

# やすらぎ

2020.7  
july  
Vol.82



「お出迎えねこ」三戸町役場



「見上げるねこ」ポケットパーク



「アオさんとねこ」関根ふれあい公園



「どんぼねこ」三戸中央病院前



「みまもりねこ」小中一貫三戸学園



「たいやきねこ」道の駅さんのへ



「えんそくねこ」総合福祉センターふくじゅそう



「絵本をよむねこ」三戸町立図書館



「バスをまつねこ」おまつり広場前バス停



「とらねこたいしょう」アップルドーム



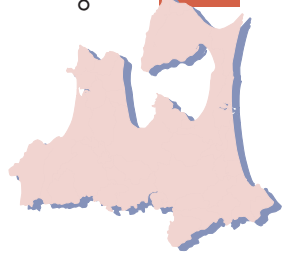
「郵便局員ねこ」三戸郵便局

地元出身の漫画家・馬場のぼるさんの代表作「11ぴきのねこ」を活かし、まちづくりに取り組む三戸町。2020年春、彼が描いた、この絵本に登場するねこ、石像11匹がすべて完成した。その表情はほのぼのとしていて、トンボをつかまえたり、たいやきを食べたり、郵便配達したりさまざま。全員集合したらオンライン会議しているみたい。いつか可愛いねこを探しに、三戸町を訪ねてニャゴ!!

# 主役は村民！大切なのは地域に必要なことの積み重ね。

一般社団法人 くるくる佐井村 代表理事

そのやま  
かずのり  
**園山 和徳** さん（36歳）



ある時は荒れ地を耕し猿害に強いアピオスを植え、嫌われモノのサルを探すツアーを始める。またある時は伝統の漁村歌舞伎を絶やすまいと、一般向けに役者体験を企画する園山和徳さん。ユニークな視点で村の魅力を掘り起こす「くるくる佐井村」の代表理事だ。

島根県出雲市生まれの園山さんは、名古屋大学出身。地理学と地域メディア論を専攻し「情報は遠いところの方が価値がある」と、卒業後は防災用テレビ電話導入の仕事に就き、全国をまわった。

初年度は漁師の船に乗り、船酔いしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

食べて磯焼けした場所から、たくさん昆布があるところ、ウニを移し、ぎつしり身が詰まって育ったウニは殻付きで販売。冬の仏ヶ浦観光ツアーは、オフシーズンの観光客を呼び込むためという。



くるくる佐井村HP/Kurukuru-sai.com

後継者不足に悩む福浦の歌舞伎では、県内外の人に役者体験させたり、津軽三味線や北海道江差との交流を引き出した。北限のサル探検ツアーは、専門家と一緒にサルを探しに出かける珍しい催しだ。

「実は、すべて地域住民の声から始まったことなんです。佐井村は、行政だからできないではなく、地域の活性化に主眼を置き、自由度を持たせてくれました」と打ち明ける。

「実はいしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

「実は、すべて地域住民の声から始まったことなんです。佐井村は、行政だからできないではなく、地域の活性化に主眼を置き、自由度を持たせてくれました」と打ち明ける。

「実はいしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

森なのに雪が積もらない。他と違うというところは、差別化しやすいし、PRのしがいがありますね」。そして佐井村には「まだまだ、できることがたくさんある。今年から大手食品メーカーの契約栽培でトマトを作付しています。農業だって利益が出れば雇用が生まれ還元できると思う」と未来を語る。



分が訪ねた100以上の自治体のベスト3に入るほど印象的。地域住民の勢いも感じた。そんな折、地域おこし協力隊の募集を知り、応募しました。

「実はいしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

「実はいしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

「実はいしながら仕事のおもしろさをソーシャルメディアで発信した。2年目以降は、観光客に宿泊とセットでツアーを販売しようとして、下北で初めて地域限定旅行業の資格を取得し「くるくる佐井村」を設立。

寡黙でシャイ、でも一度やろうと決めたことは諦めない園山さん。義務でも使命感でもない、純粹に佐井の暮らしを楽しむ姿勢が、ひとつひとつ実を結ばせていると思った。

## 心の中に秘めた本音のような ヴァイオラの響きに魅せられて

ヴァイオラ奏者 三戸 誠さん（青森市出身）

緊急事態宣言下の東京で、青森市出身のヴァイオラ奏者三戸誠さんにお話をうかがいました。

「ヴァイオラの魅力は人の声に最も近いところ。心の奥深くにある本音のような響きだと信じています」と三戸さんは話します。

コロナ禍の中、三戸さんも6月までのコンサートのスケジュールがすべてキャンセルとなりました。



言われればいくらでも話せませす」と人懐こい笑顔を見せます。

2018年、青森県立美術館アレコホールで開催された「2つの弦楽器とピアノで紡ぐ音の絵」ではヴァイオラの魅力を演奏とトークで存分に披露しました。

三戸さんの願いは各学校に音楽の好きな先生が増えてくれること。多感な子ども時代に音楽の魅力を伝えてほしいと考えています。

最後に三戸さんにとって故郷青森とは？と尋ねてみました。

「学生時代、夜行列車で青森駅に降りると、潮の匂い（かまりに）に包まれました。それぞれの土地には匂いがある。私の故郷は潮のかまり。自分にとって東京は働く場所。故郷に帰ると、自分の息づかいが整い、ほっとする。元気をもらって、また出稼ぎに行くって感じでしょう」と三戸さんはちょっと遠くを見つめました。

コロナ禍が落ち着き、再び生の演奏に耳を傾けることのできる日々が早く来ることを祈りたいと思います。人間の本音のようだというヴァイオラの音色、聴いてみたいですね。

## ホットタイム

今年の前半

はコロナで終始した感じでしたね。昨年、クリスマス、横浜の山下公園に遊びに行った際、ホテルのような客船がきらびやかに停泊しているのを目にしました。船には「ダイヤモンドプリンセス」と書かれてありました。翌朝、横浜港に姿はなく、どこに向かって出港したのかなあと遠い国に思いを馳せました。そして1月、クルーズ船「ダイヤモンドプリンセス」が毎日のようにテレビに映し出されるようになり、「え？あの船が」と絶句したのは言うまでもありません。なんだかご縁を感じ、毎日のニュースに耳を傾け、私のコロナの時間は始まりました。あれから4カ月。緊急事態宣言は解除されたと言っても、新たな生活様式なるものを手探りしながら、私とコロナの時間は続いていくようです。

（清水典子）

「さまざまなライブや公演が中止や延期となり、音楽を好きな方はユーチューブやCDなどを聴いてくださっていると思います。でもぼくたちがやっているのは生の音楽。コロナ禍が収束したら、ぜひ生の音色、演奏を楽しんでいただきたいですね」。

三戸さんが音楽の道に進もうと決心したのは中学3年生のとき。担任の先生から好きな道に進んでみてはと背中を押されたのがきっかけ。中学時代は「オーケストラ部」でヴァイオリンを担当し、みんなで演奏する楽しさを知ったといいます。

音楽の道を進むなら東京へ。国立音楽大学附属高校を経て、同大学、同大学院と進学しますが、選んだのはヴァイオリンではなく、ヴァイオラでした。

ヴァイオリン専攻で入学した国立音楽大学附属高校1年の秋、ヴァイオラとの出会いがあり

「大学では教師を目指す学生に講義もしているので、話せと



神秘の仏ヶ浦

街角インタビュー



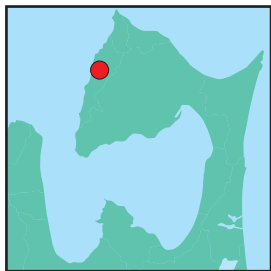
川益根森八幡宮例大祭



がんかけ公園ケビンハウス



定期観光船で行く仏ヶ浦



## 【佐井村】

# 市町めぐり めくり



本州最北端・下北半島の西側、江戸時代、北前船の港だった佐井村は、面積約135km<sup>2</sup>、人口約1900人。津軽海峡の向こうに北海道の山々を望み、瑠璃色の海、清らかな川、たくさんの緑に包まれた、ほんとうに美しい村だ。

神秘の仏ヶ浦は、訪れた人を魅了し、京都祇園祭の流れをくむ箭根森八幡宮例大祭、福浦の歌舞伎、奇習・おこもりなど、人々は伝統をしっかりと受け継いでいる。恋の願いを叶えてくれる伝説の願掛岩の前では、ケビンハウスに泊まって海をずっと眺めていたいと思った。

※仏ヶ浦へは陸路のほか、アルサスから定期観光船で向かうことができます。



フードコートちよここと

佐藤 眞子さん（右）  
和田さとみさん（左）

佐井村で獲れた魚介を使って「ホッケのフライ」や「イワシの竜田揚げ」「カワハギのマリネ」などのおかずを、種類も豊富に販売しています。一番人気は、甘塩うにをご飯と岩海苔で包んだ「うにぎり」。ここにしかない味ですよ。佐井村は食べ物がおいしく、人の心があたたかいところ。「佐井サイコー」です！



三上剛太郎生家

川岸 延子さん

北前船の寄港地だった佐井村に住む人は、よそから来た人にとっても親切で、新しいことを取り入れる気風に満ちています。ここでは、日露戦争のとき、手縫いの赤十字旗を掲げて多くの人を救った三上剛太郎はもちろん、300年もの長きに渡り、代々医師として地域に貢献した、三上家の歴史も感じ取ってくださいね。

# おらほの一番



## 三戸城跡

三戸町の市街地中心部にある、中世から近世に営まれた城跡です。戦国時代、この地方を治めていた三戸南部家が、それまで居城としていた聖寿寺館(現南部町)から、より規模が大きく守りに適したこの高台へ拠点を移して築城しました。名久井岳や奥羽山脈に連なる丘陵、東西に約1.5km、南北に約400mの広大な敷地と遺構が、南部宗家本城としての威風を今に伝えています。



## 石垣

城跡の要所には、今も石垣が残されています。場所によって積み方が異なり、三戸南部家が盛岡城に拠点を移す江戸時代の初期までに整備された可能性が高いといわれています。

からうま

## 唐馬の碑

江戸時代、幕府は馬の改良目的で西洋馬の輸入を行い、各地で種馬を飼育。そのうち1匹が三戸の住谷野牧で飼われていました。しかし、改良は上手くいかず亡くなってしまったため「馬頭観世尊」として祀り、碑を建立しました。外国産馬(アラブ馬)を祀った日本最古の碑と伝えられています。



## 阿弥陀如来立像

寛永4年(1627)に創建された「終南山悟真寺」の本尊です。享保19年(1734)と天保9年(1838)に火災に遭いますが、住職が燃えさかる炎の中から阿弥陀如来立像を救い出したため、焼失することなく現在に伝えられています。鎌倉時代の初め頃の作と考えられ、町内にある木彫像の中では最も古いものです。



## 三戸町名誉町民・馬場のぼる

「11ぴきのねこ」シリーズで知られる漫画家馬場のぼるは、1927年三戸町元木平で生まれました。子どものころから絵を描くのが好きだった馬場は、さまざまな職に就くも、漫画家の夢を追い続け、1949年児童文学者・白木茂のすすめで上京。小学館の学年誌でデビューを果たしました。1950年には「ポストくん」の連載が開始。1956年「プウタン」で第1回小学館漫画賞受賞。1973年「バクさん」「11ぴきのねことあほうどり」で文藝春秋漫画賞を受賞。1985年絵巻えほん「11ぴきのねこマラソン大会」でポローニャ国際児童図書展エルバ賞を受賞しました。1993年第22回日本漫画家協会賞文部大臣賞を受賞後、1995年には紫綬褒章を受章しています。現在三戸町では、馬場のぼるの偉業をたたえ「11ぴきのねこ」によるまちづくりに取り組んでいます。町を歩くというんなところで「11ぴきのねこ」に逢うことができますよ。



### 「11ぴきのねこ」ラッピングトレイン

馬場のぼるの人気絵本「11ぴきのねこ」シリーズのイラストで車体をラッピングした電車が、青森鉄道といわて銀河鉄道の路線を走っています。青森ー三戸ー盛岡を結ぶ11編成のうち1編成（2車両）の全面に絵本の世界感を表現。ピンクと黄色を基調に、絵本に登場するシーンなどがぎやかに描かれています。みなさんも、ほっこりできるラッピングトレインに乗車してみませんか！



### SAN・SUN産直ひろば

地元の新鮮な農産物や、手作り加工品を販売しています。食事どころもあり「三戸ひつまみ」や「串餅」など、お母さんの手作りの味が楽しめます。

📍 三戸町大字川守田字西張渡39-1  
☎ 0179-22-3266



### 道の駅さんのへ ふれあいハウス

道路案内のほか、青森みやげや食事、さまざまな加工品などを展示販売しています。三戸町でしか手に入らない11ぴきのねこグッズを多数取り揃えています。

📍 三戸町大字川守田字西張渡39-1  
☎ 0179-22-0600



### 「11ぴきのねこ」ラッピングバス

町の広告バスとして、2016年度から三戸町と八戸市のショッピングセンター・ラピア八戸間で運行されていた2台のラッピングバスが昨年引退。岩手県北自動車(株)南部支社から町に寄付されたピンク色の1号車は三戸町立図書館となり、黄色色の2号車は関根ふれあい公園に展示され、利用者やファンの人たちから親しまれています。

可愛いねこバスの中に入ると、つり革には11ぴきのねこの顔！バスの中に設置された本棚には、馬場のぼるの絵本が置かれ、11ぴきのねこワールドを楽しむことができます。現在、ピンク色の後継車両が、デザインを新たに三戸ー八戸間で元気に運行中です!!



「11ぴきのねこ」のまち・  
三戸町を訪ねてみよう！

## ウイルスに負けない体をつくるため

### 免疫力を高めよう！

世界規模で感染拡大が続いている、新型コロナウイルス感染症。治療薬やワクチンが開発中の今、感染しても重症化しないよう、免疫力を高める方法を紹介します。



免疫とは、体内に侵入した異物を攻撃し取り除くために、体に備わっている防衛システムのことです。免疫には2種類あり、生まれながらに備わっているものを「自然免疫」と言います。皮膚や唾液、耳あか、涙、くしゃみ、腸内

細菌などがそうで、血液中の白血球の中にある免疫細胞が体内に入ってきた異物に対して攻撃する力を持っています。

もうひとつは、自然免疫によって排除することができない異物や病原体に対して力を発揮する「獲得免疫」です。過去の感染経路やワクチンの接種で、免疫を記憶して同じ病原体が体内に入ってくると免疫細胞が直ちに増えることで感染を防ぎ、症状を軽くすることが出来ます。獲得免疫に最も関わっているのが、白血球中のリンパ球と言われています。

免疫力を高めるには、「睡眠の質を高める」ことが大切です。質のよい睡眠は、リンパ球の増加や細胞の成長、修

復、疲労回復、自律神経を整えることにもつながります。まずは体内時計を整え、できる限り起きる時間と寝る時間を一定にしましょう。就寝前の入浴や、寝る前に携帯電話やパソコンなどの光を浴びない、起床時にはカーテンを開けて日光を取り込むことが必要です。

「ストレス解消と日常に笑いを取り入れる」ことも良いとされています。過剰なストレスは、自律神経のバランスを崩しやすくなります。まずはストレスは溜めこまないようにする、趣味を楽しむ、ストレッチや軽い運動を行うなど、日々の生活の中で解消していきましょう。また笑うことは、脳の中に鎮静作用のあるホルモン分泌が促されるなどの効果があると言われています。

そして「体を冷やさない、温める」ことにも気を配りましょう。体温が低いと免疫細胞の働きも弱まると言われています。お風呂では湯船に浸かる、靴下を活用する、温かい飲み物を飲むなど、体を温めることを意識してみてください。

また「適度に体を動かす」

こともいいですね。体を動かすことは、体温の上昇にもつながり、自律神経のバランスを整えたりリンパ球を増やす力も高くなるそうですよ。軽いストレッチや散歩、ウォーキングなど、無理をしないで、楽しみながら体を動かすようにしましょう。

「1日3食、バランスの良い食事を心がける」ことも大事です。

バランスの良い食事のポイントには、炭水化物(ご飯など)、タンパク質(肉・魚・卵・大豆製品など)、ビタミンやミネラル類(サラダ・煮物など)が食卓に並ぶことです。

特に朝食は、体温の上昇や基礎代謝量を上げる効果、体内時計を整える働きもあり、免疫力を高めることにつながります。



最後に「腸内環境を整える」ことも実践してみてください。腸内の善玉菌は、腸内を酸性にすることで悪玉菌の増殖を抑え、腸の運動を活発にし、病原菌による感染の予防にもつながります。善玉菌を構成している物質が、免疫力を高めることも報告されています。

善玉菌を増やすため、ヨーグルト・納豆などのビフィズス菌・乳酸菌を含む発酵食品、野菜類や豆類、果物類に多く含まれているオリゴ糖や食物繊維の摂取なども意識してみてください。



# あいちゃんの 読んで得だね!

今回「やすらぎ」の取材で訪れた三戸町と佐井村の、とっておき情報をお届けします!!

**三戸町産ホップ100%「里山エール」& 三戸町産りんご・葉取らず紅玉の発泡酒「里山紅玉エール」新発売!**

**戦火の中、赤十字旗を掲げ多くの命を救った佐井村の医師・三上剛太郎の生家を探検!**

## 《三戸町》

三戸町ではこの夏、町内で採れたホップを100%使ったビール「里山エール」と、三戸町産りんご「葉取らず紅玉」の果汁を使った発泡酒「里山紅玉エール」の発売を始めました。

開発したのは、三戸町のモノ・ひと・コトの地域資源を掘り起こし、全世界に発信して交流拡大を目指す、三戸町と(株)読売広告社との共同出資による(株)SANNOWA。三戸町の農産物を原料にした加工品ブランド「三戸精品」の企画・販売を手掛ける地域商社です。

新発売の「里山エール」は、三戸産のホップを惜しみなく使い、奥入瀬の名水で仕込んだ、爽やかな香りと苦みが魅力のエールタイプのクラフトビール。「里山紅玉エール」は、すっきりとしたビール感と、飲んだ後に感じる、りんごの甘みと香りが特徴の発泡酒です。

「三戸精品」のオンラインショップ、道の駅さんのへ、豊川酒店などで購入することができますよ。

三戸の新しいおいしさを、味わってみませんか?!



**三戸精品**  
PRIDE OF SANNOHO

■お問い合わせ/株SANNOWA TEL 0179-23-0305

## 《佐井村》

みなさんは、佐井村の医師・三上剛太郎をご存知ですか?

彼は、日露戦争中の明治38年、軍医として戦地に赴き「戦場では敵味方の区別なく手当を行う施設に攻撃してはいけない」というジュネーブ条約を信じ、戦火の中、手製の赤十字旗を掲げ、多くの命を救った佐井村の医師です。現在その生家が一般公開されています。

江戸時代の末期に建てられたという趣のある家は、青森県の重宝。黒塀に朱色の扉、格子戸を開けて中に入ると、往診で使った人力車や、往時の医療用X線(レントゲン)装置が展示されていました。

座敷では実際に診察が行われていたようで、年代物の医療器具が並んでいました。

昨年、生誕150年を迎えた三上剛太郎。ぜひ一度、生家を訪ねてみませんか!



■お問い合わせ/佐井村教育委員会 TEL 0175-38-4506

♥デザート「串もち」は、小麦粉や米粉を練って平らな丸もちにし、串に刺してジュネ（エゴマ）みそなどをつけて焼いたもの。農家のお母さんが、炭火で焼いた串もちは、晴れの日の行事食であり、おやつだったそう。



♥三戸町を訪れたら、ぜひ食べてほしいのが、きんか堂の「きんかもち」。もともとは彼岸団子として各家庭で作られていたお菓子で、小麦粉を練って、くるみ入り砂糖とごまあんを包んで作った、懐かしいおいしさでした。



### 《佐井村》

♥海の幸が、とってもおいしい佐井村。アルサス2階の「まんじゅうや」では、旬の「うに丼」、魚介たっぷり「大漁丼」、味わい深い「ひらめづけ丼」をいただきました。鮮度抜群の魚介類に、思わず笑顔がこぼれちゃう。



そしてもうひとつ「真こんぶらめん」も美味！佐井村産の真こんぶを練り込んだ、コシの強いちぢれ麺に、真昆布のダシが効いたコクのあるラーメンでした。



♥みなさんは「うにぎり」って知ってる？佐井村名物・甘塩うにを、アツアツご飯と地元の岩海苔で包んだおにぎり。想像を超えたおいしさで、



アルサス1階「フードコートちょこっと」で味わうことができますよ。ぜひTRYしてみてください！

♥佐井村のキャラクターは「うんたん」。漢字だと「雲丹」って書くんです。愛らしい表情とは裏腹に「ゆるキャラ相撲大会」で3連覇した実力の持ち主。佐井村に来たら見つけてみてね。



♥佐井村ならではのお土産はアルサス横の潮風商店街にある「手づくりマーケット」で。佐井村漁協で作られた海産物の加工品から農産物までいろいろ揃っています。中でも「帆立ソフト」は、おすすめの逸品。



プレーン、チーズ、薫油漬の3種類です。また、オールシーズン購入できる、甘塩うにやいくらもありました。



ほかにも、ひじき、ふのりなど、海藻がいっぱい。



あおり人で紹介した園山さんたちが作った「あまこいアピオス」もぜひ。



津軽海峡の塩仕立てと濃厚バター仕立ての2種類です。

♥「菓子工房 彩菓」には和洋菓子がいっぱい。



「バターロール」「あんバター」「チョコブレッド」のほか、クッキーはおいしくてリーズナブル。珈琲をいただくコーナーもあるんですよ。

♥アルサス内の「佐井定期観光」では、ひば製品を販売しています。抗菌効果抜群のオイルや石鹸を試してみませんか？



# あいちゃんのほのぼのコーナー

ねこを探そう!の巻

♥取材こぼれ話



## 《三戸町》

♥「11ぴきのねこ」によるまちづくりに取り組み三戸町。町内を歩くと、いろんなところで見つけることができました。お土産を求めて道の駅に行くと、ここでも「11ぴきのねこ」を発見!ぬいぐるみ、ポーチ、マグカップなど、キュートすぎて迷ってしまいそうです。



そして何と、ジュースやサイダー、おせんべいにも「11ぴきのねこ」が!!!思わず欲しくなっちゃいました。



♥三戸町には南部せんべいを手づくりしているお店が5軒もあるんですよ。各店舗を巡ってもいいし、道の駅でも購入できます。



♥そして、ここでいただいた「ソフトクリーム」は、三戸町で採れたジョミとりんごのミックスソースがかかったさっぱり味。今の季節にぴったりです。



♥ランチタイムは道の駅に隣接する「SAN・SUN産直ひろば」へ。郷土料理の「ひつつみ」は、いわゆる「すいとん」。素朴な醤油味のほかカレー味も美味でした。



♥このほか、昔ながらの「かけそば」もいただきました。



# くみあい 情報板

## 令和2年度一般会計予算

歳入 (千円)	負担金	9,394,020
	財産収入	90,161
	繰越金	1,000
	諸収入外	2,506
	計	9,487,687

歳出 (千円)	議会費	4,879
	総務費	71,231
	給付費	9,366,649
	予備費外	44,928
	計	9,487,687

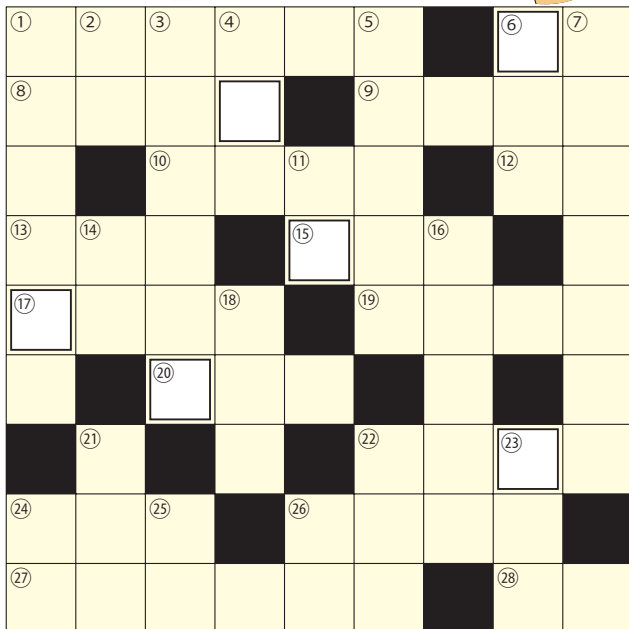
組合ホームページをご利用ください <http://aomori-taite.jp>

(主な内容/お知らせ・概要・例規集・様式・事務の手引・試算・構成団体決算状況・組合回報誌「やすらぎ」・リンク集)

### 令和2年度 青森県市町村職員退職手当 組合職員採用試験のご案内

- 令和3年4月1日採用予定の本組合職員の採用試験を実施します。  
採用人数/若干名
- 昭和56年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による大学(短期大学を含む。以下「大学」という。)を卒業又は令和3年3月31日までに大学を卒業する見込みの者
- 試験日 第1次試験/9月29日(火)(一般教養、総合適性検査)  
第2次試験/10月22日(木)(小論文、面接)
- 受験申込受付期間は、令和2年7月27日~令和2年8月21日
- 詳細は電話又は本組合ホームページでご確認ください。

### あいらんの クロスワードパズル



□の中の文字を並べると、ある言葉ができます。

(ヒントは「やすらぎ」の中にあります。)

はがきにクロスワードの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、所属市町村名、「やすらぎ」へのご意見、ご感想、メッセージを添えて、〒030-0812 青森市堤町2丁目1-1 青森県市町村職員退職手当組合「やすらぎ」編集室までお送り下さい。正解者10名様に抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。

締切/2020年8月末日消印有効

#### 〈タテのカギ〉

- 1.「石刁柏」(野菜) 2.「木瓜」(花) 3.「靱藁」(食虫植物) 4. 神仙に、言葉で恵みや加護を求める祈り 5. 東ヨーロッパの国、首都はキエフ 6. 土用の丑の日に食する、今年の土用の丑の日は2回、7/21と8/2 7. 最大の敵は内にいる。「○○○○○○の虫」 11. 頭のかゆみの原因? 14. 刺身に添えられる付け合わせ 16. 自分で自分を褒める 18.「木乃伊」 21.「まりも」で知られる北海道の湖「○○○湖」 22. 中国北部の大都市、新型コロナはここから広がっていった? 23.「黒子」 24. 晴れた空の色、海の色 25.「11びきの○○」、三戸町出身、馬場のぼるの代表作 26. 握り、稲荷

#### 〈ヨコのカギ〉

1. 三戸町をはじめ、県南部の特産品「食用菊」の商品名 6.「○○に引かれて善光寺参り」 8. 手助けをしてくれる人 9.「梔子」(花) 10.「子子」(蚊の幼虫) 12. 人間として正しい道をひたすら守り貫く男子 13.「○○○流水」、散った花を水に浮かべたまま流れて行く意の四字熟語。 15.「鮭児」(幻の魚?) 17.「莢蒾」(秋、赤い小さな実をつける植物) 19. 明治時代頃まで使用されていた、衣類などを収納する家具、現代でいうと筆筒 20.「荔枝」(中国原産のフルーツ) 22. 礼儀をわきまえぬ所作 24. 夕暮れ時の空、「○○○空」 26. 強烈な悪臭を放つ動物 27.「古きを訪ね新しきを知る」 28. 馬にそっくりで馬よりひと周り小さな動物

### 前回パズルの当選者

厳正な抽選の結果、次の10名様が当選しました。おめでとうございます。  
(応募数102名)

〈前回パズルの解答〉

れーるばす

〈所属市町村名・氏名〉

黒	石	市	阿	部	誠	平	川	市	葛	西	彩	弥	加
五	所	川	原	市	今	翔	平	内	町	石	岡	む	つき
三	沢	市	奥	智	子	深	浦	町	吉	岡	秀	樹	
三	沢	市	山	本	幸	代	鎌ヶ沢地区消防事務組合		長	谷	川	礼	明
む	つ	市	池	藤	玲	乙	奈	八戸地域広域市町村圏事務組合	今	川	雅	由	