

# やすらぎ

2023.6

June

Vol.91



みなさんは六戸町の「青森シャモロックザ・プレミアム#6」をご存知だろうか？

元来、青森シャモロックは、青森県産業技術センター畜産研究所（旧県畜産試験場）が20年の歳月をかけて開発し、平成2年に誕生した一代限りの高品質な肉用鶏。脂肪分が少なくヘルシーで、噛めば噛むほど濃厚な旨味の特徴となっている。

その青森シャモロックの中でも、六戸町だけで育てられているのが「青森シャモロックザ・プレミアム#6」。地鶏本来の味を探求しようと、青森シャモロックの中から発育のいいオス鶏だけを厳選。100日以降はのびのび、ゆったりした環境でさらに30日間飼育する。

旨味成分を高める特別な飼料を与え、出荷前の2週間は、六戸町の特産品・にんにくの粉末を食べさせ、手間ひまかけて特別に飼育した、まさにプレミアムな六戸町のブランド鶏なのだ。

ABAふるさと自慢わがまちCM大賞に毎年登場し、私たちを笑わせてくれる「シャモ姐さん」もユニーク！

ジューシーでパワフルな旨味あふれる「青森シャモロックザ・プレミアム#6」は、町内4つの飲食店で味わえる。

# 中泊が大好きな「地域バカ」が結集 メバルでもっと地域をパワフルにしたい！

中泊メバル料理推進協議会 会長  
くつろぎダイニング哲。店主 **中畑 哲也** さん(43歳)



「中泊メバル膳」をはじめ、「中泊トマト海鮮ラーメン」「中泊メバージュ」など、地場産品を使った食の開発に次々と挑戦している中泊町。その中心となっているのが、中泊メバル料理推進協

議会の会長の中畑哲也さんだ。旧中里町で米作りの篤農家に生まれた中畑さんは、地元の高校を卒業後、友人の勧めで五所川原市の洋食店や青森市のホテルなどで修行。「あの頃、かつ

て自分たちが集っていた居酒屋が閉店するなど、町はシャッター街となり静かになってしまっていた。地元に戻って町を元気に明るくしたい、みんなが会える場所を作りたいと13年前、30歳で居酒屋を始めました」と明かす。

中泊メバル料理推進協議会は、役場の開発担当者が深浦町の「深浦マグロステーキ丼」を視察に行き、絶対まちおこしになるから我が町でもやろうと計画。飲食、旅館、農家など、食に携わっている人が集まり研修を重ね、挑みたい20人が残った。

「開発会議では当初、小泊といえどイカだったので、活イカで取り組む予定でした。でも年中獲れない、単価も高く変動的という理由から変更。ほかに獲れるのはマグロとメバルだったので、マグロは深浦で開発している、だったらメバルだ！知名度は低いけれど、水揚げは青

森県一。地元では天からの贈り物・テンカラと呼ばれるストーリー性もあると、メバルを主役とした「中泊メバルの刺身と煮付け膳(愛称・メバル膳)」の開発が始まった。

厳しいダメ出しに耐えながら、ファイヤードルメは洋風も検討したが、決めたのは定番の煮付け。砂糖は使わず、甘じょっぱい旨味を引き出した。刺身は、ここでなければ味わえない新鮮さを出すため、お頭付にするなど工夫し、2015年デビューとなった。

また、さらなる美味しさ求めて2019年にバージョニアアップ。メバルの刺身に合う醤油はメバルの粉末を入れ「ダシ醤油」にする凝りよう。汁物はメバルの潮汁に統一し、メバル感をアップ。これまでなかったデザートも、地元のエゴ海苔を使って羊羹として加えた。

「開発は大変だったけど、やってよかった。去年で累計10万食。確実に中泊町の活性化に繋がった。九州から訪れた人に『豪華だね〜メバルって赤いの？こんなに美味しいの？また来るね』と言われ嬉しかった。地元の人も名物ができたと喜んでくれました」と笑顔。

「中泊メバル膳」のほかにも冬



の集客に向けて「中泊メバルちゃんこ鍋」、煮付けの土産「中泊メバルでチン!」、メバルを使ったアクアパッツアの缶詰「中泊メバツア」「町長!メバルのおかきじやダメですか?」など、どんどん新商品を誕生させていった。

「年に一品開発していったのは、話題作りとリピーターを飽きさせないため。携わっているのはみんな『地域バカ』なんです。地元のいいものを知らせたくて頑張ってきた。そして県内の食のネットワークも広まった。これからも、自分たちの自信作をもっと多くの人に知ってもらいたい、いろんなことに挑戦したい」と想いを語った。



## 多言語活動に携わり 人と人の繋がりを考える

言語交流研究所 参事 上斗米正子さん（八戸市出身）

東京銀座の教文館ギャラリーで開かれたトークライブに誘われ、参加した。2022年に上斗米正子さんが出版した絵本『ハルクンの虹―カメルーンと日本 愛と希望のリレイ』（遊新社刊）の出版を記念して開かれたもので、作者の上斗米さんと画を描いた画家佐藤泰生さんと、上斗米さんの夫小出治史さんと、3人による楽しいトークが展開した。



の場で軽やかに踊る上斗米さんの姿に度肝を抜かれた。今まで出会ったことのないタイプの女性だ。

40年余り多言語活動に携わってきた上斗米さんは「にこやかな女傑」と紹介された。どんな言語の人ともさり気なくコミュニケーションを取り、いつの間にか相手のふところに入って、英語、フランス語、ロシア語、中国語、韓国語など七つの言葉でにここと言葉を交わしているという不思議な人。上斗米さんにとって言語とは特別なものではなく、空気みたいな存在のよう。

『ハルクンの虹』は言語や文化を超えて、人と人は繋がることのできる、そんな思いを込めて作った。絵本の最大の特徴は日本語、英語、フランス語、そしてこの絵本の語り部である「ハルクン」が暮らすカメルーン

の言葉のひとつ「ンゾ語」と4つの言語で書かれている点。世界中のさまざまな言語の人に読んでほしいという思いが込められている。

上斗米さんは八戸市の生まれ。種差海岸や鮫海岸を眺めて育った。

「広い世界にひかれ、高校時代の夢は専門分野という限定された知識を教えるのではない人になることでした。人間の持つ無限の可能性と出合うことに憧れていたのですね」

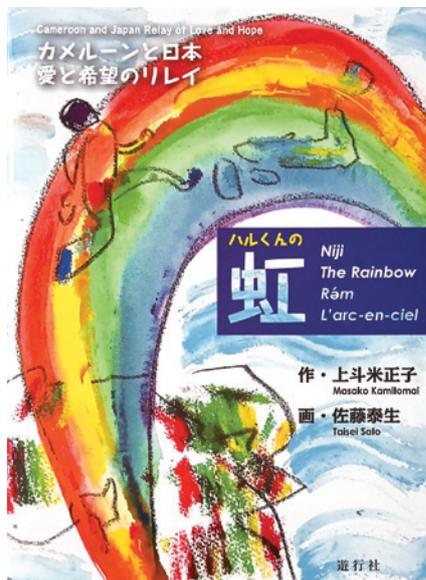
5歳から創作舞踊研究所に通い、全国舞踊コンクールにも出場。歩くこと、呼吸をすること、飛ぶことに始まり、踊ることの基本、踊る魂を教わった。こんな感じ、ズンズンズンとすぐさま体で表現してくれる。身体言語という世界共通の表現が身についているのだろう。果てしなく自由な感じ。遠くへの憧れ

はいつも心にあっただという。

立教大学を卒業後、「言語交流研究所」の設立に携わり、「ヒッポファミリークラブ」の研究員として道なき道を歩いてきた。

「言語習得は決して訓練ではなく、なじんでいくことが大切。赤ちゃんが言葉を覚えていくように、音声は自然に体の中に入っていきます。言語を話す仕組みの根幹が豊かになると、境界線が溶けてどんな言語もじんわり浸透していきます。自分の体を通して言語の在り方を見つけてきました。私の仕事はさまざまな言語を話す人間と向き合うことかしら」と上斗米さんは話す。

『ハルクンの虹』は上斗米さん夫妻が出会ったカメルーンからの留学生メンジョさんとの交流、夫治史さんの名前を受け継いだメンジョさんの息子ハルクンがカメルーンに誕生したことがきっかけとなって、生まれた。



「ハルクンに会うため、カメルーンまで仲間たちと行きました。カメルーンには250言語もあって、家庭内でも違う言語が飛び交うという国。当時3歳のハルクンは英語、フランス語、部族語など多種の言語を使っていました。言語の枠はなく、まさに境界線のない世界でした。これからこの絵本がもつさまざまな言語で表現され、世界中とやさしい連帯をしていけたら」とおらかな笑顔で語る上斗米さん。やはり、彼女はにこやかな女傑だった。

※「ハルクンの虹」原画展とトークライブが7月26日から30日まで、八戸美術館で開催されます。問い合わせは八戸美術館へ。



宮越家 離れ・庭園

街角インタビュー



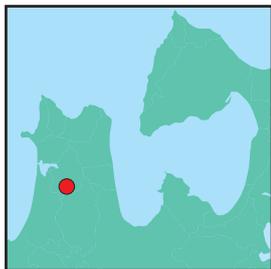
十三湯景観 (ステンドグラス)



四季花木障子 (ステンドグラス)



詩夢庵・静川園



## [中泊町]

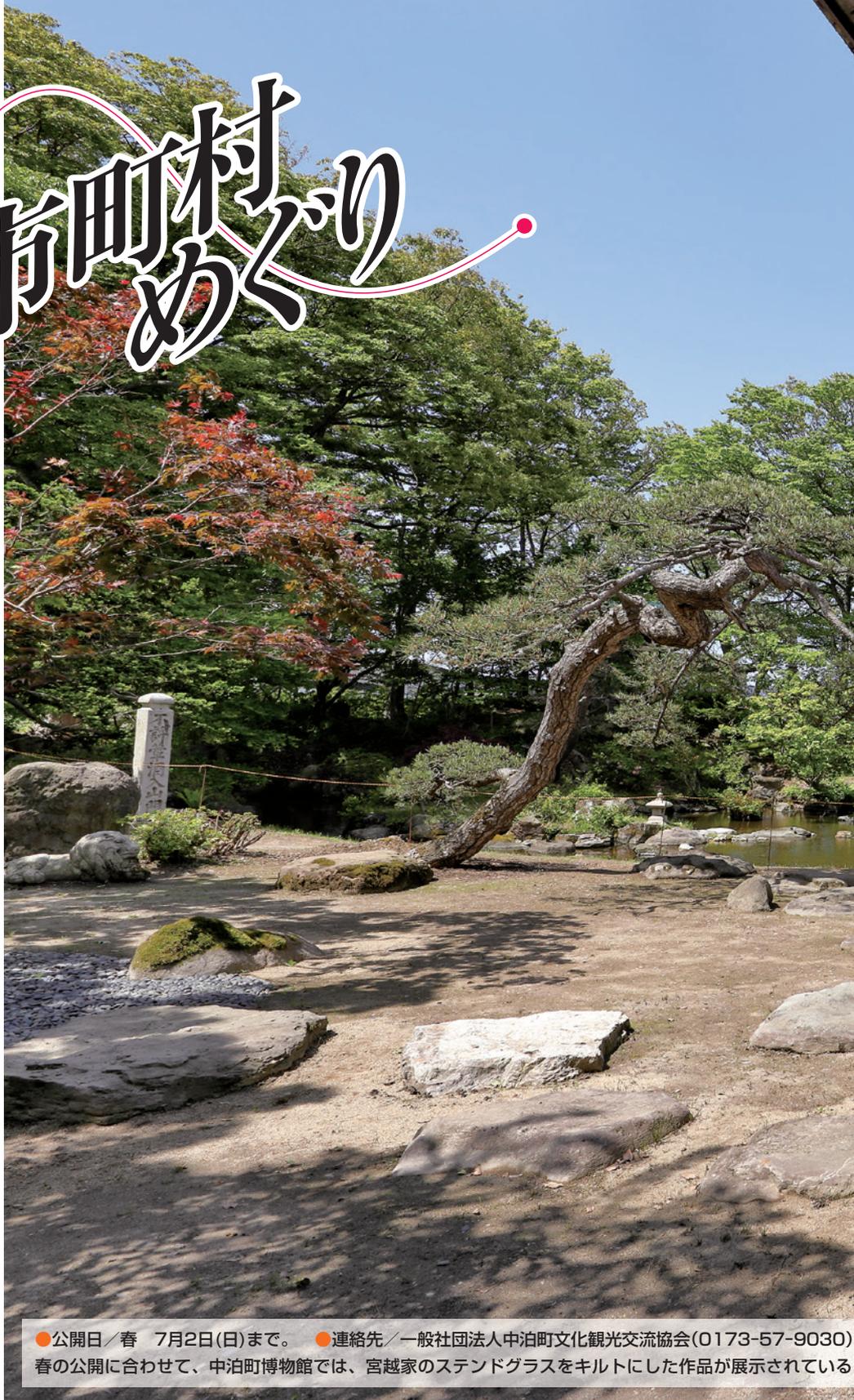
津軽半島の中央、岩木川が流れる田園地帯・中里地域と日本海と津軽海峡に面した景勝地・小泊地域からなる中泊町は、総面積216平方キロメートル、人口約1万人、海と山の幸が楽しめる、長閑な地域だ。

中泊町を訪ねたら、ぜひ立ち寄ってほしいのが、町の有形文化財などに指定されている、旧家「宮越家」。

先祖は加賀国江沼郡現石川県加賀市宮ノ越出身で、江戸時代前期、金木組尾別村に移住したと伝えられている。地域を代表する豪農となったが、明治維新後は「宮越」姓を名乗り、農林業に加え、商業・金融業を拡張していったという。

絢爛豪華な離れは、大正9年(1920)、宮越家9代当主正治が、イ八夫人33歳の誕生祝と厄除けを兼ねて建立。大正浪漫あふれる空間は、夫妻が詩歌を詠む舞台として「詩夢庵」と命名されたという。窓は、小川三知作の美しいステンドグラス、欄間は、能面師後藤良の彫刻で飾られている。円窓のステンドグラスは「十三瀧の景観がモチーフ。光が透過すると、十三瀧にさざ波が寄せる孤高の技がうかがえる。主屋に寄り添う大石武学流庭園、離れの枯山水庭園など、奥津軽屈指の名園も眺めてみたい。

# 市町村めぐり



●公開日／春 7月2日(日)まで。 ●連絡先／一般社団法人中泊町文化観光交流協会(0173-57-9030)  
春の公開に合わせて、中泊町博物館では、宮越家のステンドグラスをキルトにした作品が展示されている

### 中泊町文化観光交流協会事務局 地域おこし協力隊

小枝 美知子さん



弘前市出身で、津軽半島観光アテンドを10年経験後、今年の4月から地域おこし協力隊員として中泊町文化観光交流協会事務局の仕事をしています。

観光アテンド時代、お世話になった津軽鉄道の終着駅である中泊町に恩返しをしたい、自分の経験を何かに活かせるかも知れないと、地域おこし協力隊に応募しました。

現在のミッションは、農業や漁業の収穫体験など、地域の産業を生かした体験コンテンツを作ること。今あるものに、より付加価値をつけていきたいと考えています。

私が4年前からボランティアガイドを行っている宮越家は、1000年もの間、美しい姿を保っているのがすごいところ。初めて見た時、ガラスでこんなにモノを生き生き表現できるのかと、感動しました。特に円窓の波は素晴らしいので、ぜひ見に来てください。

中泊町は、とにかく人が魅力的です。体験を通して中泊で暮らす素敵な人に、何度でも逢いに来てくださいなね!

特集

# おら はあ ら

## 六戸愛を育み 生まれ育った町を 盛り上げる！

6door's (シックスドアーズ) 代表  
スノヤ商店 (書店) 経営

ふじ むら まこと  
藤村 真さん (53歳)



自分たちが生まれ育った町で何かをしたい、六戸町を勝手に盛り上げよう！と活動しているのが「6door's」です。結成は2015年。メンバーは20代から60代までの30人で、元商工会青年部だった人を中心に様々な業種の人で構成されています。

ABAの「ふるさと自慢わがまちCM大賞」では「シャモ姐さん」というユニークなキャラクターを登場させ、青森シャモロック・ザ・プレミアム#6 (ナンバーシックス) をアピール。準大賞を受賞しました。制作の基本は、記憶に残るCM作り。ちょっと笑えてほっこりする、六戸町っておもしろいことやってるなど、六戸クオリティを感じてもらえればと思っています。

子どもたちの元気は町の元気を作るというコンセプトで、町内の小学校前で登校してくる児童とハイタッチ運動を展開してきました。コロナ禍では消毒液ワンプッシュあいさつ運動へと発展。ほかに神輿を作ったり、盆踊りを手伝ったり。今後も「六戸愛」を大切に、若い世代を応援する地域愛あふれるまちづくりを目指しています。

## 今熊保食神社を 県内一種類の多い 桜の名所に！

いまくまうけもち  
「今熊の里社」代表  
大西ハーブ園経営

おおにし いさお  
大西 勇雄さん (74歳)



六戸町で最も歴史が古いと言われている折茂地区の今熊保食神社を、県内一種類の多い桜の名所にしようと活動しています。

きっかけは、2012年 (平成24年) の本殿再建。建設のため2ヘクタールほどある神社周辺の杉の木を伐採したらとても明るくなり、春と秋の祭典でみんなが集まる時、桜があったら楽しく集えるのではと有志でボランティア団体「今熊の里社」を結成し活動を始めました。「今熊の里桜と湧水プロジェクト」と命名し、町の補助金「六戸町まちづくり町民活動支援事業」を活用して苗木を購入し整備しました。また、植樹祭の際には、日本花の会から樹木医を招き、指導いただきました。

現在、日当たりの良い125メートルの参道とそのまわりには、新種の神山枝垂れ桜50本のほか、鶯桜、関山など36種類160本を植えています。湧水の水辺を整備してピオトープを作ったり、桜の食用フラワーに挑戦したり、秋には桜の紅葉を愛でるライトアップを予定しています。

ここがみんなの憩いの場になるよう、まずは60種類の桜の植樹を目指し、いつか県内一種類の多い桜の絶景地にしたいですね。

【奥入瀬川】

奥入瀬溪流を上流部とし、六戸町を東西に横断する奥入瀬川。県道八戸・三沢線の睦橋から望む景色は一見の価値あり。

## 六戸高校の活動を引き継ぎ 館野公園のカエデから メープルシロップを作る!

NPO法人るくのへ自然塾 事務局  
社会福祉法人 希望(のぞみ)施設長  
障がい者福祉サービスゆみと経営

よしだ としひろ  
吉田 敏宏 さん(45歳)

六戸町にある自然環境について、生態系の維持、里山の保全、再生などの調査研究を通し、環境教育やコミュニティづくり、自然と調和した観光資源づくりで自然豊かな地域社会づくりを目指し活動しているのが「るくのへ自然塾」です。

具体的には、今年の3月で閉校した県立六戸高校の生徒が取り組んだ、カエデ類の樹液を原料にしたシロップ作りを継承。2月上旬、六戸町にある館野公園のヤマモミジからメープルウォーターと呼ばれる樹液を採取しました。樹木は寒さが厳しい時期に身を守るため糖度の高い樹液をため込むのです。その樹液を、障がい者施設に通う人たちが就労として煮詰めて自家製メープルシロップを完成させ、町の名物として「アースデー」のイベントで販売しました。

教育からスタートしたシロップが、福祉というリレーで繋がり、メイプルタウンと呼ばれる六戸町に、初めて誇れるお土産ができたことは本当に喜ばしいこと。将来はイベントのみならず、県内、全国へと販売を広げ、町をアピールしたいです。



六戸町には、個性豊かな人がいっぱい。  
もっと楽しく、地域を盛り上げよう!  
六戸町には、地域のために力を尽くしたいと、  
さまざまな分野で活躍している人がたくさんいます。  
今回はその中から4人をご紹介します。

## 町の木〈カエデ〉の葉をモチーフに 明るく未来のある子どもたちのために!

2025年開校・六戸学園の校章を  
デザインした  
というデザイン・グラフィックデザイナー

あきば みさき  
秋葉美早喜 さん(42歳)

六戸町が2025年4月の開校を目指す「町立義務教育学校六戸学園」の校章をデザインしました。町立義務教育学校開校準備委員会の公募に集まったのは249点。その中から選ばれたということで、とても光栄です。

町にはメイプルタウンの愛称があり、町の木でもある『カエデ』には〈美しい変化〉や〈大切な思い出〉などの花言葉があり、この言葉がまさに新しく生まれる学校に相応しいと考え、葉をモチーフに使用しました。シンプルなデザインを意識し、中央には、小中学生を意識し優しく丸みを帯びた字体で、学園の略称「六学」を配置。明るくポジティブな印象を与えるオレンジ色と、9年間の長い期間を共に過ごす上で大切な「協力」「勇気」「誠実さ」をイメージする濃紺の2色で表現しました。学校に通う子どもたちの積極的な学びと、時代と共に変化する世の中で調和し、賢く生きられる人間を育む、学び舎となってくれることを期待しています。

現在「六戸町観光協会」が発行する情報誌のデザイン編集も行っていますがこれからもデザインを通して、町の活性に繋がることを考えていきたいです。



# 健康

87 夏バテ

何となく体がだるい、疲れやすい、眠れない、食欲がない、イライラする、熱っぽい、めまいがする、頭が痛い……。これは、一般的に夏バテが引き起こす症状です。

夏バテの原因は、外気温と室温の温度差が激しい時など、自律神経が乱れて起こる自律神経失調症によるものといわれています。

自律神経は、暑い時に血管を広げたり汗をかいたりする働きを行い体温調節していますが、暑い屋外で活動した後エアコンの効いた屋内へ入るなど急激な温度差にさらされることで、自律神経が変化に対応しきれず、その働きに支障をきたしてしまうそうです。



暑い時、冷たいものを過剰に摂取してしまうと、胃腸の働きを弱め食欲低下にもつながります。そして食欲低下が進むと、身体にとって必要なたんぱく質やミネラル、ビタミンなどの栄養素が不足し、疲労感や倦怠感、不眠などの症状を引き起こすのです。

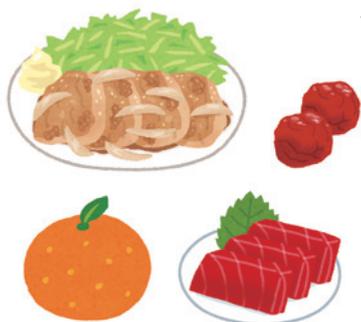
夏バテが引き起こす病気に、夏風邪があります。これは夏バテによって食欲が低下し、疲労、睡眠不足などが続くことで免疫力が低下し、かかりやすくなるそうです。

夏バテに似た症状としては、自律神経が乱れホルモンバランスが増減することで甲状腺機能の異常が見られ、食欲不振や脱水症状が引き起こす貧血、立ちくらみのほか、疲労やストレスの蓄積がうつ病につながることもあります。

夏バテになったときは、食



事の改善に取り組みましょう。夏バテによる食欲不振には、ご飯がすすむような辛味や酸味などでレシピを工夫したり、疲労回復に効果のあるビタミンB<sub>1</sub>（豚肉、うなぎなど）、イミダゾールジペプチド（鶏肉、カツオ、マグロなど）、クエン酸（みかん、キウイ、梅干しなど）が含まれる食事をとりましょう。それでも食欲がないときには、朝食を抜かず、一定の時間に少量でも朝昼晩3食とり、水分をたっぷりと補給しましょう。



また、マッサージや運動も効果的です。市販の栄養剤は、疲労や倦怠感に効果があるビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>6</sub>、B<sub>12</sub>が配合されたビタミン剤や栄養ドリンク剤がおすすめですが、カ

フェインが多く入った飲料は一時的な効果しかなく持続性がないほか、摂取後の反動で疲労感が増す場合がありますので注意しましょう。

## 夏バテを予防するには

- ① エアコンは設定温度に気をつける。
- ② バランスの良い食事を心がける。
- ③ 睡眠をしっかりとる。
- ④ 適度な運動をする。
- ⑤ 入浴は、シャワーで済ませず湯船に浸かることが大切です。



今から夏バテ予防を実践し、夏を元気に過ごしましょう。

# あいちちゃんの 読んで得だね!

今回「やすらぎ」の取材で訪れた六戸町と中泊町の、とおき情報をお届けします。

## 六戸秋まつり & メイプルタウンフェスタ

### 《六戸町》

六戸秋まつりは、毎年初秋、町内で開催される山車まつりです。勇壮な山車が町内を練り歩くほか、神輿や鶏舞・神楽などの伝統芸能も加わり、秋の実りに感謝します。

山車と仮装が同時に練り歩くという、他のまつりにはない特徴があり、各町内会が趣向を凝らし沿道の笑いを誘う仮装行列や、中日に行われる流し踊りが見どころです。



メイプルタウンフェスタは毎年11月上旬、六戸町総合体育館周辺で開催される、町最大のイベントです。

一戸から九戸までの特産物を集めた「戸のじまん市」、恒例の「全日本とろろ早食い選手権大会」、「ゲッツ大玉にんにく」、「シャモロック1000人鍋」など、参加型の楽しい催しがいっぱいです。



## 美味しい新商品「津軽めし」& 手作り体験キット

### 《中泊町》

中泊町ではこの春から、町の郷土料理をテーマにした新商品「津軽めし」と「津軽の食文化 伝承料理手作り体験キット」の販売を町特産物直売所「ピュア」で行っています。

地元の郷土料理である津軽めしは「鱈の子和え」「菊花となめこのしょがら」「根曲がり竹入りけの汁」の3種類。レトルト加工されているので、旬の時期に



しか味わえなかったふなさとこの味を、いつでも簡単に食べることができます。



手作り体験キットは、しとぎもち、豆腐、味噌の3種類。中泊産の大豆で作る豆腐は、大豆を水に漬けるところから始まるそうです。

開発したのは中泊町農産物加工販売施設出荷者協議会の皆さん。特産物直売所「ピュア」では予約をすればキットを使った伝承手作り体験も行っています。お申し込みは特産物直売所「ピュア」

0173-57-5054へ。



♥「青森シャモロックくんせい」は、お酒のおつまみにピッタリ。道の駅近くのヘオリジナルの「こうじなんばん」「行者菜みそ」「んにく味噌」も旨い！



♥ほかに、いろんな種類の手作りジャムや、六戸育ちのトマトジュースなど、たくさん並んでいました。



## 《中泊町》

♥中泊町を訪れたら、やっぱり「メバル膳」をいただきたくちやと、中泊町特産物直売所「ピュア」に行ってきました。ここは、地元農家さんによる新鮮な地場産品や特産品を販売しているんです。メバル商品や、宮越家関連商品もいろいろありました。



♥「ピュア」のレストランでは、お待ちかねの「メバル膳」を味わいました。お頭つきの「刺身」は炙りもついていて、特製醤油やエゴ塩、煎り酒でいただきます。とにかく新鮮で美味しい！煮付けも潮汁も、デザートも、シンプルで味わい深かったです。「メバル膳」は、町内5つの飲食店で味わえますよ。



♥「メバル膳」のほかにも「中泊トマト海鮮ラーメン」をチョイス。地場産トマトを使って作った自家製トマトスープに、手作りのメバルソーセージ、イカ天かまぼこをトッピング。クセになりそうな洋風ラーメンでした。そして「濃厚鶏煮干しラーメン」も美味しかったです。



♥デザートは、中泊産ブルーベリーをふんだんに使った「ブルーベリーソフトクリーム」。色は濃いけれど、あっさりして食べやすかったです。



♥お土産も、もちろん「ピュア」でGET。宮越家のお菓子「詩夢庵」は、柔らかな生地の中に、なめらかなミルク餡が



ぎっしり。宮越家の一般公開に向け、来場して下さったお客様に喜んでいただけるお菓子を！と開発されたそうです。「紅蘭」は、濃厚なチーズクリームをバター生地で包んで焼き上げたもの。宮越家9代当主の奥さんが刊行した歌集「紅蘭」から名付けられたもので、当主夫妻が談笑しながら食べていたイメージで作られたそう。



♥そして中泊町といえば、忘れてはならないのが「金多豆蔵人形芝居」。1907年(明治40年)に創作されて以来、100年以上に渡って相伝された津軽伝統の人形劇で、現在3代目。金多豆蔵の名前には、人は「豆」々しく健康で働けば、お「金」が「多」く入り、「蔵」が建つという意味が込められているそうですよ。酒飲みで失敗ばかりだけど情けの深い「金多」と、おっちょこちょいでおしゃべりだけど義理堅い「豆蔵」の二人が、漫才や冒険をする中で世相を嘆き、それを笑い飛ばす、全編津軽弁の人形芝居です。津軽中里駅構内で毎月第1土曜日に上演されています。



♥足を伸ばして、道の駅こどもり「ポイントマリ」も訪ねてみましょう。国道339号線・竜泊ラインの入り口、津軽国定公園の中央にある道の駅です。小泊地域の地場産品を取りそろえた物産販売所や、中泊メバル膳が食べられるレストランがあります。活水水槽コーナー、折腰内オートキャンプ場、折腰内海水浴場を持つ総合交流施設で、毎年7月に開催されるビーチサッカーフェスタには、県内外から訪れた多くの人で賑わいます。



# あいちゃんのほのぼののコーナー

— かわいい! シャモロックの巻 —

♥ 取材こぼれ話



## 《六戸町》

♥「やすらぎ」の表紙で紹介した、六戸町だけで育てられている「青森シャモロックザ・プレミアム#6」。提供しているのは六戸の飲食店と東京都内のレストランと聞き、どうしても味わいたくて「仕出し・宴会のもりとみ」に行ってきた。

♥モモ肉とムネ肉は白湯スープ&鰹ベースやキムチ味のしゃぶしゃぶ鍋で。モモ肉、ムネ肉のほか、砂肝、心臓、レバーは「焼き」でいただきました。ジューシーでしっかりした味の地鶏は、本当に美味しい! 炊き込みご飯も、茶碗蒸しも素晴らしかったです。皆さんも機会があったらぜひ!! 店主・盛田嘉彦さんの解説も楽しいですよ。



♥六戸町のお土産を買いに「道の駅ろくのへ」。六戸自慢の「大玉にんにく」は、やっぱりデカイ。素揚げして食べ

るとホクホクして美味しいそうです。有機無農薬発酵熟成黒にんにく「ろく助」もおすすめです。



# くみあい 情報板

## 令和5年度一般会計予算

歳入	負担金	5,659,039
	財産収入	159,245
	繰越金	1,000
	諸収入外	759
	計	5,820,043

(千円)

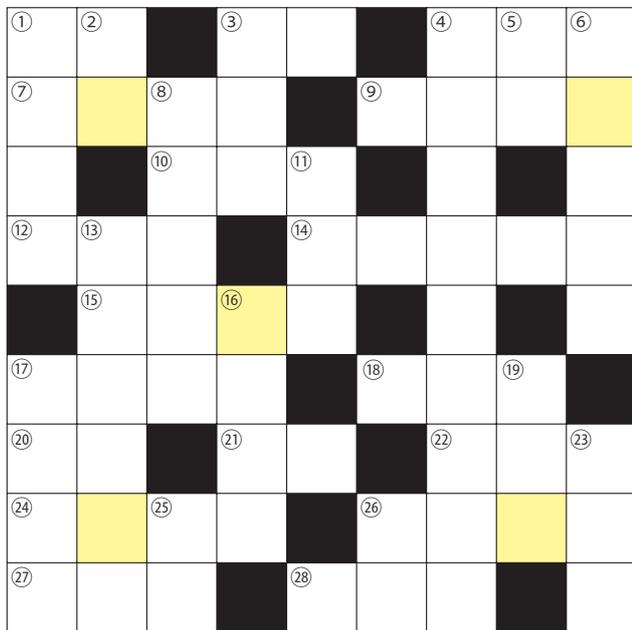
歳出	議会費	712
	総務費	83,269
	給付費	5,734,408
	予備費外	1,654
	計	5,820,043

(千円)

組合ホームページをご利用ください <https://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)

### あいちんの クロスワードパズル



色のついた部分の文字を並べると、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、郵便番号、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/2023年7月末日消印有効

#### 〈タテのカギ〉

1.他の人にとってはあり得ないと思えることを確信してしまうことを何といいますか。 2.昭和41年に青森県の木に指定され、県民に親しまれているのは、青森〇〇。 3.人の意見や主張に反対し、後押しをしないことです。 4.ネットの利用者がどこで情報を入手し、サイトを訪れたかを分析するために利用されます。広告等に付加してマーケティングに有効活用されています。 5.SNSで返事をすることを〇〇をします。 6.七月から十二月に県内全域で水揚げされています。 8.日常慣れたものを非日常に見せる効果のことです。 11.動きが遅い、足が遅いことを何というでしょうか。 13.津軽半島にある、しじみ貝がたくさん獲れることで有名な湖は？ 16.余分なお肉のことを〇〇〇〇といいます。 17.青森県では青森シャモロック等が人気です。 19.中泊町の島で、巣を作った家には福が訪れると言われています。 23.新型コロナウイルス対策として〇〇〇は大切です。 25.夕陽海岸は青森県の〇〇側にあります。 26.世界各国に生息している花で、品種の数がとても豊富です。夜越山森林公園で毎年この花のお祭りがおこなわれています。

#### 〈ヨコのカギ〉

1.強い痛みを抑える医療用薬モルヒネの略は？ 3.敵を威嚇するために体を膨らませる姿が良く知られている魚は何でしょう。 4.ミミズやゴカイなどに近い、小型で多毛類の環形動物は何でしょうか。 7.小泊十二景のひとつです。龍飛崎、七ツ石、権現崎、経島、羅漢石、弁天崎、稻荷堂、青蔵、七龍、傾石、燕崎と後1つは何でしょうか。 9.六戸は街の樹が楓のため、〇〇〇タウンと呼ばれています。 10.日本では大阪市、佐世保市が候補地に挙がっています。サイコロ、トランプ、ルーレットなどを用いてとばくを行う施設のことを何というでしょうか。 12.自分の住む土地を守る氏神を信仰する人のことを何というでしょうか。 14.ライン川の水面から突き出た岩山にいとされる精霊の伝承を何というでしょうか。 15.政治家が自分の意見等を演説して回ることを何というでしょうか。 17.地震で建物が倒れることを何というでしょうか。 18.明けの明星、宵の明星のことを〇〇〇星といいます。 20.日本でも、複数の欧米諸国でも名前として通じます。 21.六戸町の特産品、行者菜は見た目が〇〇に似ています。 22.人を軽蔑して扱うことを〇〇〇にするともいいます。 24.六戸町の特産品にはおおだま〇〇〇〇があります。 26.青森県はインスタント〇〇〇〇〇の消費量が日本一です。お店も県内に沢山あります。味噌、煮干しなど種類は様々です。 27.漢方のひとつで、抗脂肪肝作用や血圧降下薬がある生薬です。 28.子供の室内遊びの道具でもあり、陶磁器などの原料ともなります。

### 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141名)

〈前回パズルの解答〉

しゃこちゃん

〈所属市町村等名・氏名〉

五所川原市	佐藤ひとみ	深浦町	根上真紀子
五所川原市	福井裕也	田舎館村	成田正孝
十和田市	大坂真由	七戸町	天間楓
むつ市	外井恵	大間町	村川馨子
つがる市	福岡治美	階上町	原川潤子