最近では自転車の運転が問題になっていることもあり、子どもたちに安全運転の大切さを知ってもらう事を目的に、桜井警察署にもご協力頂き実施しました。

子どもたちは、警察官からお話を聞いた後、自転車の安全な乗り方の指導を受けました。またパトカーの運転席に座り、車の運転席から見えない場所



▲警察官から、安全運転のポイントを聞く参加者

がある事も教えてもらいました。最後に修了証と一緒に顔写真入りの安全免許証が子ども達1人ずつに渡され、嬉しそうな笑顔で受け取っていました。

3 井足岳 ハイキングコース調査

（大王地区まち協）

大王地区の東側に位置する井足岳から伊那佐山に抜けるハイキングコースを整備する目的で、3月に2回に分けてコースの調査をしました。

全員が登山靴や長靴を履きチェンソーやノコギリ、巻尺等を片手に現状を確認しながら距離測定と倒木の除去等を行いました。今回はチェンソーが大活躍。井足岳は標高550メートルと高い山ではありませんが、ハイキングコースには急な坂や分かれ道など分かりにくい場所もあり、道標を立てる場所の調査も行いました。

コースは、伊那佐の芳野川を渡った山路の入口から、伊那佐山を経由して尾根づたいに井足岳山頂を通り、下井足まで。所要時間は約2時間30分程です。途中桧牧へ抜けるコースもあり、今後は伊那佐地区まち協や内牧地域まち協等とも協力していく必要を感じました。



イタドリ

春から夏にかけてイタドリを見かけます。イタドリの茎の皮をむいて食べると、酸っぱく、少し疲れてのどが渇き気味の体においしい食べ物です。そのまま、または塩でもめばサラダに、漬物にすれば保存食にもなります。このほか、ゆでて十分に水にさらし酢の物やみそあえ、油いためにできます。

イタドリの新芽や若葉、成葉や茎を刻み、ジューサーにかけてと多量のジュースができます。冷蔵庫に置いておくと、上層はピンク色の液になり、沈殿が生じます。この液を別の容器に移し、ハチミツを混ぜて飲むとおいしいでしょう。特に夏の暑さで頭がボーッとしたりクラクラしたりするときに飲

むとシヤキツとします。

イタドリの根を煎じて一日5〜20グラム服用すれば、血糖値を下げる作用があり、糖尿病、また健胃、利尿として使われるほか、消化不良、老人・女性の常習便秘、神経痛、夜尿症、膀胱炎、婦人病、ぜんそくなどに効果があります。

おすすめの食べ方は梅肉和え。中ぐらいの太さの茎を熱湯に入れ、色が変われば水にさらして皮をむきます。酸味が抜けたら2センチに切ります。別に梅干し2個は種を除き、包丁でたたいてペースト状にします。ボウルにみりん大さじ2杯とともに入れてよく混ぜ、イタドリとあえるとできあがりです。



▲解熱作用やリウマチにも効果があるイタドリ

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

薬草逍遥(やくそつしょうよう) 毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けするコラムです。

問 産業企画課 ☎82・5874 / IP☎88・9075

4 大宇陀中央地域まち協

神戸会 設立

大宇陀中央地域まち協神戸会

3月31日、中央公民館において設立総会を開催しました。この度、22番目



▲ハイキングコースを整備する調査メンバー

のまち協になりました。大宇陀の神戸地域は、自治会数13の広い地域で、大宇陀地域事務所をはじめ、大宇陀こども園など教育関係施設や複数の金融機関があります。当会は、地域の自治会や、各種団体と連携・協力して地域の課題に取り組んでいくことを目的とし、熱意ある人たちを中心に、地域で活動する方々が委員として参加し組織します。

設立総会では、竹内市長をはじめ来賓の皆さんから、お祝いの言葉や地域活性化への期待の言葉をいただきました。選任された役員の紹介を行い、代表として上野会長から、設立できた喜びと地域が安全で安心して暮らせるまちづくりをめざして、地域一体となつて取り組んでいきたいとあいさつがあ



▲上野会長をはじめ、役員一同がんばります

りました。神戸会はこれから地域協働により、一層地域の活性化につなげていきたいと思っています。

まち協などの催し予定 5月 (4月18日現在)

日	曜日	イベント案内	主催
3～5	木～土	弁財天石楠花まつり	田口地区まち協
20	日	第5回地域探訪(栗野地区)	上龍門地域まち協
27	日	市と合同の防災訓練	東榛原まち協
27	日	伊那佐の文化祭『第7回アクティブ祭り』	伊那佐地区まち協

【総会】 5日(土) 室生地区まち協
11日(金) 笠間地区まち協・三本松まち協・田口地区まち協
13日(日) 多田地区まち協
19日(土) 大宇陀中央地域まち協松山分會
20日(日) 内牧地域まち協・大王地区まち協・西谷地区まち協
26日(土) 榛原地区まち協
30日(水) 菟田野まち協