

# やすらぎ

2025.6  
June  
Vol.97



大鰐町「湯魂石薬師堂」

開湯800年以上の歴史を持つ大鰐温泉。ノスタルジックな雰囲気の温泉街にあるのが「湯魂石薬師堂」だ。その歴史を紐解くと、慶長年間（1596～1615年）津軽藩主津軽為信が眼病を患つた。そのとき夢の中に薬師如来が現れ「大鰐の茶臼山公園下から湧き出る温泉で目を洗えば必ず治る」とお告げがあったという。お告げに従い探させたところ、大石の下から熱湯が湧いているのを発見し、その温泉で目を洗うと、不思議にも眼病が治つたという。為信は大変喜び、そのお礼に大石の上に小さい祠を建て、湯魂石薬師堂と名付けた。

それから薬師如来は人々のあつい信仰を集め、大鰐は温泉場として栄えるようになったという。ワニをかたどった湯口からは温泉が湧き出し、今では「足湯」として観光客や地元の人の交流の場となつてている。

大鰐町内には現在、3つの公衆浴場を含めて日帰り温泉が5カ所、旅館などの温泉宿泊施設は13カ所。足湯が3カ所。

町民にとつて大鰐温泉は、心と体を癒すコミュニティの場として日常生活の一部となつている。毎年7月の土用の丑の日には「丑湯まつり」が行われる。牛にまたがつた大日如来像を温泉に浮かべるユニークな伝統行事で、無病息災を祈願するという。



## おにぎりや加工品を作つて

### 青森米の美味しさを多くの人に伝えたい！

米穀卸売会社(有)三栄流通  
とりこめプロジェクト

鳥谷部  
ともみ

和也  
かずや  
さん (37歳)



「お米の集荷業を始めて思つたんです。青森のお米はこんなにも美味しいのに、どうして業務用にまわつてしまふんだろう。だったら自分たちで、青森

米の美味しさを知つてもらう活動をしよう」と  
七戸町にある米穀卸売会社・三栄流通内に2018年とりこめプロジェクトを立ち上げた鳥谷部和也さんは、そう話し始めた。

七戸町で生まれ、高校を卒業後、関東の親戚が経営する会社でトラック業務を学んだ後、2011年、24歳の時、父が営む米穀会社・三栄流通を継ぐためにUターン。農家へ米を買付けに行き、卸業務を行なつてやる。お米を買付けに行くと、農家さんが頑張って美味

しいお米を作つても相場が決まっていて、高く買つてあげたくても買えない年があつたりする。青森のお米は、価格が安く品質が安定しているから業務になつてしまふんです。なんとかしたいという一心でした」と打ち明ける。

社名の「三栄」は、売り手よし、買い手よし、作り手よし「三方よし」の考えが由来。「父の思いを自分も実践したかった」と話す。かつて菓子製造会社の工場長をしていた奥さんの朋美さんと一緒に、プロジェクトスタートさせた。

大人から子どもまで、みんなに愛されるものを作りたいと最初に取り組んだのは、昔から地元にある南蛮味噌を商品化した「麹のとりこ」と、干し餅を食べやすくした「とりこめチップス」。次に開発したのは、りんごと玄米で作った「りんご玄米茶」。玄米で作つた香ばしい玄米と、ほん

のり甘いお茶が喜ばれ「生産が追いつかないくらいなんです」と喜ぶ。そして2023年、県産米のおにぎりを販売する「和こめ屋」をオーナーにした。「地元の人にも青森のお米が美味しいことを知つてもらいたかったんです」と2人。場所は「道の駅しちのへ」の空き店舗。

お米は「はれわたり100%だともちもちすぎているから、青天の霹靂とまつぐらを混ぜることで冷めた状態でもふわふわしたおにぎりになるようブレンドしました」と明かす。具材は道の駅で販売している加工品を使つてアレンジし人気を集めている。

やつてよかつたと言つてくれました」と語る。

今後は新しい工房も建てる予定で「今作つているりんご玄米茶を量産し種類を増やしたい。そして青森のお米を美味しい食べれる商品として餅米で作る大福やお団子など和菓子にも挑戦したい。青森には全国のブランド米に負けないくらい旨いお米があることを伝えたい」と話している。



自分を余すことなく使い切る

舞台俳優・脚本家・演出家  
**三上陽永**さん（青森市出身）

青森市にある渡辺源四郎商店で5月に上演された『逃げろセリヌンティエウス』では、メロスを捕らえ、身代わりとして竹馬の友セリヌンティエウスを投獄する暴君ディオニスを小気味よく演じた。素顔は朗らかで笑顔がチャーミングな三上陽永さんだが、人間不信に苦しみ、纖細で時に凶暴な表情を見せる渾身の演技を披露。全身でめいっぱい

役を生きていた。三上さんは若手演劇人として東京と青森を行き来し、活躍中だ。子どもの頃から人を楽しませることが好きだった。中学生のとき、担任の教師に将来について尋ねられ、芸人志望と答えて、驚かれた。青森高校では剣道部員として精進し、東京の大学に進学。東京で演劇と出会った。「演劇研究会、劇団『みつばち』に入つて特訓を受けました。何

不安もぬぐいきれず、脚本や演出の勉強をしつつも、中学、高校の教員免許を取得するという手堅さも。地元の中学校で教育実習をし、放課後、理解が遅い生徒たちに勉強を教える熱血教育実習生だった。

インクール2020で最優秀賞  
22年度東奥文化選奨を受賞。<sup>24</sup>  
年に上演された新作「流れる皿  
あたたかく」の脚本が演劇批評  
誌「シアターアーツ2025春  
の号」でベスト戯曲に選出さ  
るなどし、演出家、劇作家とし  
ても注目されている。

2024年は三上さんにとって  
節目となる1年だった。こわ  
まで東京を中心に活動してき  
が、地元の演劇を盛り上げてほ

はの演劇を皆で作つていい。演劇で食べていい。頼うなら、手探りでも演劇で観客を育て、盛り上げて、観客をしていきたいと考えます。地方の演劇を元気とすることは演劇界全体の盛り上げが繋がると信じています」県立美術館での本公演

をするという基本をここで学び、23歳から演劇人としてのキャリアがスタートした。「自分は難産の末に生まれたと母から聞きました。以来、もらつた命をきちんと使いきりたいと思つて生きてきました。俳優、演出、脚本家として生きることで、自分を余すことなく活かしきりたい」

を大きくし、世良さんの脚本「home」が育つて行く様子を観客と共に見守った。25年はりんご栽培150年記念イヤーのイベントのひとつとして、11月22日から24日まで、青森県立美術館シアターを舞台に、本公演を行うことが予定されてい る。



「 そういうありがちなことを一通り経験し、今となつては笑い話ですが、怖い思いもしましたね」と振り返る。大学在学中は役者として食べていけなかつたらどうしようという

大学卒業後、青森に帰つて教員になるか、演劇の道を進むか迷っていた時、鴻上尚史氏が主宰する「虚構の劇団」の大きなオーディションがあつた。オーディションに落ちたら青森に帰ると心に決めて臨んだ。2000人がオーディションを受け、三次審査を通過した10人に入つた。1年間の仮所属を経て、最終試験は自分で脚本を書き、演出、スタッフワークもし、一人芝居をするというものの脚本を書き、演出を手掛け、芝居

に観客に演劇を作り上げていく過程を観てもらうと、いう斬新な取り組みを行った。役者による脚本読み合わせの公開から始まり、弘前昇天教会での音楽朗読劇、舞台美術と照明が加わってのリーディング・ドラマへと少しづつ規模





七戸町文化村 道の駅しづのへ

## 街角インタビュー



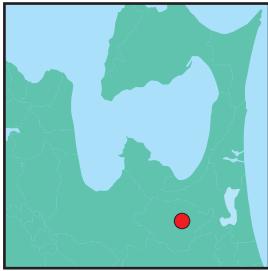
七戸町総合アリーナ



鷹山宇一記念美術館



道の駅しづのへ道路・観光情報館



## 七戸町

八甲田山系の麓、  
豊かな自然あふれる七戸町は  
面積約33・7平方キロメートル、人口約13900人。  
国道4号が南北に縦断し、  
みちのく有料道路で青森市と結ばれ、  
東北新幹線七戸・十和田駅があるなど、  
広域交通に恵まれた地域だ。

七戸町文化村・道の駅しちのへは、  
「全国道の駅グランプリ2024」第7位で  
満足度が高いと評価されてる。

物産館や産直七彩館では、お土産品だけでなく  
特産の長いも、にんにく、黒にんにくなど、  
いろいろなジャンルの野菜や加工品が人気を集めている。  
花き展示館では、東八甲田ローズカントリーの花などが  
手頃な値段で購入できる。

道路・観光情報館に行くと、リアルな道路情報が一目でわかる。  
鷹山宇一記念美術館は、  
透明感あふれるアートの世界にふれられる空間。

七戸町総合アリーナは、  
あおもり国スポの、剣道会場となってる。



七戸町地域おこし協力隊  
関口 博道さん

しちのへ観光協会が中心となって行つ、  
アウトドア観光開発プロジェクト「SOTOKURASHI」の事業に携  
わっています。七戸町東八甲田家族旅行  
村を中心、フツシユクラフトの体験会を開催しています。例えばタープと木の棒  
を使ってアーチを作るなど、自分たちの技術や知識をもの代わりに作つてしま  
う。焚き火も台を使はず地面の上に木を組んで焚き火をするやり方です。今後は、  
夏まつりのイベントなどで火おこし体験会などを企画しています。御殿場から移  
住して1年。豊かな自然をただ眺めるだけではなく、一歩踏み込むフツシユクラ  
フトの素晴らしさを広めていきたいです。



七戸町立鷹山宇一記念美術館  
館長 大沢田亞希子さん

七戸町出身で、開館当初から学芸員として働き、副館長を経て今年の春、館長に就任しました。この美術館は、七戸に生まれた洋画家・鷹山宇一の作品を見てもらおうと草の根運動から始まり、平成6年に開館しました。ここは人づくりのための美術館です。美術鑑賞を通して心を動かし、今後の自分の生きる道に反映させていただければと思います。八甲田の山並みが見える自然豊かな景観の中でアートにふれ、鳥のさえずりを聞き、ゆったり過ごし、明日からまた頑張ろうという気分になれる場所を目指しています。

特集

# おひさま 番



## 大円寺(大鰐町蔵館、高野山真言宗大圓寺)

「大鰐の大日様」として信仰を集める名所です。御本尊として安置されている「大日様」は、高さ4.85mで、国の重要文化財に指定されており、津軽地方最古の仏像と言われています。

津軽には自分の生まれた年の干支を守り神とする津軽地方独特の風習「津軽一代様」が、藩政時代から広く伝わっており、大日様は未、申年生まれの一代様となっています。

■TEL 0172-48-2017



## あじやらの森キャンプ場

あじやら山麓の広大な緑の丘陵にあるキャンプ場です。バンガローをはじめ、木の温もりを感じさせるバリアフリーのケビンハウス、テントサイト、多目的に使用できる研修施設もあり、大自然を満喫することができます。

■青森県南津軽郡大鰐町大字大鰐字范頭28-74

利用期間：4月下旬～11月上旬

あじやらの森キャンプ場管理棟 TEL 0172-47-6664 (利用期間内)

大鰐町都市公園施設指定管理者 東洋建物管理株 TEL 0172-49-1023 (利用期間外)

豊かな自然と歴史ある温泉が  
魅力の大鰐町。

素敵な見どころを紹介します。



### 大鰐町地域交流センター「鰐come」(ワニカム)

大鰐温泉を手軽に楽しめる日帰り温泉・ワニカム。産直・売店には、地元ならではのお菓子、お土産品、大鰐温泉もやしや、新鮮野菜、特産地鶏の青森シャモロックなどもあります。お食事処では、大鰐温泉もやしや、青森シャモロックを使ったメニューが人気です。

■青森県南津軽郡大鰐町大字大鰐字川辺11-11 TEL 0172-49-1126



### 大鰐町役場前のつつじ

旧大鰐小学校を活用している大鰐町役場は築100年以上。前庭にはスキー場から植え替えた約40本のつつじが美しく咲き誇っています。素晴らしい技術の剪定は役場職員がおこなっていて、ハート形のつつじもあるので、ぜひ探してみませんか！

■大鰐町役場企画観光課  
青森県南津軽郡大鰐町大字大鰐字羽黒館5-3  
TEL 0172-55-6561



### 茶臼山公園

爽やかな初夏の風がそよぐ5月の下旬、大鰐町を見下ろす公園には色鮮やかなつつじが山いっぱいに咲き誇ります。茶臼山公園は、約40数種、1万5000本以上を数えるつつじの名所で、300種類を超える植物も、起伏に富んだ園内を散策しながら観察できます。69の俳句を刻んだ句碑が、山頂へ誘うように立ち並ぶ遊歩道「俳句の小径（こみち）」も見どころです。

■大鰐町役場企画観光課  
青森県南津軽郡大鰐町大字大鰐字羽黒館5-3  
TEL 0172-55-6561

# 健 康

## 92 大人の百日咳



今年に入つて日本での感染拡大が懸念されている百日咳。百日咳は、百日咳菌という細菌による呼吸器の感染症です。「百日」という名の通り、強い咳が長期間続きやすい特徴があります。

百日咳菌が気道に付着すると百日咳毒素を出し、激しい咳発作を起こします。百日咳菌は非常に感染しやすい細菌で、くしゃみや咳をした時に飛び散る飛沫や、患者との接触で広がります。

百日咳にかかると、激しい咳による呼吸困難や二次感染による肺炎など症状が重くなる確率が高くなります。まれに脳への感染によって脳炎を起こし、知能の発達に遅れが見られるなど重大な障害を引き起こす危険性もあります。

百日咳のワクチンで子ども

の百日咳は減少しましたが、その効果は一生ではないため、大人になつてから百日咳に感染するケースが目立ち始めています。百日咳は、誰もが感染の可能性があるので

子どもは母親から百日咳の抗体を受け継いでいるが、ワクチン未接種の乳幼児が百日咳にかかると、激しい

咳による呼吸困難や二次感染による肺炎など症状が重くなる確率が高くなります。まれに脳への感染によって脳炎を引き起こす危険性もあります。

百日咳のワクチンで子ども

の百日咳は減少しましたが、その効果は一生ではないため、大人になつてから百日咳に感染するケースが目立ち始めています。百日咳は、誰もが感染の可能性があるので

子どもは母親から百日咳の抗体を受け継いでいるが、ワクチン未接種の乳幼児が百日咳にかかると、激しい

咳による呼吸困難や二次感染による肺炎など症状が重くなる確率が高くなります。まれに脳への感染によって脳炎を引き起こす危険性もあります。

百日咳のワクチンで子ども

の百日咳は減少しましたが、その効果は一生ではないため、大人になつてから百日咳に感染するケースが目立ち始めています。百日咳は、誰もが感染の可能性があるので

百日咳菌を死滅させない限り菌が体内に存在し続けます。



百日咳に感染すると7日間ほどの潜伏期間を経て、鼻水や咳など、軽いかぜのような症状が現れ、次第に咳の回数が増え、2週間ほど続きます。次に、短く激しいコンコンコンという咳が連続して起

こつた後、ヒューという音を伴いながら苦しそうに息を吸う咳発作を2～3週間繰り返します。



百日咳の毒素はしばらく体内に残るため、治療しなければ咳が治まるには通常2～3カ月かかるといわれています。

予防策として最もすすめられるのは、予防接種です。ま

ずは自身の予防接種状況を確認しましよう。未接種の場合には、受診し医師に相談してください。



アメリカでは大人の百日咳の予防として、2006年から、11～13歳を対象とした百日咳ワクチンの追加接種が推奨され始めました。日本ではまだ大人の追加ワクチン接種は行われていませんが、現在、安全性や効果についての研究が進められています。

百日咳の飛沫・接触感染を防ぐためにも、かぜ予防と同様に、手洗い・うがいの他、マスクの着用を心がけましょう。



大人の百日咳は咳が長く続くだけでなく、一般的な風邪や気管支炎と間違えられやすく、気づかぬうちに周囲の大人や子どもへ感染を広げる恐れがあります。予防や早期治療の意識が高まれば、自身の健康を守るだけでなく大切な家族や職場の仲間を守るこ

とにもつながります。





# 読んで得だね!

今回「やすらぎ」の取材で訪れた大鷲町と七戸町のとっておき情報をお届けします。

今年は9月19日開催!  
大鷲温泉商店会  
第22回ちどりあし祭!!

## 《大鷲町》

情緒あふれる温泉街・大鷲町で、時間内に町内の飲食店を4店巡り、スタンプをもらつて抽選会場で豪華景品をゲットしてみませんか!景品は、大型テレビや自転車など、毎年嬉しいものばかり。

今年は、居酒屋からスナックまで42店舗が参加予定で、参加費は一人4000円。詳しいお問い合わせや、チケットについては、ちどりあし祭実行委員会事務局(大鷲町商工会内)へ。



### ■お問い合わせ

ちどりあし祭実行委員会事務局(大鷲町商工会内)  
TEL 0172-48-2335

華やかな山車が商店街を巡る  
しづのへ秋まつり!

## 《七戸町》

五穀豊穫を祈願する「しづのへ秋まつり」が、今年も9月上旬、中心街で開催されます。

山車は、七戸町の各町内で昔話や伝説などから題材を選んで自主制作しております、華麗な山車が町中を練り歩きます。

まつり当日は、流し踊りや八甲田太鼓の演奏、山車の夜間運行も行われ賑わいます。

お問い合わせは、しづのへ秋まつり実行委員会(しづのへ観光協会内)へ。



### ■お問い合わせ

しづのへ秋まつり実行委員会(しづのへ観光協会内)  
TEL 0176-58-7109



▲大鰐ざんまい



▲大鰐温泉  
もやし  
焼肉丼



▲大鰐温泉  
もやし  
うまか丼



しょうゆ

大鰐温泉  
もやし  
ラーメン

みそ

## 《七戸町》

リクルートが発行する旅行情報誌「じゃらん」が実施した「もう一度利用したい道の駅ランキング2024」で第3位、「全国道の駅グランプリ2024」で7位に輝いた道の駅しげのへ。ここには七戸町の特産品である、長芋、にんにく、日本酒など、いろんなものが揃っていました。



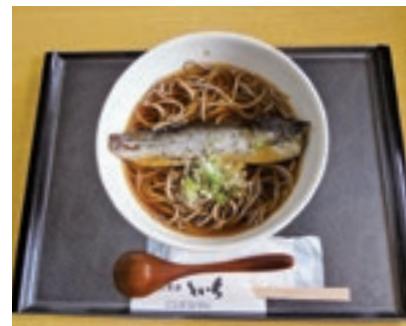
七戸町でのランチタイムは、今回「あおもり人」で紹介した道の駅しげのへにある「和こめ屋」のおにぎりと、



同じく道の駅しげのへにあるJA十和田おいらせ女性部の地元産蕎麦粉を使った手打ちそば処で、お蕎麦をいただきました。おにぎりは具材がユニークで、ふくら旨い！「ざるそば」「冷やしそば」「かけそば」のトッピングはいろいろで美味しかった～。



実は七戸町は蕎麦が盛んで、道の駅しげのへの他にも町内に3軒のお蕎麦屋さんがあり、こだわりのお蕎麦を提供していました。



▲といち



▲松雪庵



▲てっちゃんの店



デザートは金子ファーム内にあるNAMIKIへ。ジャージー牛の濃厚で新鮮な搾りたてのミルクを低温殺菌し、毎朝手作りしているジェラートは、一口味わえば思わず笑顔に！お土産品として「ジャーキー」「牛肉しぐれ煮」「牛肉みそ」「牧場のなたね油」「絵馬」もありました。



# あいちゃんのほのぼのコーナー

—燃える?もやしの巻—

## ♥取材こぼれ話



### 《大鰐町》

♥大鰐町では美味しいものを探しに地域交流センター「鰐come」へ。イチオシは「しげさんの完熟赤トマ無添加ジュース」。最低限の水だけを与えて育ったトマトを使っているそうで、自然な甘さが美味！そして見つけたのが健康飲料「プラッディアポー」。大鰐高原産赤ビーツとふじりんごを使ったドリンクは、血液型別4種のラベルもユニークです。

「赤いビーツパウダー」もありましたよ～。

♥大鰐町といえば外せないのが「大鰐温泉もやし」。約350年の歴史と伝統を誇り、津軽藩主にも献上した伝統野菜です。



♥創業明治39年、萩桂堂虎屋の「茶臼餅」は、求肥の中に、ふっくら煮付けたとら豆入りの優しいお餅。



創業明治40年佐々木桂月堂の「あじやら餅」は、柔らかい餅生地にクルミがたっぷり入った大鰐銘菓。秩父宮殿下がスキーの際ポケットに忍ばせた逸話も残っています。



♥大鰐の温泉熱を利用して発酵・熟成させた津軽味噌醤油株式会社マルシチの津軽味噌と醤油は、津軽で昔から愛されている味です。



♥ランチタイムは地域交流センター「鰐come」内にあるお食事処花りんごへ。「大鰐温泉もやししゃぶしゃぶ御膳」から、いろんな味が楽しめる「大鰐ざんまい」、「大鰐温泉もやしうまか丼」、「大鰐温泉もやし焼肉丼」、「大鰐温泉もやしラーメン」(しょうゆ)(みそ)と、ぜんぶ大鰐温泉もやし尽くし。ヘルシーで美味しかったです。



▲大鰐温泉もやし しゃぶしゃぶ御膳

# くみあい 情報板

# 令和7年度一般会計予算

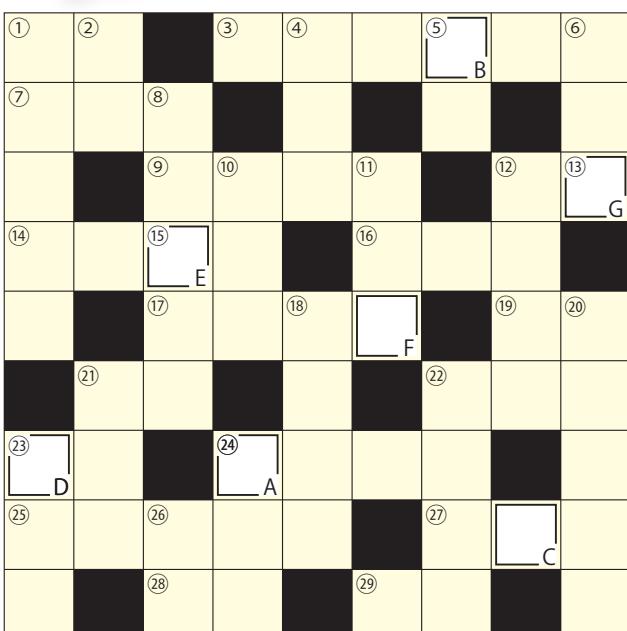
|                |      |           |
|----------------|------|-----------|
| 歳<br>入<br>(千円) | 負担金  | 5,916,799 |
|                | 財産収入 | 167,878   |
|                | 繰入金  | 1         |
|                | 繰越金  | 1,000     |
|                | 諸収入外 | 6,745     |
|                | 計    | 6,092,423 |

|            |      |           |
|------------|------|-----------|
| 歳出<br>(千円) | 議会費  | 6,312     |
|            | 総務費  | 83,849    |
|            | 給付費  | 4,695,267 |
|            | 積立金  | 1,300,000 |
|            | 予備費外 | 6,995     |
|            | 計    | 6,092,423 |

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)

# あいちゃんの クロスワードパズル



パズル制作：エッグハウス

□の中の文字をABC順に並べると、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

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／2025年7月末日消印有効

## 〈タテの力ギ〉

## 〈ヨコのカギ〉

1.平和の象徴とされる鳥。 3.七戸町のゆるキャラ、絵馬をモチーフにした〇〇〇〇〇ちゃん。 7.毎年5月頃、大鷗町の名所でもある茶臼山公園を美しく彩る花は？ 9.相撲の決まり手の一つ。相手に体を密着させて土俵の外に押し出す技。 12.自分たちのことをみずから責める責任で処理すること。地方〇〇体。 14.他人から得た知識をまるで自分の意見のように話すこと。 16.劇場やTV局などにある、出演者のための控え室。 17.太陽系の中で最大の惑星。 19.〇〇取りとは、大関が横綱に昇進するために地位を狙うこと。 21.もうどうすることもできない。〇〇を天に任せよう。 22.ボルトやナットを締めたり緩めたりする工具。 23.外面を飾ると立派に見える。〇〇にも衣装。 24.「谷間」の読み方、「たにま」ともう一つは？ 25.未知のことに対して興味や関心をもつ心。〇〇〇〇〇旺盛だね。 27.大鷗町に古くから伝わる幻の冬野菜「大鷗温泉〇〇〇」。 28.本当のこと。真〇〇、〇〇在、現〇〇的。29.「陸奥〇〇」は青森県中央部に位置し、津軽半島と下北半島に囲まれた海。

## 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92名）

### 一 〈前回パズルの解答〉

・〈所属市町村等名・氏名〉

黒石市 柴崎政孝 風間浦村 八戸篠史  
十和田市 櫻田善也 五所川原地区消防事務組合  
三沢市 小笠原弓子 一部事務組合下北医療センター  
むつ市 新川麗美 一部事務組合下北医療センター  
中泊町 成田寿美 つがる西北五広域連合  
代