みんなのひろば

▲市内に受け継がれる民俗芸能への理解を深め、後継者育成を図ることを目的に開催された『第11回所沢市伝統芸能発表会』。所沢市無形民俗文化財の重松流祭ばやしと岩崎彫獅子舞を継承している7団体が、日ごろの練習の成果を披露しました。
２月23日㈰／市民文化センターミューズ中ホール
（撮影：市民カメラマン・白須信一）

▲「つながる心が世界をむすぶ」をテーマに今年も開催された『第19回所沢市国際交流フォーラム』。市内在住の外国人とのディスカッションや着物着付け体験、世界と日本のお茶の試飲など、参加者は異文化交流を楽しみました。　３月16日㈰／市役所１階市民ホール
（撮影：市民カメラマン・滝島利男）

▲市内６会場でグランドゴルフとペタンクの試合が行われた『第12回市民体力つくり大会』。この日は約600人の参加者が各会場に分かれ、寒さにも負けずそれぞれの競技を楽しみました。
３月９日㈰／所沢航空記念公園
（撮影：市民カメラマン・浅見司郎）

◀市内18の小学校から46チームが参加して行われた『第12回子ども「とうきち」将棋大会』。「とうきち」とは江戸・明治時代に活躍した所沢の棋士、福泉藤吉と大矢東吉の名に由来します。にぎやかな雰囲気でありながら、大人顔負けの熱戦が繰り広げられました。
２月23日㈰／生涯学習推進センター
（撮影：市民カメラマン・三平資郎）

おうちで食べよう！所沢の学校給食 33 豚肉の彩りマリネ

栄養士さんが考えた学校給食のメニューの中から、所沢産の食材を取り入れたものや、特色あるレシピを紹介します。

◆今回の献立
サンライズピラフ
牛乳
豚肉の彩りマリネ★
黄金色の麦風スープ
ポテトソテー
みかん

★豚肉の彩りマリネ
材料（４人分）
- 豚ロース切り身……４枚
- 塩……少々
- こしょう……少々
- 酒……大さじ１
- 米粉……大さじ２
- かたくり粉……大さじ２
- 揚げ油……適宜
- 赤ピーマン……１／２個
- 黄ピーマン……１／２個
- サラダ油……小さじ１
- 水……大さじ２
- しょうが……１かけ

【マリネソース】
- ズッキーニ……３cm
- 玉ねぎ……中１／４個
- Ⓐローリエ……少々
- Ⓐ米酢……小さじ１
- Ⓐ砂糖……小さじ１
- Ⓐ塩……少々

作り方
①豚肉に塩・こしょう・酒で下味をつける。
②ズッキーニ・玉ねぎは角切りにする。赤ピーマン・黄ピーマンは角切りにし、ゆでておく。しょうがはすりおろし、しぼり汁をとっておく。
③フライパンにサラダ油を入れて、玉ねぎをよく炒め、ズッキーニを加えて炒める。水としょうがの汁、Ⓐの調味料を加え、ゆでたピーマンを入れる。
④米粉とかたくり粉をあわせ、豚肉にまぶして油で揚げる。
⑤揚げた豚肉に③のマリネソースをかけて出来上がり。
◎ソースに湯むきして角切りにしたトマトを加えてもおいしいです。

ここがポイント　豚肉

埼玉県は、養豚業も盛んです。埼玉県独自の“彩の国黒豚”というブランドもあり、さつまいもを使った専用の飼料でじっくり育てられ、肉はやわらかくうま味がたっぷりです。
豚肉は、必須アミノ酸をバランスよく豊富に含んだタンパク質源です。また、ビタミンＢ１が豊富で、ごはんなどに含まれる糖質をエネルギーに変える働きがあるため、疲労回復に効果的です。

問い合わせ　保健給食課☎2998-9249 FAX2998-9167

はっけん！ところ野老っ子

「所沢市の市章は「野老」という植物の葉っぱがモチーフ。昔の旧町には桜と柳が交互に植えられ、商店街で花見ができた。立川から西所沢、神米金を通り、浦和までつながる立川鉄道構想があった。明治時代の所沢は織物の町として栄えた…」所沢に長く住んでいる方でも知らないような歴史を、柔和な笑顔でやさしく語るのは、野老澤町造商店（愛称「まちぞう」／元町21番18号）ボランティアスタッフの三上博史さんです。

旧町商家の5代目で、父母ともに代々所沢生まれという生粋の野老っ子。定年退職後に郷土史に興味を持ちますが、満足できる記録保管所がなかったため、独学でホームページを立ち上げ、自ら調べた所沢の歴史を記録するようになりました。いつしか所沢の歴史を調べると三上さんのホームページに行き着くほどになり、今では「出版社、全国放送のテレビ局からも問い合わせがある」そうです。

戦前から所沢を見続けている、その豊富な知識をもとに「歴史の伝承人」として活躍し、さまざまな場所で講演を依頼されます。「小学校の課外授業は毎回楽しそうに聞いてもらえ、たくさんの質問が出ます。町で会ったときに『ひげじい！』と愛称で呼んでくれるのがうれしいですね」と目を細めます。

「所沢は深い歴史と文化を持ったいいところだ、ということをみんなに知ってもらいたい」という気持ちから町おこしグループに参加して、中心市街地活性化拠点施設の立ち上げに尽力しました。これが現在の野老澤町造商店で、展示場やライブ会場、町のイベントの事務局といった情報発信の場になるとともに、所沢の歴史を紡ぐ場にもなっています。来年１月に10周年を迎えますが、企画展示のほとんどは三上さんがプロデュースしたものです。「まちぞうを町の資料館だと思って遊びに来てほしい」という思いから、展示記録は冊子化して資料とともに店内に保管され、自由に閲覧できるようになっています。

「子どもたちに所沢を好きになってもらい、郷土愛を育んでいってほしい」。それが歴史を伝え続ける理由です。そんな三上さんの夢は、所沢に人が住み着き、町を形成するきっかけとなった「三八市」（３と８がつく日に開催された市場）の復活。「緑や自然もももちろん大事だけれど、人の営み、暮らしがあって町があります。町の歴史を大事にしながら町を楽しく、元気にしたいですね」と力強く話してくれました。

所沢の歴史を探しに、まちぞうに足を運んでみませんか。

▲まちぞうでの企画展示の様子

歴史を伝え、町を造る。

三上　博史 さん（花園在住）

誰でもエッセイ

◆テーマ「出会い」◆

がんとの出会い

北所沢町　加藤　由正

がんとの出会いは東日本大震災の年で、その年の５月に手術を受け、７月に職場復帰しました。その後現在に至るまで、毎日何回も語り合っています。少し食べ過ぎると「また排便で大変な思いをするぞ」とか、好きな音楽を聴きリラックスすると腸も落ち着いたりと、私にとってがんは闘病する相手でなく共生する相手です。

とは言うものの、皆さんはがん検診を受けて、その結果陽性になったらすぐに精密検査を受けてください。そうすれば、早期がんという優しいがんと出会えると思います。

すてきなママ友達

緑町　須長　明子

昨年の３月、第一子となる娘を帝王切開で出産しました。予想以上に傷が痛くて大変でした。入院中に出会ったのが、同じ日に帝王切開したママたち。顔を合わせるたびに「おなか痛いね」といたわりあって過ごすうちに、いつしか戦友のような気持ちになっていました。退院の朝、これでみんなとお別れか…と思っていたら、一人のママが「これ、私の連絡先」とメモをくれたことに感動！私も急いで連絡先をみんなに渡し、退院後もつながることができました。

その後、毎月お互いの家を行き来して、今ではパパも一緒にピクニックや食事をする仲に。何でも話せるすてきなママ友と出会えて、初めての子育ても何とか無事に一年を迎えられそうです。みんな、本当にありがとう！

一通の手紙

上新井　杉山　しおり

私は10代のころから文通が大好きです。中でも１番長く続いているのが、他県に住む６歳年上の女性との文通で、今年でもう10年目になります。この10年で私は、２回ほど彼女に会いに行ったこともありました。お互いの誕生日にはプレゼントを贈り合い、私の結婚のときにはお祝い品を贈って下さったり、ハネムーンで訪れたハワイからはがきを送ったこともあります。

同じ主婦となった今も日常の何げないことや節約のことなど、彼女から教わることはたくさんあります。たった一通の手紙から始まったこの出会い、これからも大切にしていきたいと思います。

ところざわ 歴史まめ知識最終回 46

４年にわたってご愛読いただいた「まめ知識」も今回が最終回です。最後は数にまつわる話題を３つお届けします。

三つ井戸　西所沢一丁目の「三つ井戸」には、弘法大師が水の湧く場所を教えたという伝説があり、水が不便な所沢を象徴する存在です。東川は上流域に他の村があり、上水として使うには質量ともに不十分で、この周辺に発達した町場では多くの浅井戸が人々の生活を支えていました。こうした浅井戸は、局地的で小規模な「宙水」と呼ばれる地下水の層を利用しており、枯れやすく不安定でした。こうした水の問題を解決するには、昭和10年の簡易水道建設を待たなければなりませんでした。

十人坂　所沢高校南東の坂は「じゅうにん坂」と呼ばれています。大正元年（1912）発行の『入間郡誌』には、「十人の武士が切腹した場所と言うが伝説に過ぎない」と書かれており、当時からこの名があったことがわかります。しかし、地名の由来や非業の伝承が生まれた理由は不明です。ここには現在、いわくありげに10体の石仏が並んでいますが、実は近くにあった墓地から道路改修の影響で移されたものです。６基は男性の、４基は女性の墓石で、最も古い石には貞享３年（1686）と刻まれています。

▲十人坂の石仏

千手谷　金乗院（山口観音）がある場所は、現在では近くを主要地方道が走り、東大和市方面へ抜けることができますが、かつては千手谷と呼ばれ、最奥でこの寺に突き当たる幽谷でした。「千手谷」の名は、寺の本尊が千手観音であることに由来します。本尊は33年に一度開帳となる秘仏で、堂の裏に回ると、裏観音と呼ばれる像を代わりに拝することができます。１対の腕を頭の上に掲げ化仏を捧げた裏観音の姿は、やはり秘仏である京都清水寺にあるものと同じ形式と言われています。次回の開帳は平成29年です。

問い合わせ　生涯学習推進センターふるさと研究グループ
☎2991-0308 FAX2991-0309

▶市内で撮影した写真（撮影日・場所・コメント）▶エッセイ次のテーマは『　歌　』▶締切4月8日㈫▶掲載者には記念品を進呈▶文章（300字）は添削あり▶投稿写　真・原稿は返却しません▶住所・氏名（ふりがな）・電話番号を明記し〒359-8501広報課「みんなのひろば」係へ郵送または✉hiroba@city.tokorozawa.saitama.jp