

# 飛行船

A I R S H I P



TOKADAI  
育ち 花咲く 人のまち

VOL.109

2019年4月



平成30年度 絵画コンクール金賞受賞作品 中村優菜(篠岡小学校 3年) ※学年は受賞時のものです。

## CONTENTS

### ■キラリ!この人

耳つぼ整体師 南道正子

### ■はつらつボランティアグループ紹介

小牧市東部花火の会

### ■桃花台センター発 情報ステーション

2019 ピアーレのゴールデンウィーク

2019 ピエスタ ゴールデンウィーク

花と樹木のなんでも相談 ほか

### ■イベントインフォメーション(4月~6月)

### ■愛林会 里山だより(第18回)

### ■篠岡考古学事始 其の十六

中嶋 隆

### ■世界食紀行 Vol.3 ペルー

大野じゅん子料理教室 大野じゅん子

### ■俳句

安藤 秋虹選

### ■あい・らぶ MyTown VOL.52

読書を楽しんでみよう! 東部市民センター図書室

キラリ!  
この人

# 自分の体と向き合う ことの大切さを知って

～耳つぼ整体師 南道正子さん＝林在住～

出産後に体調不良にみまわれたことをきっかけに体のしくみについての勉強を始めました。体調が戻った今、自分と同じ思いをしている女性を助けたいと自身の整体院だけでなく、イベントやセミナーに参加して頑張っている南道さんに話を聞いてきました。



耳つぼのセミナーを開いています。分かりやすく楽しく自分の体を知ることができます。

3人目の子どもを出産した後、体調がすぐれず、気持ちも落ち込むことが多く、子どもが2歳になったところからは寝込むこともあったと話す南道さん。病院に行ってもどこも悪くないと言われ、不安を話すすべをなくし、自分の殻に閉じこもりました。そして、どうしてこうなったの？ どう思う？と自問自答して出した答えは、自分の体について勉強しよう。

体のしくみを知りたい、体に良い環境を知りたいと、整体を学ぶことに決めました。「自分の体のことに必死で、整体師になりたいと思っただけではなかった」と笑います。自分たちと同じような辛い



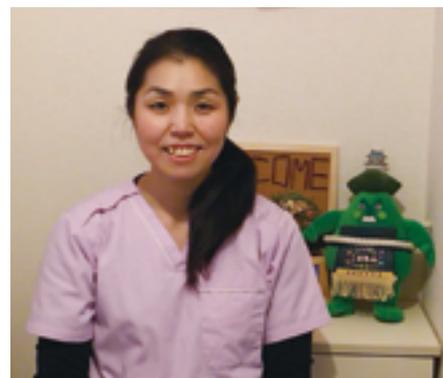
気軽にできるセルフケアを伝授

思いを持つ女性の手助けをしたいと女性専門の整体院を開きました。体調に不安を持つ女性にアドバイスをしたり、人との出会いのためにイベントに参加するようになり、耳つぼなら整体より簡単に体調チェックができるし、気軽に体験してもらいたいとも考え、耳つぼジュエリー講師資格を取得。商売ではなく、「自分と向き合っ

て心や体の不調を見逃さず、自分を大切に、無理しない、ほし」といふ思いをたくさんの人に伝えていきたい」と自身の辛い経験と重ね合わせます。

●**プライベートは多趣味です**

「家族のメンテナンスもしますよ」。最初は、家族も南道さんが整体師として活躍することに反対していましたが、「やり続けよう」と決めたから頑張ったという甲斐もあり、だんだん協力してくれるようになったそうです。今では子どもたちも協力的で、家族皆に感謝しています。着物が好きで、和裁



## インタビューを終えて

辛い時期を乗り越えたことで、強さと優しさを手に入れたような南道さん。前向きで、笑顔がとても似合うとても素敵な女性でした。

の専門学校に行き、成人式の振袖は自分で縫った経験を持ちます。今でも着付けを習いにいくそうです。「手先は器用な方かも」という通りレザークラフトや篆刻などにも挑戦を続けています。

「将来は、かわいいおばあちゃんになりたい」とユニークな返事。「自分が健康でいられれば、きれいでいられるし、幸せでいられる」と。気負うこともなく話す南道さんの笑顔を支えるのは「健康」という2文字なのでしょう。



東部エリアの大人気イベント「桃の花火大会」は、今年で7回目を迎えます。陶小学校で行われる「陶小キャンプ」のイベントとして始まった花火の打ち上げが、この花火大会が生まれたきっかけの一つです。「花火の時に見た子どもたちの笑顔がみたい!」、「東部地区を盛り上げるイベントを何かやりたい!」という地域への熱い思いを持つ有志が、人と人を繋げ、2013年に「小牧市東部花火の

会」が発足しました。現在では会員も20人を数え、大会はすべてボランティアで運営しています。会員は、市東部地域で育つ、学ぶ、住まうなど地域に縁のある人が中心。日中は皆、仕事があるため、打ち合わせは仕事を終えた夜からです。多方面との調整もあり多忙を極める日々だと思いますが、「花火で皆が喜んでくれるから全然、大変じゃないよ。大変ならやらないよ」と、笑い飛ばす会員の皆さん。



## ボランティアグループ紹介 VOL.36

桃花台をはじめ、近隣で活躍するさまざまなボランティアグループ。地域のため、自身のために積極的に取り組む皆さんの活動の様子を紹介します。

# 東部の活性化と絆を深める思いで 夜空に桃の華を咲かせます

～小牧市東部花火の会～

**今年の花火は…**  
「昨年から始まったミュージック花火師さんたちも会の趣旨に賛同して、花火の打ち上げのストーリーや新しい企画などを提案してくれるだけでなく、金額面でも協力をしてくれます。「花火師さんたちには本当に感謝しています」と、発足以来の役員・浅野正憲さんは話します。

花火前にはPR活動に協力したり、当日は会場設置や誘導など、花火の会会員以外で大会運営を支えるボランティアの人の多さにも驚きます。花火大会の翌日には、地域協議会の人たちや陶小の子どもたちが早朝から会場周辺の清掃活動に参加します。造園業を営む会員は仕事で使う機材を持ちこみ、花火の燃えカスの回収に参加。プロの腕前を発揮します。

**スゴイのは人の繋がりと思い**



打ち合わせの時の様子

**第7回 桃の花火大会**  
日にち: 4月27日(土)  
※雨天の場合、28日に順延、28日も雨天時は中止。  
時間・午後4時～  
しのおか特産品屋台、  
ステージイベント  
・午後7時30分～  
花火大会  
問合せ:小牧市東部花火の会  
☎080-9114-8705

ク花火はとても好評だったので、今年もやります。メッセージ花火がもつと地元に着着した花火になれるといいですね、例えばプロポーズや結婚記念日、供養などで使ってほしい」と話すのは、今年度の会長・西尾敏史さん。桃とぶどうのジュエリートや小牧ワイナリー、小牧みやげ本舗など地元を盛り上げる団体の物産展も開かれる予定で、今年も東部地域を代表するイベントは盛り上がりを見せそうです。

小牧市東部花火の会  
会長  
西尾敏史さん



## 2019 ピアーレのゴールデンウイーク

### ●ちびっこフワフワランド

子どもたちに元気いっぱい楽しんでいただけるフワフワランドを開催いたします。屋内開催のため、雨や風の心配なく遊んでいただけます。

- 日にち 5月3日(金・祝)～6日(月・祝)の4日間
- 時間 10:00～16:00
- 場所 ピアーレ広場
- 参加料 1日フリーパス券600円、1回券100円



※写真はイメージです。

### ■噴水・せせらぎの水が休止します

桃花台中央公園の水の修景施設として親しまれている噴水・せせらぎの水が、ポンプなどの機械点検及び清掃のために休止します。ご迷惑をお掛けしますがご協力をお願いします。

- 4月11日(木)、25日(木)
- 5月 9日(木)、23日(木)
- 6月 6日(木)、20日(木)

※荒天の場合は変更する場合があります。



### ■花と樹木のなんでも相談

花や樹木の病害虫の防除や施肥の方法など、花や樹木に関する様々なご相談に応じます。

#### 相談者先着10名様に粗品進呈

- 日時 4月19日(金) 5月17日(金) 6月21日(金)  
いずれも10:00～12:00
- 場所 桃花台ピアーレ広場(桃花台ピアーレ2階)
- 相談員 愛知県樹木医会会員・あいあいガーデニング
- 問合せ (一財)桃花台センター ☎0568-79-1330  
土・日・祝日・年末年始を除く 9:00～17:00



無料

## 桃花台センター発 情報ステーション

### ピエスタ誕生祭

#### ●フワフワわんわんハウスで遊ぼう!

子どもたちに人気のふわふわで元気いっぱい遊んでいただけます。

- ◆日にち 4月6日(土)、7日(日)
- ◆時間 10:00～16:00 ◆場所 ピエスタ広場
- ◆参加料 無料(小学生以下のお子様に限る)



※写真はイメージです。

## 2019 ピエスタ ゴールデンウイーク

### ●のりものひろば

小さいお子様に人気の乗り物のコーナーを設けます。作動させると音楽が流れるため会場もにぎわいます。

- 日にち 4月27日(土)～30日(火・祝)の4日間
- 時間 10:00～16:00  
※12:00～13:00休憩
- 場所 ピエスタ広場
- 参加料 無料



キティちゃんメロディトレイン  
～メロディとともに  
線路を走ります～



キティ&バガサス  
～キティちゃんの定置乗物です～  
※写真はイメージです。

- 小牧山さくらまつり 小牧山  
4月1日(月)～10日(水)  
(桜の開花状況により変更あり)
- 菜の花フェスティバル 岩崎地内(JA味噌支店西側)  
4月13日(土)
- 小牧山美化活動 小牧山(受付)小牧山史跡公園  
4月13日(土)
- 消防観開式 小牧西中学校  
4月21日(日)
- 第7回桃の花火大会 陶グラウンド  
4月27日(土)
- こども夢チレンジカッパ12 小牧市長杯2019  
パークアリーナ小牧サッカーグラウンド  
5月4日(土)祝、5日(日)祝
- こまき産栗フェスタ2019 パークアリーナ小牧  
5月25日(土)、26日(日)
- パラファンサイマリー 人と自然が共生するまちへ  
小牧市総合公園市民四季の森  
6月1日(土)～6月16日(日)
- 瀬戸市 ☎0561・82・7111  
●春の水野祭めぐり 瀬戸市水野地区  
4月13日(土)、14日(日)
- せと陶相まつり  
尾張瀬戸駅周辺および市内一円  
4月20日(土)、21日(日)
- 赤津祭の里めぐり しののへ工房めぐり  
瀬戸市赤津地区・品野地区  
5月11日(土)、12日(日)
- 春日井市 ☎0568・81・5111  
●ウオーク大会 グリーンヒル春日井みくろの森周辺  
4月20日(日)祝
- 緑と花のフェスティバル  
グリーンヒル春日井少年自然の家  
4月28日(日)祝、5月5日(日)祝
- 内津文化財祭 内々神社  
5月12日(日)
- わいわいカーニバル2019 KASUGAI  
落合公園ほか  
5月12日(日)
- レクリエーションスポーツ祭 総合体育館  
6月6日(日)
- 大山市 ☎0568・61・1800  
●春の犬山キャンペーン 市内全域  
5月31日(金)
- 第385回犬山祭 犬山城下町  
4月6日(土)、7日(日)
- 犬山城下町端午の節句まつり  
旧磯部家住宅ほか  
4月10日(水)、5月10日(金)
- 桃太郎まつり 栗栖桃太郎神社  
5月5日(日)祝
- 木曾川つがい開き 木曾川河畔一帯  
6月1日(土)

イベントインフォメーション  
2019年4月～6月

●第4回篠岡地区サロン合同作品展

篠岡地区のサロンによる合同作品展です。皆さまぜひご覧ください。

- ・展示内容 伊勢型紙、手芸作品等
- ・参加サロン たまり場城山・たまり場ヶ丘・上末いきいきサロン「木漏れ日」・たまり場アニマード・いきいきサロン高根「憩いの場」・サンサン茶屋城山

日時 5月7日(火)～12日(日) 午前10時～午後4時  
※初日のみ正午から、最終日は午後3時まで

場所 東部市民センター2階ロビー

●小牧東部ハーモニカクラブ

小牧市東部市民センターロビーコンサート

お昼どきに音楽鑑賞はいかがでしょう。

東部市民センターで活動するサークル「小牧東部ハーモニカクラブ」さんによるロビーコンサートを行います。

日時 4月13日(土) 午後0時10分～1時

場所 東部市民センター1階 ロビー

小牧山課

【問合せ】電話:76-1623

●小牧山城史跡情報館が4月25日(木)にオープン予定



小牧山のガイダンス施設「小牧山城史跡情報館」(愛称 れきしるこまき)が平成31年4月25日(木)にオープン予定です。小牧山城史跡情報館は、近年の発掘調査で明らかとなった織田信長が築いた小牧山城の石垣や城下町、小牧・長久手の戦いなど、小牧山を取り巻く歴史を、模型や映像を多く使って分かりやすく紹介する展示のほか、企画展示

やワークショップ、講演会や講座を行うスペースを設けるなど、小牧山に関する最新の情報を来館者にお伝えする施設です。たくさんの方の来場をお待ちしております。

【施設利用案内】

■常設展示室入場料 一般100円、団体(30人以上)60円

※中学生以下は無料※小牧山城史跡情報館常設展示室の入場料で山頂の小牧市歴史館へも入場できます(共通入場券 4月25日～)。

■開館時間 午前9時～午後5時(入場は午後4時30分まで)

■休館日 第3木曜日・年末年始(12月29日～1月3日)

■駐車場 小牧山北駐車場(100円/30分、ただし最初の2時間は無料)バス専用駐車場(無料)有

■所在地 小牧市堀の内一丁目2番地

●エコハウス・小牧 【問合せ】プラザハウス ☎0568-78-5016

〒485-0802 小牧市大字大草5786-83 FAX 0568-78-5061

ところ プラザハウス

対象 市内在住・在勤・在学の方が優先

※各教室は一部を除き1回で終了し、継続教室ではありません。

※申込者多数の場合は抽選

申込み 申込み受付中、定員に満たない場合は開催日前日まで申し込み可。希望教室名、参加日、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、保護者氏名(ふりがな、保護者同伴の場合)、年齢、学年、電話番号を一世帯ごとに記入し、はがき、FAX、又は直接プラザハウス(エコハウス・小牧ホームページ)からも申込み可

※一人で複数の教室を申し込むことが出来ます。

4月～6月特別体験教室日程表

受講料無料

教室名	日	時	定員
★布ぞりを編んでみよう	午前9時30分～正午	4月17日(水)	各5人
		5月16日(木)	
		6月21日(金)	
★さき織りでコースターを作ろう	午前9時30分～正午	5月28日(火)	各6人
		6月 6日(木)	
★ステンドグラスを作ろう ※2回で1つの作品を作ります	午前10時～正午	6月12-19日(水)	5人
		# 自転車を修理してみよう(パンク修理)	6月 9日(日)
# ガラス切り絵を作ろう	午前10時～正午	4月19日(金)	各6人
		4月28日(日)	
◆ ペン立てを作ろう	午前10時～正午	4月20日(土)	各10人
		5月26日(日)	
◆ サンドブラストで鏡に絵を描こう (デザインミラー)	午前10時～正午	5月24日(金)	各10人
		6月16日(日)	
◆ 粒ガラスでぶちプレートを飾ろう	午前10時～正午	4月21日(日)	各10人
		5月19日(日)	
◆ 色とりどりのパルプで マーブルはがきを作ろう(紙ずき)	午前10時～正午	6月23日(日)	各10人
		6月25日(火)	

★中学生以上 #小学4年生以上 ◆5歳以上  
(対象年齢は各講座の難易度を示しています)

通常授業がある日は、小・中学生の方は参加できません

※小牧市在住、在勤、在学の方が優先となります。世帯ごとに申込者に記入して下さい。

※小学生以下は、保護者同伴で参加できます。保護者はお子さんの付き添いになります。

保護者1名につき、お子さん2名まで参加可能です。

※教室に申し込みしていないお子さんを連れての参加はご遠慮下さい。



篠岡児童館の催し 4～6月 【問合せ】☎0568-79-0690

- リトミック【対象】2～3歳児親子【定員】15組【日にち】第1月曜日【時間】11:00～11:40
- 赤ちゃんサロン【対象】乳児親子【定員】当日自由参加【日にち】毎週月・木曜日【時間】13:15～
- クラフトルーム【対象】小学生以上【定員】10名【日にち】4/6(土)、5/11(土)、6/8(土)【時間】10:00～11:00
- お花見コンサート～琴と尺八の音色を楽しみましょう～【対象】当日自由参加【日にち】4/14(日)【時間】14:00～
- 楽器であそぼ【対象】2～3歳児親子【定員】15組【日にち】第3月曜日【時間】11:00～11:40
- 赤ちゃんと一緒に産後ヨガ【対象】2～6カ月の乳児親子【定員】10組【日にち】4/18(木)、6/20(木)【時間】13:30～15:00
- えいごであそぼ【対象】幼児親子【定員】15組【日にち】第3金曜日【時間】10:00～10:30
- インターナショナルあそび「ジュエリークイリングをつくらう!」【対象】小学生以上【定員】15名【日にち】4/27(土)、6/22(土)【時間】10:00～11:00
- 児童館まつり【対象】当日自由参加【日にち】5/19(日)【時間】10:00～15:30
- ベビーマッサージ【対象】2～6カ月の乳児親子【定員】10組【日にち】5/21(火)【時間】10:00～11:45
- 子育て世代包括支援センターの育児相談【対象】当日自由参加【日にち】5/31(金)【時間】10:00～11:15
- ワールドミュージック【対象】幼児・小学生親子【定員】15組【日にち】6/1(土)【時間】11:00～11:30

大城児童館の催し 4～6月 【問合せ】☎0568-78-0046

- 英語であそぼ【対象】幼児親子【定員】各15組【日にち】4/5(金)、5/10(金)、6/7(金)【時間】10:00～10:30、11:00～11:30
- インターナショナルあそび「えいごでワンダーランド」【対象】年少以上の親子、小学生低学年【定員】15組【日にち】第2土曜日【時間】10:00～10:45
- イングリッシュシャワー【対象】幼児親子【定員】各15組【日にち】第4金曜日【時間】10:00～10:30、11:00～11:30
- クラフトルーム【対象】小学生以上【定員】15名【日にち】4/20(土)、5/18(土)、6/15(土)【時間】10:00～11:00
- リトミック【対象】2～3歳児親子【定員】15組【日にち】第2月曜日【時間】11:00～11:30
- 楽器であそぼ【対象】2～3歳児親子【定員】15組【日にち】4/22(月)、6/24(月)【時間】11:00～11:30
- 楽器であそぼスペシャル【対象】2～3歳児親子【定員】20組【日にち】5/27(月)【時間】11:00～11:45
- ワールドミュージック【対象】幼児親子【定員】15組【日にち】4/27(土)【時間】11:00～11:40
- ベビーマッサージ教室【対象】2～6カ月の乳児親子【定員】8組【日にち】4/18(木)【時間】10:00～11:45
- パパと一緒にベビーマッサージ教室【対象】2～6カ月の乳児親子【定員】8組【日にち】6/15(土)【時間】10:00～11:45
- ベビーと一緒に産後ヨガ【対象】2～10カ月の乳児親子【定員】10組【日にち】5/13(月)【時間】13:30～15:00
- 子育て世代包括支援センターの育児相談&身体測定【対象】乳幼児親子【定員】当日自由参加【日にち】6/14(金)【時間】10:00～11:15
- ポルトガル語教室【対象】小学生以上【日にち】毎週水曜日【時間】18:00～
- 赤ちゃんサロン【対象】2カ月～乳幼児親子【定員】当日自由参加【日にち】毎週水・金曜日【時間】13:30～

●五条川桜ライトアップ 大町役場前 堀尾跡公園  
4月1日(月)～10日(水)

●おおぐち光燈路 堀尾跡公園  
4月7日(日)

●れんげまつり 大町役場東側田んぼ周辺  
4月29日(月)祝

●あつぱれ披露祭 大町民会館  
5月5日(日)祝

●歴史民俗資料館記念企画展  
〜とぎめき〜 乗りMONONO図鑑〜  
北名古屋市歴史民俗資料館  
4月30日(木)

●合瀬川桜まつり  
コッ云山公園(雨天は総合体育館多目的ホール)  
4月7日(日)

大町 ☎05687-95-1111

北名古屋市 ☎0568-22-1111

江南市 ☎05687-54-1111

●こうなん藤まつり 曼陀羅寺公園  
4月20日(土)～5月6日(月)祝

●こどもフェスティバル すいとび江南  
5月26日(日)

●文化祭 江南市民文化会館  
6月8日(土)、9日(日)

●あじさいまつり 音楽寺  
6月上旬～10月末頃

●ユネスコ無形文化遺産バリ島影絵人形芝居「ワヤン・クリッ」  
～インドネシア伝統の影絵人形芝居をお楽しみください～

インドネシアのバリ島で古くから上演されてきた、ユネスコ無形文化遺産の影絵人形芝居を、現地のスタイルで上演します。出演はワヤン・トゥンジュク梅田一座。



**日時** 6月22日(土)  
・子ども向け公演「ピマの鬼たいじ」  
11:00開演(10:30開場)上演時間:60分程度、解説付  
・一般公演「鬼女となった姫～マハーバータラ物語～」  
15:00開演(14:30開場)

**場所** 小牧市公民館講堂  
**金額** 一般:1,000円、U25(25歳以下):500円  
※全席自由 ※アートフレンド会員割引あり  
**販売窓口** 4月19日(金)9時30分～ ※会員先行予約あり  
小牧市市民会館、各市民センター等、  
電話予約(0568-71-9700)、  
こまき市民文化財団オンラインチケットサービス

生涯学習課 [問合せ] 76-1166

●家庭教育講演会

「たっぷり笑って少し考えて  
～親から子へ伝える言葉の大切さ～」

落語家 桂枝女<sup>かつらじめ</sup>太師による言葉の重みについての講演会です。枝女太師の楽しいお話を気軽に聞きながら、言葉の重みや大切さを子どもにどう伝えたらよいのかなど、今一度言葉について考えてみませんか。あわせて、落語もお楽しみいただけます。



**日時** 6月9日(日)13:30～15:00(13:00開場)  
**場所** まなび創造館 あさひホール  
**金額** 無料(先着300人)  
**申込み** 電話(平日8:30～17:15)もしくは市HP申し込みフォームにて4/25(木)～先着順

愛林会 里山だより 第18回



平成16年度、愛知県が推す「地域緑化促進事業」に賛同した桃花台センターが、「桃花台里山保全活動団体」を桃花台区長会の協力を得ながら設立しました。後にこの事業団体を「愛林会」として、地域のボランティア団体となり現在に至っています。

愛林会のボランティア活動目標は「地球温暖化防止の森林づくり」です。

現在の愛林会は、男性15名、女性7名のスタッフです。皆さん元気に活動しております。活動は毎週土曜日の午前9時～12時の間、桃花台域内城山緑地と篠岡緑地で実施しております城山緑地、大草城跡周辺の整理作業を中心に、光ヶ丘中学校との協働作業を進めております。生徒さんも、作業後の出来栄えに感動を味わっている様子、嬉しいことです。

篠岡緑地、以前は普通に飛翔していた「ギフチョウ」でしたが、現在は絶えてしまった。これを取り戻そうと「カンアオイ」「ミツバツツジ」など環境を整える作業を地道に進めております。

桃花台の緑の環境を守って行きたいと思っております。

愛林会代表 鳥居郁夫

篠岡  
考古学  
事始 其の十六

大山一号墳

中嶋隆

篠岡地区の北部丘陵には古墳時代後期の古墳群がありますが、そのうち大山の丘陵の中腹、山林の中に大山一号墳があります。国指定史跡の大山廃寺跡や児の森へ登っていく林道の途中から道なき道を少し登ったところにあります。標高一三五m位の小ピークの頂上に石室が露出しています。封土は流失して地面に掘りこんで築かれた横穴式石室だけが残っています。大きな

石室の規模は、長さ三・三m、幅一・四m、推定高さ一・六mです。前回紹介した北新池古墳よりも少し小型の石室ですが、構造などはよく似ており、北新池古墳と同様古墳時代後期の七世紀前半に築かれたものとみられます。現在は周囲の木々に遮られ展望はありませんが、本来なら大山川流域を見渡せる絶景ポイントです。この時代、自分の暮らしていた土地を見下ろせる小高い場所に古墳を築くことがよく行われました。大山や野口の古墳群もその一例です。

な天井石が石室内に落ち込んでいるほか、斜面の南側でも天井石と思われる大きな石が残っています。以前から存在は知られていましたが、昭和五十年頃に小牧市史の編纂事業で調査が実施されました。土砂のたまっていた石室内部を清掃して、須恵器の破片が出土しています。また、石室の実測図を作成し、小牧市史資料編1(昭和五十一年刊)に掲載されています。



大山1号墳 石室が露出している

大山2号墳は滅失 大山4号墳と神尾前古墳は埋め戻してあるため見る事ができません。



管理栄養士 大野じゅん子の

# 世界食紀行

悠久の歴史を

体感する旅・ペルー

南米の国・ペルーは、太平洋に面し、コロンビア、エクアドル、ブラジル、ボリビア、チリと国境を接しています。インカ帝国の遺産・クスコやマチュピチュ、ナスカの地上絵など世界的に有名な遺産が数多く、世界各国から観光客が訪れます。首都リマから飛行機で1時間20分で歴史の街・クスコに着。標高3400メートルと、かなり高地で、飛行機から降り

管理栄養士の資格を持ち、日本のみならず世界の料理を研究する大野じゅん子さんの「食」と「旅」を取り上げて、まだ日本では知られていないスイーツ、料理などを紹介します。第4回は、ペルーで出会った紫トウモロコシのジュース「チチャモラーダ」です。



←ペルーで売られている紫とうもろこし

ると、酸素の薄さを感じます。高山病にかかるくらいの高標高なので、ガイドさんに絶対走ったりにしないように言われました。日本ならちなみに富士山八合目あたりです。酸素ボンベや酸素供給システムが完備されているホテルもありました。

## ペルーの食文化・トウモロコシ

食文化の中ではトウモロコシが大活躍します。ペルーのスーパードリンクとも言われる紫トウモロコシから作られた「チチャモラーダ」はペルーの国民的ジュースです。抗酸化物のポリフェノール（アントシアニン）が多く含まれ、黒豆や赤ワインと同じ効果があります。シナモンやクローブなどの香辛料と一

緒に煮込み、りんごやレモンなどの果物と砂糖を加えれば出来上がりです。各家庭で作られているそうです。

また、日本でも良く知られている「ジャイアントコーン」はペルーの中でも標高2800メートルにあるウルバンバ地方のみ栽培されていて、種子や苗を他の地域で栽培しても育たないと言われています。白くて大きな粒が特徴で、日本では油で揚げ、塩こしょうで味を付けたものが主流ですが、ペルーでは茹でて、チーズやサルサソースと一緒に食べるのが一般的です。「スイートコーン」のような甘みはありません（薄い甘み）が、素朴な優しい味わい



↑標高が高く、空がとて近く感じます



## 日本でも

ペルーの味を楽しもう

ペルーやブラジルなど南米から来日している人が多い小牧では現地の人向けの食料品店が複数あります。店に立ち寄ると、異国情緒を感じます。もちろん、チチャモラーダも売っていますよ。

大野 じゅん子先生

### PROFILE

大野料理教室講師。  
世界各国の料理に興味を持ち、日本人向けにアレンジすることで、誰にでも食べやすい料理の研究に日々励んでいる。



大野 料理教室 小牧 検索

## 俳句

小牧市文芸協会顧問  
安藤敏幸（秋虹）選

ぎしぐしと樹幹きしめく春の芽よ

藤原 千工子（間々本町）

【評】早春、小牧山では、さまざまの木々の芽吹きです。萌黄色、浅黄色、濃緑など、萌え出る美しい木々の芽の発見です。「春の芽よ」と心の叫びです。

ボロボロの菜園ノート畑返す

梶田のり子（大草）

【評】「畑返す」とは、早春に畑の土を打ち返し、種蒔きの用意をする一年の農作業の始まりです。作業計画や収穫などの記録ノートはボロボロです。が、喜びいっぱいノートです。

片っ方の児の靴下や春炬燵

清原 美智子（久保一色）

【評】二月から三月にかけては、寒い日があり暖かい日がありと、春炬燵が欠かせません。しかし、小供たちは元気です。片っ方の靴下を捨てたまま外に遊びに出ています。

満開の房ゆるくと花の宴

福住 容子（光ヶ丘）

【評】「満開の房ゆるくと」と詠まれているので、しだれ桜のもとの花の宴でしょう。そめい吉野などの花見とは、一味ちがう雰囲気があるようです。ゆったりと花の房にも触れながら、宴をたのしんだことでしょうか。