

# えでぴあ

1

立川と語ろう 立川に生きよう

January 2011

Écoutez Bien Vol.29 No.314

表紙の人 細江英公さん(文化功労者)  
ミサ子さん



# 山に魅せられて

立川女子高校山岳部

## 高橋流 初心者のための登山教室 ⑥

指導：高橋清輝

アシスタント：内山道子

山岳写真：桃井尚志、富島和子 協力：立川女子高校山岳部、同OG会

3千メートル級高峻山岳の大縦走もいよいよ終盤。  
登山初心者のサヤの日記から、  
南アルプス白根三山での夏山合宿をしめくくる。

テントから顔を出すと朝焼けの山々。その素晴らしさに暫し見とれる。久しぶりの快晴の中、農鳥岳を目指し出発。まもなく塩見岳の双耳峰が見え出す。高山植物のお花畑を縫い岩稜歩きが続く。やがて今回最後の3千メートル峰、農鳥岳山頂に立つ。振り返れば遥か彼方から続く縦走路。ここをこの足で歩いてきたんだ……。『先生から、貴重な体験を通して素晴らしい感動をいただいた』と、ある先輩の言葉が甦る。

岩にマーキングされたペンキ（岩場での道標）に導かれて大門沢下降点に到着。ここで大パノラマの縦走路から別れ、幕営地まで急下降。木の根の張り出し、露岩等で歩きづらい。膝が笑いだす頃大門沢幕営地に到着。テント泊よりも今夜が最後。明日は待望のお風呂だ！その晩はワクワクしながらシュラフに潜り込む。

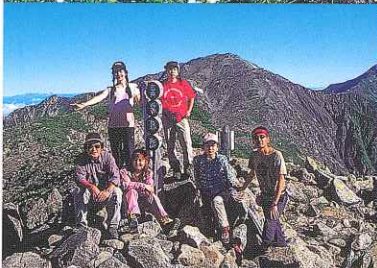
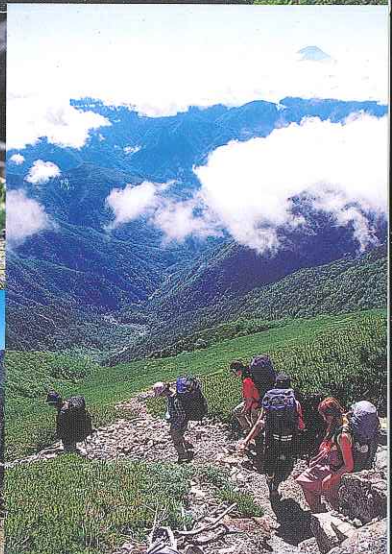
最終日は大門沢沿いに登山道を下る。途中丸木橋を渡るところで最後の緊張。やがて林道に飛び出した。終わった～！長かった合宿がとうとう終わった……。安堵感と共に訪れる淋しい気持ち。ちょっと予想外？

下山後は奈良田集落の露天風呂で汗を流す。先輩達は合宿中もずっとそうだったように、ここでも元気な明るい笑い声が絶えない。先輩達って本当にすごい！どんなに辛い場面でも変わらない安心感があった。私もつられて笑い転げながら、この数日間の夏山合宿を思い起こす。



「どんなに疲れていても『おはよう』『ご苦労様』『ありがとう』等の声を掛け合うことを忘れるな！合宿前のミーティングでの先生の話。今ならその意味もよく分かる。立川女子高校山岳部伝統のチームワークの源は、案外こんなところにあるのかもしれない。出発前は不安だった。でも、最後まで頑張り通せた。これからの私の人生にとって（大袈裟かな？）大きな自信と誇りになるような気がした。

お湯に浸かり南アルプスの山懐に抱かれながら、心までもじっくり温まっていたのを感じた。



# 見逃したら、

# もう見られな!

国文学研究資料館研究部教授 総合研究大学院大学教授 日本文学研究専攻長  
文学博士 中村康夫さん

珍しい展示を次々開催する国文研。新年最初の展示は「新収資料展」。

奈良絵本「うつほ物語全五巻」を2セット同時展示。

連綿と命をつないで今自分があることを考えると、

展示資料の中にもしかして、あなたの先祖がいるかもしれない?



栄花物語って高校の教科書とかにはあまり載らないです。中村

中村 そうですね。ところが、平安時代の文学資料として一級資料。源氏物語のすぐ後にできた歴史物語で、藤原道長の事を知ろうと思えばもう絶対欠かせない文献だし。

中村 そもそもなぜ栄花物語を買って貰ったんですか?

中村 それまでに源氏物語研究会を始めてたんです。源氏物語をやるんだしたら当然栄花物語知らなきゃと。けれど栄花物語は一冊も持ってなかった。

中村 いやいや、昭和五十八年に死んでしまった。縫物というの、仕上がったものを座布団の下に敷いて押しをして次のものを手がける。一日中座りっぱなしなわけです。足を豊んだままというのがたまたまのか、病気になるてしまった。兄貴と交代で病院に泊まり込んで看病していたんだけど、僕が泊まった時に息を引き取った。

中村 これは奈良絵本の特徴を表していて、単品作り。ひとつずつ手作り、その時の担当者が違えば当然絵も違う。だから、先ほど四点か五点しかないと言いましたが、たぶん四点五点とも全部違うんです。

中村 ふたつが全然違うってわかるように展示して下さるんですか?

中村 っていうか同じところが無いんだ。こんなに同じですよ、ここだけ違いますよという展示の方ができないの。どこ並べてもどこを比較しても違いますよという展示にしかありません。

中村 (笑) ああ。わかったような、わからないような。中村 だからね、どこ見て貰うんだって言う事が非常に難しい。違うでしょ。って、どこ見ても違うよって(笑)。だから、どこを見て欲しいんだって言うことが非常に大事で、それは専門の人に任せて。

中村 そうか。見なきゃわかりませぬね。わかったのはふたつが並ぶのはとても珍しいこと。

中村 まずないですね。

中村 私いつも思うんですが、こちらの展示って、いつも「まずないだろう」という展示ですよ。だから見ないもったいない!

中村 もったいない、もったいない。

中村 わからなくても見るだけですか!

中村 見るだけですか! そうですね。そこにね、私としてはちよつと力を入れたいなと思ってるのは軍記。平家物語とか平治物語は軍記物語と言われるものですが、軍記と言われるのは読み物じゃない。読み物じゃないと言っておかしいかな? 要するに、戦乱が起こった色々な事情や事実関係などを記録に留めて後世に残そうとしたもの。それは平将門の内乱に関して言えば将門記があるとか陸奥話記とか。それから承久記、明德記、応仁記あたりがそうです。この辺のものはうつほ物語絵巻とは違って豪華さはない。非常に素朴な本。むしろ展示に堪えないようなレベルの本かもしれないです。けれども、こういうのは逆に言うと展示されることがないです。平安の物語から中世の軍記物語、さらに中世の軍記へとというストーリーが見て貰えるんじゃないかしらと、その辺まで並べてみたいなと思っています。

中村 軍記の事実の中で、私たちの先祖に会えるかもしれないですね。楽しみです。

典をやる以上は、なぜそんな事がその時に始まったのかという事をちゃんと理解しないと、文学研究したことにならんだらうと思つて。もちろん古事記、日本書紀、万葉集とか古い所は当然その問題がある。でも、平安時代になつても物語が始まる、和歌が始まる、歴史物語が始まる。平安時代にも始まることはいっぱいあつて、始まりというのどこからでも良いわけだけど、だったら平安だ。平安の物語文学からとりあえず入ってみようと思つたの。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 家には貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。

中村 それで?

中村 家は貧乏だったんです。貧乏だった。父がいなかったから。おやじは僕が生まれて間もなく死んでしまった。おふくろが女手ひとつで男の子三人を育てていた。僕は神戸大学なんだけど、入学式が終わって授業が始まるという時、そのおふくろがなげなしの金で「康夫、お前に本を買つてやる」と。一緒に本屋に行こうと言つて、最初に買つてくれた本が栄花物語だった。歴史物語ですよ。それが知らず知らずの間に自分の専門になつてしまつた。



中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

中村 それはだから展示でやつてゐるわけね。できるだけ

# 立川を盛り上げる「縁の下の力持ち」

## 立川市陸上競技協会——箱根駅伝予選会

平成22年10月16日。第87回箱根駅伝予選会が行われた。  
初めて立川で予選会が開催されたのは  
平成12年、第77回予選会だった。  
以来、予選会を支え続けた  
東京陸上競技協会と立川市陸上競技協会。  
主役は黒子！  
陸競メンバーの活躍を写真でどうぞ。

写真：榎本典泰、富士 晃 他



スタートの号砲は関東学生陸上競技連盟 青葉昌幸会長



大山自治会佐藤良子会長と

ふじ幼稚園加藤副園長に協力依頼

真如苑で

コース説明と協力依頼に回る立川市陸上競技協会 理事長 坪内基治さんと事務局 局長 飯塚智子さん



ゴールを審判

青葉会長(右)と東京陸上競技協会 専務理事田中利雄さん(左)



駐屯地内、スタートしてまもなく

今回新しくなった折り返し地点



ゴールでタイムを計る



競技終了後、記録テープを処理

医療も担当する

えくてびあんの輪

えくてびあんはリストのお店にいつもあります。今月は 錦町・柴崎町 のお店です。

中国気功整体院 立川院	529-1088
焼きたてパンの店 ヴァイツェンプロト	527-2176
日本クッキングスクール	522-3440
ラーメン店 麺や光	525-5539
ザ・クレストホテル立川	521-1111
美容室 アリス	525-1100
パンと洋菓子 うちのやブルマン	524-9280
そば処 そば菜	522-7558
画廊 無門庵ギャラリー	529-2323
美容室 FALCO	528-2389
諸官公庁御用達・日用雑貨 池田屋	522-3731
N HAIR WORLD	523-5336
しゃぶしゃぶ・鍋料理 しゃぶ・りん	527-2228
TTM 株式会社	524-5787
スペイン料理 TAPAS	529-0733
Bakery Cafe Crown	526-2226
三田花店本店	524-4187
いわさき痛みの整骨院	529-5123
(有) 朝日屋酒店	525-6333
にしやま薬局	525-9212
アミューたちかわ	526-1311
アミューたちかわ カフェ リルケ	526-1311
多摩信用金庫 錦町支店	528-0511
そば処 高尾亭	522-2710
Natural Food Restaurant シェいなば	529-5921
エステランテ ロズマリ	529-3037
レストランテ ラ・ポボラリータ	527-3880
Garden & Crafts cafe with 多根	0120-412-877
高齢者総合施設 至誠ホーム	527-0031
至誠ホーム 至誠介護相談センター	527-0321
諏訪神社	522-2968
毎日新聞社グループ 株式会社 都下毎日広告社	522-6121
バスタビーノ はしや	521-3386
高島ビル1階	
MOON ZETTON	523-0961
南武堂剣道具店	527-0197
味乃 寿司由	522-3733
トーク・スペース	527-1636
株式会社 一心堂	527-3777
すかの歯科	540-2675
中華 ハルピン	527-1809
紙匠 雅	548-1388
ピストロ すぎ浦	525-9929
カレー工場 Haiji ハイジ	548-0812
ステーキ & 欧風料理 クワトロ	528-2983
串揚割烹 トントン	524-4521
Pasta Frolla 立川南口店	540-8033
レンタルスペース&雑貨カフェ 夢工房	543-7818
パセリ ドゥーエ	525-8486
甘味処 石や	524-0862
不動産 コマツホーム	525-5811
喫茶 キャリー	528-2630
芹沢ガラス店	522-3065
かみゆい処 わ	522-8202
ファッションハウス ホマレヤ	525-2788
中国四川料理 山城	512-8356
ジョイフルプラザ スクエア	528-4250
酒歩 たから	528-1510
服地・洋裁材料 藤レディース	528-5101
純中国料理 北京大飯店	522-6393
天婦羅・うなぎ 良銀	522-4330

街の話題

めがね橋開通!

柴崎町と富士見町にまたがって、中央線にかかる橋。めがね橋が11月9日10時に歩道部分が開通した。車道開通は平成23年2月頃の予定。昼は昼の顔があり、夜は間接照明に照らされて、広くきれいになって渡るのも楽しい。



砕氷船しらせ出航

すばらしく晴れ上がった11月11日、晴海埠頭から砕氷船しらせが南極に向けて出航した。不思議にしらせ出航の日は晴れるという。第52次南極地域観測隊からも5人の隊員が同乗。うち輸送・越冬庶務の市川正和隊員については、えくてびあん2月号で詳しくご紹介します。



まち歩き、やっています。

立川観光協会では、いろいろな角度から楽しめる「まち歩き」イベントを開催。1回目は幸町のスマイル農園で地場野菜について勉強した後、その野菜で調理、立川を美味しく食べる!体験をした。2回目は立川のサブカルチャー アニメ、ホビー事情を、3回目は立川の絶景ポイントを紹介。それぞれ専門家が同行しての質の高いイベントとなった。



この人 この店 <90>

Natural Food Restaurant シェいなば

稲葉 邦夫 さん



野菜を美味しくたくさん食べたい方には特におすすめのお店です。ランチについてくるサラダに、まず感動!塩揉みしたり茹でてあったり煮てあったり。手間をかけ、相当な量をギュッと凝縮したサラダにはすでに10種類もの野菜が入っています。今日は前菜に盛り合わせを頼んでみました。20種類以上の野菜が色とりどり、本来の味を残しつつ、でも食べやすくアレンジされて並んでいます。ネギの酢みそ、カボチャ小豆、ひじきれんこん、元気大豆の葛寄せ、きんぴら、高野豆腐と黒ごまのサンド……。メインのカレーはというと、八丁味噌の隠し味が効いていて口当たりは甘いのに、とっても辛い!「ええ、いろいろなスパイスが入っているんですよ」と稲葉さん。野菜の味を生かした〈野菜カレー〉と牛肉がたっぷり入って野菜も堪能できる〈野菜と牛肉カレー〉。もちろんカレー以外にもパスタや松花堂弁当など。でも本当はフランスのシェフなんですよ、稲葉さん!



〒190-0022 立川市錦町5-19-9  
TEL 042-529-5921  
営業時間 ランチ 11時30分~14時(月~金)  
11時30分~15時(土・日・祝)  
ディナー 17時30分~22時  
定休日 水曜日



jorakugajo

真如苑提供番組〈常楽我浄〉

スカパーフェクTV: 216ch  
マイ・テレビアナログ: 11ch  
デジタル: 111ch

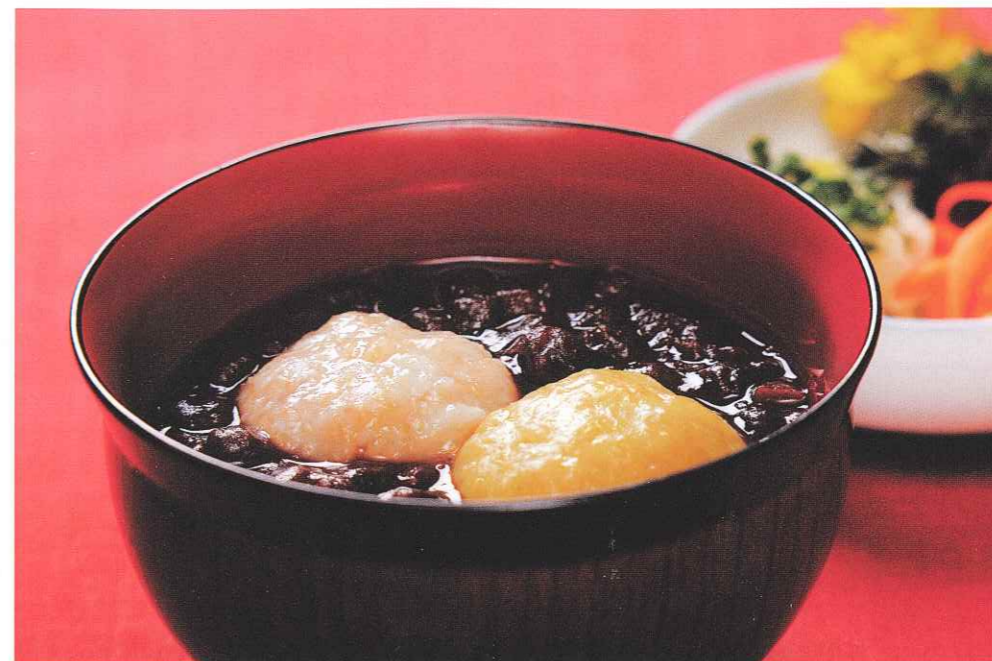
放送時間については番組表をご確認ください。

www.shinnyo-en.or.jp

野菜の王国 産直レシピ ⑥

このコーナーはJA東京みどり 立川みなみ農産物直売所のご協力をいただいています

野菜のことは野菜をよく知る人に聞くがいい。野菜の美味しい食べ方を、生産者に紹介してもらおうコーナーです。いつもの調理法、今日はこんな風に変えてみませんか?



〈野菜もちのぜんざい〉と  
〈野菜の箸休め〉

◎レシピ◎

〈野菜もちのぜんざい〉

材料 (4人分)

- ・小豆 200g ・さつまいも 中1本 ・里芋(孫芋) 3個
- ・玄米餅5片(原材料玄米100%の餅は錦町のシェいなばさんにあります)
- ・砂糖適宜、塩少々

作り方

- ① 小豆は一度沸騰させてからお湯をこぼして洗きりする。再度3倍の水を加えて沸騰させ、火を弱めてアクを取りながら豆が柔らかくなるまで煮る。砂糖を加えて塩で味を整えて好きなとろみに仕上げる。
- ② さつまいもは厚めに皮をむき、つぶしやすい大きさに切って茹でる。
- ③ 里芋は皮をむいて茹でる。
- ④ 茹であがったさつまいもと里芋に、それぞれ小さく刻んだ玄米餅を加えて電子レンジにかける。餅が柔らかくなったら芋をつぶしながら餅と混ぜて野菜もちを作る。
- ⑤ 器に温めたぜんざいを入れ、野菜もちを加える。

〈野菜の箸休め〉

今回は塩揉みしたにんじんと大根。大根は葉っぱと一緒に塩揉みし、にんじんの葉っぱは油で炒めて醤油で味をつけた。葉っぱまで食べられるところが、さすが産直!

表紙の人

細江英公さん、ミサ子さん

平成22年秋、文化功労者として顕彰された写真家 細江英公さん。昨年7月号まで、えくてびあんの表紙を撮り続けて下さいました。この朝、



皇居に向かわれる前にご自宅で撮影させていただきました。奥様とのツーショット後、にわかには日章旗を手にした細江先生。サッとポーズをとり「我こそは日本男児なり!」。キリリとしたお顔、さすが我が、否、世界のEikoh HOSOE!

かたこと

◆いやいや、先月号の表紙、ヒロ君の反響は大きかったです。感想をお寄せ下さった皆様、ありがとうございます。家族の温かさ、笑顔は何にも代え難いです。

◆立川女子高校山岳部がんばれ!のお声もたくさんいただきます。「この頑張りには就活で採用につながりますよ」なんて言葉まで。立川にはすごい高校生がいるんです。いよいよ今月末には冬山に挑戦だそうですよ。

◆すごいといえば、駅伝の予選会。実際に見ると迫力が違う。年々観客が増えているようですが、一度見たらハマってしまうんです、ホントに。◆国文研シリーズ、中村先生はとても面白い方でした。大阪弁でしか話さない。掲載できずごぼれてしまった話題はどこかで拾えるといいな、と思います。毎回そうですが、1時間半のお話を短くするには先生方の多大なご協力があったこそ。いつもありがとうございます。

◆さて、パンのある風景。今月はえくてびあんスタッフ(薫)さん。実はこの原稿が最後のお仕事。えくてびあん初の寿退社です。立川の皆様との出会いを胸に巣立って行きます。「皆様、ありがとうございました(薫)」

えくてびあん◎

1月号 第29巻 通巻314号

平成23年1月1日発行  
発行 有限会社えくてびあん  
〒190-0023  
東京都立川市柴崎町2-1-10 高島ビル4F  
TEL 042-528-0082  
FAX 042-528-0065

URL www.tamatabakonet.jp  
発行人 黒須 環  
企画・写真・編集 えくてびあん編集スタッフ  
デザイン 池田隆男  
(WATER DESIGN ASSOCIATES)  
印刷 三浦印刷株式会社

無断転載を禁じます。



## まんが「ハチミツとクローバー」より

美大に通う学生たちの青春ストーリー。主人公「はぐちゃん」と「竹本くん」がパンを買いに行くシーンがある。制作に没頭していて、ふと気がつくの外は真っ暗、空には月が。

二人同時におなかが「ぐう〜」と鳴ってパン屋に走る。お目当てはコロッケパンと揚げパン。

私も高校生のとき、コロッケパンが好きでよく食べた。学校の近くに小さなパン屋さんがあって、お昼になると買いに走る。人気のあるパンから売り切れてしまうので、終業ベルが鳴ると同時に友達と全力疾走。天気の良い日は外でおしゃべりをしながら食べた。シンプル

なじゃがいものコロッケに千切りキャベツがたくさん入っていて、おいしかったなあ。

物語は登場人物のモノローグで綴られている。学生でいられる期間は長くないと知っているから、どのシーンも少し切なくて、きらきらと眩しい。

コロッケパンを食べると、懐かしい思い出と一緒に、忘れがちな、でも大事なことを思い出す。今この時は一度だけ。——出会えた人たち、目の前にあるもの一つひとつ、大切にしていこう、と嘯みしめる。

えくてびあんスタッフ(薫)

---

### 今月のパン

ベーカリー KiBuN屋

立川市富士見町 1-22-30 TEL 042-526-1035

営業時間 8時~19時(売り切れ次第終了) 定休日 日曜日

---