おじゃましまーす

歌うことが大好き！

ゴスペルグループ 平蔵隊（ひらぐら～ず）　大野市

平蔵隊のメンバーたち＝いずれも大野市上庄公民館で

リズムに乗って気持ちよく歌い、笑い声が絶えない

ゴスペルや歌謡曲を歌うグループ、平蔵隊(ひらぐら～ず)。大野市上庄公民館で月１回、午後7時30分から9時まで練習している。現在メンバーは大野市や福井市に住む20～50代の5人。「ここに来て歌うのが生活の一部」という代表の中村智恵美さんをはじめ、「とにかく歌うことが大好き」というメンバーばかり。集まれば笑い声が絶えない、明るいグループだ。フェイスガードを付けて練習が始まると、5人の身体がリズムに乗って自然と動き出し、弾けるような歌声が響く。

2002年に発足。きっかけは県外のゴスペルグループを招き、市民も一緒に歌うという大野市主催の企画で、約60人が参加した。企画後「もっと歌いたい」と約30人で結成。当時、練習会場が、平成大野屋(大野市元町)の「平蔵」だったことが、グループ名の由来だ。

コロナ禍前は、コンサートやイベントでゴスペル曲を披露してきた。高齢者施設に出向いて歌うことも多く、歌謡曲のレパートリーも増えた。コロナ禍で、活動を縮小せざるを得なくなり「歌うこと自体いいのかどうか」という話になった。週に一度だった練習は月に一度になり、出演予定だった催しは全て中止になった。

歌を続ける原動力は、これまで幾度となく言われた「楽しそうに歌う姿に元気をもらった」という言葉。「自分たちの歌う姿が、見る人の元気になれたら」と願う。「イベントがないなら歌う場を自分たちで作ろう」と、6月からフェイスブックで動画配信に挑戦している。

来年は発足20年。「コロナ禍が落ち着いたら、歴代メンバーにも声を掛けて、みんなで歌いたい」と思いは膨らむ。現在メンバー募集中。興味のある人は、平蔵隊のフェイスブックにメッセージを。

フェイスブック　平蔵隊　検索

あわらで秋の味覚を満喫しよう！

豊かな食材に恵まれる秋。特にあわら市の朝倉梨栗園の梨と栗を食べると「福井に住んでいてよかったなぁ」と思わずにはいられない。同園は江戸時代からこの地で代々続く農家で、現在は朝倉哲哉さん(64)と雪さん(58)夫婦が梨、ブドウ、栗を専門に栽培している。主に雪さんが中心となって作る梨を求めて、毎年この時期になると全国から発送の注文が入り、農園に併設された直売所は予約した梨を受け取る人でひっきりなしだ。

昨年の栗拾いの様子。割れたいがの間から、つやつやの大きな栗が顔をのぞかせる＝いずれもあわら市の朝倉梨栗園で

「畑に出ない日はない」と雪さん。毎日欠かさず梨の様子を見ることで、ほんの少しの梨の変化に気付き「早期発見」で散布する肥料やミネラルの量、質を変えるという。この手間暇から雪さんにしか作れない、特別甘くみずみずしい梨が生まれる。

今年は台風９号の影響があり、梨の予約は例年より早めに終了したが、９月下旬には哲哉さんが手塩にかけた栗の収穫時期を迎え、お待ちかねの栗拾いが開園予定だ。今年は豊作だという。栗拾いを体験すると、栗料理のレシピがもらえるのも楽しみの１つ。大きく甘い、ほくほくの新鮮な栗で渋皮煮や栗ご飯など、さまざまな栗料理に挑戦してみては。

朝倉さん夫婦

朝倉梨栗園
住あわら市城3-33　P あり
https://asakuraya.com
インスタグラム(@yukiyuki_asakura)、フェイスブックで情報発信中
※直売所は予約商品の受け取りのみで、販売はしていません

栗拾い開園情報　9月下旬頃から開園予定。予約は朝倉梨栗園ホームページにて、9月15日（水）から開始。入園料は中学生以上300円、小学生以下無料。栗は1㌔1,200円で持ち帰り可能。

気持ちを鎮めるノスタルジックな香り「塗香（ずこう）」

心や体を清め、邪気払いになるといわれる「塗香」。寺院でお経をあげたり写経をしたりする前に使われる粉末状のお香だ。坂井市の塗香作りが体験できるサロン「ac salon sana 8(エーシーサロン サナ)」では、自分だけのオリジナル塗香を作ることができる。

乳鉢で塗香を調合する糸﨑さん

主宰するのは糸﨑みゆ枝さん(51)。自分や家族の体の不調がアロマテラピーで改善した経験から、香りには体調を整える力があることを実感し、お香に出合ってからは、さらに世界が広がったそうだ。自分の経験を生かして「健やかに過ごせるお手伝いができれば」とサロンを開いた。訪れるのは女性が多く、30～80代と幅広い。ほとんどが口コミで訪れている。

塗香作り体験にはさまざまな手法があるが、このサロンでは、体験者が自分の感覚に沿って伝統的な香木や香原料を調合して作り上げていく。「素材は化学的に合成されたものではないので、体に優しく安心して活用できる」と糸﨑さん。どこか懐かしい癒やされる香りで、体に塗って使うほか、入浴時に浴槽に入れたり、マスクに振りかけたりと使い方は自由だ。糸﨑さんは「五感の中でも嗅覚はダイレクトに脳に届き、記憶を呼び起こし感情を刺激します。塗香をつけて深呼吸するだけで気持ちが整いますよ」と話し、「日常のさまざまなシーンで、“自分軸を取り戻す”のに役立ててほしい」と話していた。

１回90分で、体験料は5,000円。作った塗香は持ち帰れる。

出来上がった塗香

ac salon sana 8（エーシーサロンサナ）
住坂井市丸岡町一本田中41-27
☎090-2033-8123
インスタグラム、ラインで情報発信中

風呂敷 活用術

日本で古くから受け継がれている風呂敷の文化が、昨年７月のレジ袋有料化であらためて見直されている。鯖江市にある、さまざまなデザインの手ぬぐいや風呂敷を販売する専門店「瑞乃和(みずのわ)」の店主・山本瑞恵さんに、風呂敷の良さや活用術について教えてもらった。

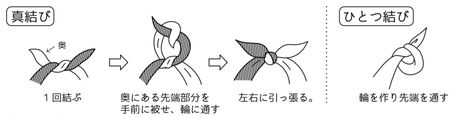
風呂敷の良さは、物に合わせて形を変えることができるところ。まちが狭いエコバッグだと傾きがちなコンビニ弁当も風呂敷では安定して運べるため、購入する物に合わせ、エコバッグをいくつも持つ必要がない。かさばらないので持ち歩きにも適している。

１枚あれば、物を包む以外に何通りにも使えるのも風呂敷の良さ。気に入ったデザインを選び、寒ければショールのように肩に掛けたり、首に巻いたりしておしゃれな防寒アイテムにもなる。最近人気のはっ水タイプは、銭湯やスポーツジムで濡れた衣類を包めるほか、キャンプやピクニックでレジャーシートやテーブルクロスにもなり、活用の幅がさらに広い。

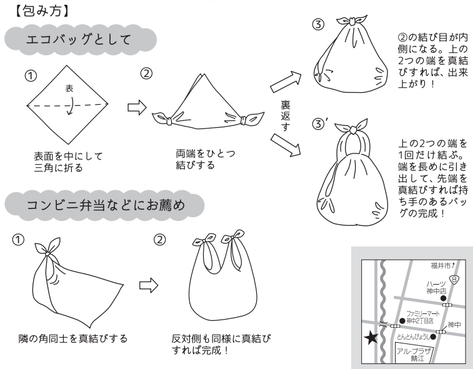
瑞乃和で販売されているサイズは主に、大100㌢・中70㌢・小50㌢四方。価格は1,000円ほどから。男性向けのデザインや渋めの色もあるため、男性客も増えている。実家のたんすの奥に眠っている風呂敷があれば再利用するなど、「今あるもの」を活用するのもお薦め。好きな布で風呂敷を手作りするのも楽しい。

風呂敷で物を包む方法　基本の結び方を覚えれば簡単！

【基本の結び方】



【包み方】



山本さんは「昔ながらの『包む』『結ぶ』文化は、物の形や私たちの暮らしに合わせて形を変え、寄り添ってくれる優しさがある」と魅力を話す。手ぬぐいや風呂敷を、防災グッズとして活用するワークショップを公民館などで行っているほか、手ぬぐいを使って、もんぺやあずま袋、帽子などハンドメード作品も製作・販売している。詳しくは問い合わせを。

暮らしと手ぬぐい 瑞乃和（みずのわ）

住鯖江市水落町4-15-22
☎0778-53-0359
営火～土曜日 午前11時～午後4時
休日曜・月曜・祝日
※臨時休業あり。最新の休みはホームページで確認を
P 2台
ホームページ、ブログで情報発信中

9月30日(木) まで

ふくいバーチャル文化芸術祭 開催中！

新型コロナ禍でも文化芸術の発表や鑑賞を楽しんでもらおうと、福井市が初めて企画したオンラインイベント。地元で活動する個人や団体を中心に、アカペラや楽器演奏などの音楽から、書道や絵画などの美術、ダンス、民謡、パルクールやスケートボードなどのストリートカルチャーまで、事前エントリーのあった80を超える動画をインターネットで楽しむことができる。

同時に人気投票も実施。イベント開催ページから投票でき、投票結果は審査に反映されるほか、投票者の中から抽選で10人に、クオ・カード500円分がプレゼントされる。動画配信と人気投票期間はいずれも9月30日(木)まで。入賞者の発表は11月中旬。市長賞を含む入賞作品3点、審査員推薦作品6点が決まり、入賞作品はハピテラスの大型ビジョンや公共施設で放映される。

津軽三味線×eスポーツコラボイベント 生配信！

配信日時：9月12日(日)　午前11時～同11時30分

eスポーツのタイタン選手と、若手三味線奏者・佐藤領哉さんとの共演が生配信される。佐藤さんの津軽三味線が奏でる「ぷよぷよeスポーツのテーマ曲」に合わせ、タイタン選手がプロのテクニックを披露する。9月30日までアーカイブ配信される。

詳しくは　ふくいバーチャル文化芸術祭　検索
イベント開催ページ　http://onfuku.com/article/74/

※価格は全て税込み

個人情報保護法　さんぽみちではお客さまに記入していただいた個人情報は、さんぽみちとお客さまの区域の販売店において適切に管理し、プレゼントのお届けなどに利用させていただきます。

スタッフが見つけた 福井の逸品

オリボンカメラストラップ

3,520円

レビヤンリボンの「オリボンカメラストラップ」は、個性豊かなチロルリボンを使ったカメラストラップで、おしゃれなデザインと実用性でカメラ女子たちの注目の的。作っているのは1925(大正15)年創業の細幅織物の老舗、「松川レビヤン」。新しさの中に歴史と技術と工夫が詰まっている商品だ。

表地のチロルリボンは、綿の風合いを感じさせるポリエステルスパン糸を使用しているので発色がよく、どこか懐かしさを感じる。肌に触れる裏地には綿100%の生地を縫い付けており、柔らかな付け心地で長時間使用しても首が痛くなりにくい。滑り止めのゴムを使用した一般的なストラップに比べて、肌ざわりも快適だ。

デザインは30種類あり、価格は3,520円(送料無料)。インターネットでの販売が中心だが、福井市のハピリン2階のセレクトショップ「キラリ」でも一部販売しているので、実際に手に取って確かめることができる。

松川レビヤン
住坂井市丸岡町内田15-7
☎0776-66-0158

プレゼント

おったか塾　参加者募集

リネンで作る ヤドリギのブローチ作り教室

日時　9月26日(日)
　午前の部　午前10時～正午
　午後の部　午後1～3時
場所　JR福井駅西口ハピリン2階の福福小屋
参加費　1,500円
対象　小学4年生以上
定員　各部15人(先着順)
講師　下中優子さん(布花デザイナー)、橋爪裕子さん、朝田いづみさん

県産のリネン素材を使い、ヤドリギの形をした布花ブローチを作ります。ヤドリギは冬でも枯れず、「持っていると幸運が訪れる」「魔除けになる」といわれる植物。ブローチは7色の中から色を選べます。

主催：日刊県民福井・中日新聞社
共催：福井市観光物産館福福館
問い合わせ・申し込み先
日刊県民福井事業グループ=☎0776-28-8618
(平日 午前10時～午後6時)

簡単♥おいしいクッキング～

お子さまにもどうぞ！ サツマイモのハニーマスタードあえ

【材料】(2人分)
サツマイモ …… 200㌘
Ⓐ 粒マスタード …大さじ1
Ⓐ 蜂蜜 ……大さじ2
Ⓐ しょうゆ ……小さじ1
Ⓐ 溶かしバター …… 10㌘
揚げ油 …… 適量
塩 …… 適量

【作り方】
①サツマイモは皮付きのままよく洗い、一口サイズに切り、10分ほど水にさらす。サツマイモの水気をよく切り、170℃くらいの油でじっくり素揚げにし、軽く塩を振る。
②Ⓐの調味料をよく混ぜ合わせる。
③①と②をあえて、器に盛りつけたら出来上がり。

☆甘めの味付けです。蜂蜜の量はお好みで減らしてね
☆蜂蜜を使用しているので、1歳未満の乳児には食べさせないでね

使ってみたくなる？ 福井弁ミニ講座

スマホについてのたわいない会話

A うら、きんのスマホこうてきたって。
B ほんとか？ 見せてみねま。
A ほら。
B 画面、かすな いかいんでねんか？
A ほやろお。ほやでえ、ユーチューブもようけ見れるざ。
B こっべな！

意味
私、昨日スマホ買ってきたよ。
本当か？見せてみて。
ほら。
画面、とても大きくない？
そうでしょう。だからユーチューブもたくさん見れるよ
生意気だね！

ポイント
・かすな＝大変、とても
・ようけ＝たくさん
・こっべな＝生意気な
※地域によっては「こっべくさい」とも言う。

方言は、県内でも地域によって異なります

読者からのお便りコーナー

お題は「チェンジ」

子どもを産んでから、午後9時就寝、朝5時起きの生活に、自然と「チェンジ」しました。　(坂井市 30代)

良いこと、良くないことの繰り返しでめげそうになるけど、気持ちを切り替えて前進。気持ちをチェンジです。　(大野市 50代)

5年前まではコレステロールを下げる薬を服用していましたが、心機一転、週3、4日、約30分ウオーキングを始めてから、薬を服用しなくてもよくなってきました。音楽を聴きながらのウオーキングは楽しい日課の1つです。　(大野市 70代)

夜更かしをやめて、早く寝るようになったら、早く起きられるようになりました。　(福井市 50代)

新居に住む準備をしています。住まいも「ご近所さん」もチェンジしますが、心機一転、頑張ります。　(大野市 20代)

残念なことや落ち込むことがあったときは、「これが一番低いところだ」と、心の中で気持ちを良い方向にチェンジしています。　(あわら市 60代)

今はまだ自粛の時ですが、早くコロナを終息させてもらい、自分自身がアクティブにチェンジ！　旅やスポーツなどを思いっきり楽しみたいです。　(鯖江市 60代)

元々外食が大好きで週3回くらいしていましたが、コロナ禍で一変。どうしてもお店の味が食べたい時はテークアウトするようになりました。　(福井市 30代)

マスク生活をチェンジしたいものですね。県外の息子や孫に会いたいです。　(福井市 60代)

いつかフルマラソンに出たいので、ウオーキングからジョギングにチェンジして体を動かしたいです。　(坂井市 40代)

怒りっぽい性格をチェンジしたいです。反抗期の娘に本気で向かっていき、言い合いになってしまい、反省しています。　(福井市 40代)

体形、チェンジしたいです。　(大野市 60代)

60歳になったこの機会に、赤やオレンジ、緑の服を着て、心をリフレッシュさせたいです。　(永平寺町 60代)

今は毎日ビールですが、体のために、週1回は飲まない日を頑張ってつくりたいと思います。　(大野市 50代)

20年間乗った車を新車にチェンジ！　機能が多過ぎて乗りこなせない(涙)。　(福井市 50代)

末っ子の結婚を機に、家の中を断捨離。物だらけだった各部屋が、家を建てたばかりの頃のきれいな部屋にチェンジ!!　(福井市 60代)

投稿募集
投稿してくださった皆さま、ありがとうございました。次回のテーマは「インターネット、こんなに便利に使ってます」です。エピソードを添えて送ってください。
※内容を変えない範囲で手直しすることがあります。ご了承ください。

今月の 読者アンケートプレゼント

紙面をより良くしていくためにアンケートにご協力ください。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

方法 応募　①希望のプレゼント　②住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業　③現在購読の新聞名　④地元のお薦めスポット　⑤読者からのお便りコーナー「インターネット、こんなに便利に使ってます」を記入の上、下記のいずれかの方法でお送りください。

■はがき　[宛て先] 〒910-0005 福井市大手3-2-13 中日新聞分室内「さんぽみち嶺北9月号プレゼント」係
■メール　osanpo@fukuikoho-c.co.jp
■LINE（ライン）　ID：@059fzwww
さんぽみち 公式アカウントで情報発信中！
↑LINEのお友だち登録はこちらから
お友だち募集中！
↑メールはこちらから
メール、LINEの場合は、件名または本文初めに「さんぽみち嶺北9月号プレゼント係」と入力してください
■ファクス　0776-28-8602

A カゼミドリ お好きな冷凍パン1個引換券　10人
B ベホマラ お食事券 500円分　4人
C 松川レビヤン オリボンカメラストラップ（記事写真の商品）　1人

惜しくもはずれた人にWチャンス!!　抽選で3人にクオ・カード500円分をプレゼント！

締め切りは9月27日(月)必着
※当選者の発表は、プレゼントのお届けをもって代えさせていただきます。

スタッフ日記　今回、カラー面の「高校生記者が行く！」という新企画で、藤島高校の新聞・写真部の生徒さんに紙面づくりに加わってもらいました。学業や学校行事などに忙しい中での取材は大変だったと思いますが、生徒さんたちの頑張りによってすてきな記事が完成しました。生徒さんたちが「伝えたい」と感じたお店の魅力はもちろん、高校生の素直な感性やチャレンジする姿勢が、読者の皆さんに届くとうれしいです。