やすらぎ

2026.9
September
Vol.101



2026年 菜の花フォトコンテスト特選
「夕暮れ、菜の花と海と」
撮影・櫻田和享

春の夕暮れ時、満開の菜の花と風車、霧のかかった海と山々の稜線が美しい風景は、横浜町の２０２６菜の花フェスティバルinよこはまの一環として行われた菜の花フォトコンテストで、最高賞の特選に選ばれた作品だ。

横浜町の菜の花は、ジャガイモの連作障害を防ぐ輪作作物として植えられ、平成元年、菜の花の作付面積が日本一となったのを契機に、農業だけでなく観賞用としても美しい菜の花を活用した観光がスタート。最大のイベントである菜の花フェスティバルinよこはまは、平成３年から開催され、令和８年で36回目の開催となった。

そして、今年度も横浜町では、95ヘクタール、約５７００万本の菜の花が作付され、その規模は現在も本州最大を誇っている。

フェスティバルのメインイベントである菜の花大迷路は、約６５００平方メートル、約39万本もの菜の花を、開花前に一部刈り取って小道にしたスポット。横浜町の菜の花は農業用に栽培されているため畑の中に入ることはできないが、迷路を歩けば畑の中から菜の花が鑑賞できる。菜の花の傍を駆け抜ける、マラソン大会も人気だ。

夕景の美しい菜の花畑。菜の花の黄色と、空の青、海の群青が広がる昼も、もやに包まれた朝もまた、絶景だ。

発行編集／青森県市町村職員退職手当組合
〒030-0812　青森市堤町二丁目1番1号
TEL.017-734-1678

青森県地元で 見つけた！あのもり人。

椿やホタテで地元の資源を再活用！ 平内の素晴らしさを、みんなに伝えたい

ひらない暮らし 北限椿舎　代表

辻井 輝子（つじい てるこ）さん（49歳）



椿の殻を使った温かみのあるリース、とても小さなホタテ貝で作った可愛らしいピアス、廃棄されるガラスの浮玉を活用した一輪挿し・・。平内町の「ひらないまるごとグルメ館」チャレンジショップには、地域資源活用コーディネーターとして、ひらない暮らし北限椿舎を営む、辻井輝子さんの作品がスタイリッシュに並ぶ。

「平内町には、国の天然記念物であるツバキ自生北限地帯や、陸奥湾の恵みを受けたホタテなど、ほんとうにいいものがたくさんある。それを多くの方々に知ってもらいたいんです」と話し始めた。

青森市生まれの辻井さんは、地元の高校、札幌の短大、東京の専門学校で学び、テレビ局のスタイリスト、大手雑貨店店長、アパレルメーカーで働く。「ところがコロナで業界は厳しくなり、親も高齢になったので、今後の人生を考え自然が多いのんびりとした海辺の町に住みたいと思うようになりました。地域おこし協力隊を検索したら、平内町に椿を活用した町づくりの募集があったのです。東京で得た自分の力を発揮したいと、すぐに応募しました」と明かす。

採用後、まずは椿のことを勉強し、地元の方と交流。夏泊の椿は天然記念物に指定されていて勝手に使えないため、夜越山の椿を活用。採取から乾燥、保存まで、すべてひとりで作業をこなし、リースを作り、若いお母さんたちが集うマタニティサークルで作り方を伝え始めた。そして町内外のイベントに出て、平内の椿の素晴らしさをアピールしたり、八戸市内の高校生や大学生、地元のパン屋さんを巻き込んで椿の酵母を使った蒸しパンを作ったり、椿の油を絞って椿オイルを作り、椿のリップバームや椿の香水の作り方講座、ワークショップを開催し、精力的に活動を展開していった。

そんな中、いつも事業をサポートしてくれる女性から「3年で協力隊を卒業して、今までの活動をやらねってなったら自分勝手すぎるからね。町の人にも失礼になるから、ちゃんと考えて行動した方いいよ」と言われたという。「いつも、ご飯食べに家さ来いって言ってくれる方だったのでショックでしたが、その言葉は、この仕事をずっとやり続けようと決めるきっかけになりました」と打ち明ける。そして平内町で最初の地域おこし協力隊卒業生となり、町内に土地と家を購入。2026年度から個人事業主として活動を行っている。



平内の良さを伝える活動の輪は、漁師さんへも広がっていった。「椿だけじゃなくホタテでもなんかできないかって連絡をもらったんです。見たこともない小さなホタテ貝は、海洋プラスチックで作った飾りとセットでピアスを作り、捨てられるはずのガラス玉は一輪挿しとなって美しく蘇りました」とにっこり。作品は、青森県内はもちろん、東京のイベントでも販売しているという。

「実は私、平内町にきて最初は猫をかぶっていたんです。東京に25年いたからって標準語で話したり（笑）、いい子でやろうと。でも親身になってくれる地元の方や漁師さんたちと触れ合って、これではダメだ、本当の自分を出した方がいいって。そしたら活動に協力してくれる人がどんどん増えていって、私自身もすごく居心地が良くなった。大好きな海のある穏やかな平内町に来て、ほんとうに良かったです。今後はものづくりにとどまらず、この素晴らしい町への移住体験や漁師さんとの交流など、いろんなことに取り組んでみたい。そして平内に生まれた人が、この町は、ほんとうにいい町だと思って楽しく活動できるしくみづくりも整えていきたい」と夢を語った。

清水典子の 見つけた！あのもり人。

県人会を県出身者の拠り所にチームワークの大切さは野球から学んだ

東京青森県人会会長　**柳田 一弘**さん（弘前市出身）

［第58回］



今年の弘前ねぷたまつりの初日、東京青森県人会会長として、出陣式に臨んだ。名前を呼ばれると、腹の底から湧き上がる思いと共に誰よりも大きな声で「ヤーヤードー」と応じた。

「法螺貝が鳴ってスタートとなると感無量です。東京にはふるさとの祭りに来たいけれど来られない人もたくさんいます。東京のみんなの思いを背負ってじょっぱります」と柳田一弘さん。東京青森県人会は首都圏に暮らす県人や県のファンが集う拠点として大切な役割を果たしている。

一弘という名前だが、次男。「野球好きの父親が長男は正一、私はプロ野球選手の山内一弘から名前を取ったと聞いています」。父の思いを受け継いだ正一、一弘兄弟は野球少年に育ち、二人とも野球の特待生として東奥義塾高校に進んだ。一弘さんは卒業後実業団で野球を続けた。ポジションはキャッチャー。「自分には女房役、脇にいるのがあっています。青森県人会会長にという話が来た時、実は不安でした」と話す。柳田さんはダンディでソフトな語り口が魅力。的確な判断力は企業のコンサルタントをする仕事柄でもある。

◆40歳で資格を取り独立

中小企業診断士は合格率5～10パーセントという難関な国家資格。40歳で試験を受け、一回で合格。税務、会計、労務、ITなど幅広い知識を基に、さまざまな企業をサポートしていく。人が好き。コミュニケーション力の高さは野球を通して学んだという。

◆東京青森県人会会長の任務

4年ほど前、県人会会長にという話が舞い込んだ。コンサルタントの仕事も忙しい中、自分にできるのか悩んだ。弘前市で実家を継いで酒屋を営む兄に相談した。「忙し過ぎて女房を泣かさないなら、やってもいいじゃないと兄に言われました。女房に聞くと、やりたいんでしょうと言われ、決断しました」

コロナ禍を経て会員も減り、会長として何ができるのか、考えた。どんな集まりでも必ず顔を出すようにした。首都圏には東北町ふるさと会、東通村ふるさと会など37のふるさと会があり、県出身者の同窓会が33ある。「会長になった時、青森県の地図を渡されました。高校まで青森県にいたけれど、県のことを隅々まで案外知らないものですから、地図を見て勉強しました」と笑顔を見せる。

◆県人会を社団法人に

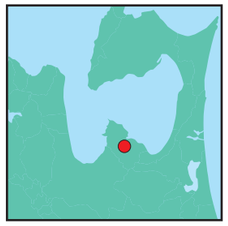
これまで任意団体だった東京青森県人会を法人化した。「県人会が主催する『青森人の祭典』では多額のお金が動くのできちんと税を支払うなど信頼性と透明性を保ちたいと思いました。未来に向けて持続していくことの出来るシステム、ルールを作りたいと考え、法人化には4年掛かりました」

県人会では毎月、会員に向けて会報誌『東京と青森』を発行し、この夏で700号となった。「ヤナギダ会長が行く！」のコラムを担当し、首都圏で開催される県関係のイベントやふるさと会を探訪し、写真と文章で紹介するなど、フットワークの軽やかさ、アクティブさはピカ一。「ふるさと便り」では県内の情報を伝えるなど、読み応えのある会報誌だ。

「野球から学んだのは、俺が俺がという考えがあると試合で勝てないこと。チームのみんなを信じることの大切さ。チームワークを保ちながら、仕事も会長職もやっていきたい」と話す柳田さん。襟元にはリンゴの形の津軽塗のピンバッチと青森県の形をしたピンバッチが光る。「身に着けることで、青森の話に繋がっていきます。青森のファンを増やしたい。青森はおふくろみたいな存在ですね」。青森県の広報マンとしても活躍中だ。

ホッとタイム

津軽に生きる女性たちを取材したいと「私的に素敵」の連載を始めて30年以上が経つ。形に残したいと2冊の本にまとめ、自費出版したこともある。出版には費用が掛かり、3冊目は断念。2022年から再開した「私的に素敵―そのあとに」ではかつて取材した人の20年後、30年後の今を紹介している。本はあきらめたが、何かの形にしたいと考え、8月、弘前市立百石町展示館を会場に、写真家栗形昭一さんと共に、一人の人間を写真と文章で紹介する「写文展」を開いた。来場者が一点一点丁寧に文を読み、写真を鑑賞してくれたことに感激しました。自分の人生、生き様をカタチにしたい人、写真と文章で子や孫に残したい人、募集中です。一心に話を聴いて、カタチにしますよ。（清水典子）



市町村めぐり

[平内町]

青森県のほぼ中央、海と山の風景が美しい平内町は総面積約217平方キロメートル、人口約9400人。県内にある下北半島、津軽半島、夏泊半島と、3つの半島のうち、町単独で半島を有するのは、平内町の夏泊半島だけだ。

満潮でも渡れる橋を歩いて、夏泊半島の先端に浮かぶ大島へ向かう。ヤマセの時期、橋の右側の海は白波が立って荒れているのに左側の海は波もなく穏やか。逆に西風が吹くと、左右の海の様子が逆になる、不思議な光景が現れる。晴れた日には、遠くに岩木山も見えるという。

青森市久栗坂、浅虫から平内町浅所にかけての海岸周辺は、浅虫夏泊県立自然公園に指定されている。

大島の春は、カタクリの花が可憐に咲き、夏は海の色が透明に煌めき、冬は深緑に染まる…季節で異なる海の色が存分に楽しめる。

島の突端には灯台があり、陸奥湾全体を一望できる。

毎年5月、ヤブツバキが咲く椿山は、自生北限地帯として国の天然記念物に指定されている。

海水浴場のある椿山海岸は、日本の渚・百選のひとつだ。

一周約42キロメートルの夏泊半島。

青森市から向かうと、鴎島、茂浦島、双子島、大島、松島と5つの島を眺めながらドライブを楽しんだり、途中下車して、海や椿と戯れ、大自然を満喫できる。



夏泊半島 大島



特別天然記念物
（小湊のハクチョウおよびその渡来地）

浅所海岸 松島・小松島



天然記念物

ツバキ自生北限地帯

街角インタビュー



平内町 地域おこし協力隊
店家（たなけ） 潤治（じゅんじ） さん（57歳）

宮崎県宮崎市から一年前、平内町に移り住み、学校部活動の地域移行支援とスポーツ振興を担う団体の創設・運営に携わっています。

宮崎ではJAに勤務しながら日本スポーツ協会公認の指導資格を持ち、宮崎でバレーボール中学選抜チームの監督をしていました。

定年を前に、いつか全国をまわってみたいと思い、ハローワークで全国のスポーツ関係の仕事を探していたら、最初にヒットしたのが平内町の地域おこし協力隊でした。

着任してまず驚いたのは雪です。ひと冬で2回も水道管を凍結させてしまいました。津軽弁にも苦戦していますが、何度も聞き返して意思の疎通をはかっています。

そして平内の人は、とにかくみんなあったかい。現在、平内中学校のバレーボール部、柔道部など5つの部活動をモデルケースとして、地域団体に移行する仕事をしているのですが、皆さんとても協力的です。平内中学校のバレーボール部の指導もお手伝いしていて、生徒達がどんどん伸びていく姿に嬉しさを感じます。

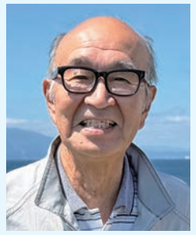
地域団体への移行に向けては、子ども達が主役であることを一番に、大人がしっかりサポートできる体制を築いていきたいです。私が大好きなバレーボールは、チームプレーです。競技を通して仲間をフォローし合う素晴らしさを、しっかり伝えていきたいと思います。そして人が優しい平内町に、ずっと住み続けていきたいです。

特集

おらほの一番

下北半島の付け根、
東に下北丘陵、西は陸奥湾に面し
春には菜の花が咲きほこる、
自然豊かな横浜町の
イベント、人、施設を紹介します。

横浜町観光協会会長　**杉山　徹** さん（75）



本州一の作付面積を誇る横浜町の菜の花畑。毎年開花宣言を行なっているのが、横浜町観光協会の杉山徹会長です。

横浜町生まれの杉山さんは、大湊高校を卒業後、家業がドライブインと電気店だったこともあり、当時東京にあった松下幸之助のナショナル学園へ進学。「経営、修理、セールスのほかに、生き方を学んだのかなって思います」と振り返ります。

横浜町に戻って最初に行ったのは、個人事業主から会社組織への変更です。「経営者だった親父を辞めさせて、私が社長になりました」と笑います。

そして取り組んだのが商品開発です。「これまではドライブインで仕入れたものだけを販売していたのですが、それではいけない。もっと横浜町をアピールするためにも、地元ならではのお土産品を作ろうと思いました」と話します。

最初に開発したのは「菜の花せんべい」。南部せんべいのゴマがついた部分に菜種をまぶし、菜種油で揚げたものです。ほかにも、菜の花ソフトクリーム、菜の花マヨネーズ、ナマコアイス、ナマコストラップなど、すべて地元のものにこだわって年に一つのペースで作り続けたそうです。

「菜の花の作付面積が北海道の滝川を抜いて全国一位になったのをきっかけに、町も菜の花の町として推進してきましたし、観光を盛り上げるためには、見る菜の花にモノがプラスされていないといけない。菜の花の商品は、今でも残っているもの、消えてしまったものもあるけれど、楽しかったなぁ」と懐古。

開発した商品は、県の物産展で、全国や海外をまわり販売してきたといいます。コロナ禍ではショックを乗り越え、トラベルプラザ・サンシャインと海の間に野営場を作って喜ばれました。

菜の花フェスティバルの会場には、ラブラブベンチを作ったり、ハッピーコールベルを設置したりと、町の観光に尽力してきました。

「横浜町は穏やかでいいところ。浜っ子だから、潮風に吹かれて育っているから、海のないところに行くと具合が悪くなる。やっぱりここから離れられないんだなぁって気がするんです」

3年前にドライブインの経営を譲渡し引退してからも、自ら菜種油を作るなど、動き続けている杉山さん。

これからの夢は「横浜町の菜種を、いろんなところに植えること」とキッパリ。すでに秋田県の二ツ井に植えています。「菜の花の花言葉は、小さな幸せ。横浜町の菜の花の幸せの輪を、どんどん広げて、みんなに幸せになってもらいたい」と語っていました。



菜の花フェスティバル in よこはま

日本有数の菜の花の作付面積を誇る横浜町で、平成3年から毎年、菜の花が見頃となる5月中旬に開催されている一大イベントです。メイン会場は、横浜町大豆田地区特設会場と、横浜町自然体験ランド「自然苑」付近。

約1000人のランナーが菜の花畑を横切りながらゴールを目指す菜の花マラソン大会、菜の花大迷路、特設ステージでのショー、ビンゴ大会など、多彩なイベントが行われます。

会場では、菜の花で作った商品や、山海のめぐみあふれる海の幸、山の幸など、横浜町の特産品を販売する露店も並び、大勢の人で賑わいます。

■問い合わせ先
横浜町役場産業振興課　TEL 0175-78-2111



横浜町ふるさとのまつり　夏まつり

毎年8月14日に、三保野公園と横浜漁港で開催される、お盆恒例のイベントです。

「いも煮会」では、横浜町で収穫した新じゃがを使った・いも煮が無料配布されるほか、隣接する三保川では約1,000匹のヤマメを手づかみする無料の「魚のつかみ取り」、役場の駐車場では「夏休みちびっこ広場」が開催されます。まつりのハイライト「花火大会」は迫力満点です。

■問い合わせ先
横浜町役場産業振興課　TEL 0175-78-2111



三保野公園

三保川に隣接した、見晴らしのいい町民の憩いの場です。遊具、サッカー場、テニスコート、バスケットコート、ステージ、多目的広場などがあり、ピクニックに最適。「いも煮会」の会場にもなっています。

■問い合わせ先
横浜町役場産業振興課
TEL 0175-78-2111



横浜町郷土館

貴重な横浜町の郷土資料や町の歴史を後世に伝えようと、2025年「交流館 どんどりの里」を改修して道の駅の隣にオープンした、横浜町郷土館。

コンセプトは、伝える、学ぶ、活かす。「海のくらし」「山海の恵みと町の繁栄」のゾーンでは、江戸から昭和期まで用いられていた貴重な漁具や写真を紹介しています。「里のくらし」「民俗芸能」「町のくらし」では、農業で使われていた道具や、生活で使われていた民具を展示。生活の中で受け継がれてきた民俗芸能を「タッチ型大型ディスプレー」で再現しています。

「縄文の祈りと桧木遺跡」では「桧木遺跡」から出土した縄文時代の遺物を展示。町有形文化財指定の「ホオジロザメの歯の有孔装身具」や「獣面突起付土器」など、貴重な品々が並べられています。

■問い合わせ先
横浜町郷土館　TEL 0175-78-6242



ほたて観音

横浜町の陸奥湾が見渡せる場所にある、ほたて観音。陸奥湾を背に大きなホタテ貝の上に立ち、両手でホタテ貝を大事に持っている姿の、陶器製・1.8mの観音像です。

陸奥湾がいつまでも美しい海であるように、漁業の繁栄と操業の安全、旅行者の健康と交通安全などの願いをこめて1992年に当時のサンシャイン・杉山徹社長が建立しました。

■問い合わせ先
横浜町役場産業振興課
TEL 0175-78-2111

2026年 菜の花フォトコンテスト 準特選
「新たな春と光の訪れ」撮影・佐沼洋幸



横浜八幡神社

平安時代、源家により鎮座された、源氏ゆかりの神社です。参道から本殿まで自然植生林に囲まれ、厳かな空気が漂っています。

■問い合わせ先
横浜八幡神社　TEL 0175-78-2094



横浜町ふるさとのまつり
秋まつり
横浜八幡神社例大祭

平安時代から続く、横浜八幡神社の例大祭です。毎年9月14日から18日まで行われ、初日の前夜祭では神事のあとに神楽舞や手踊りなど郷土芸能が披露されます。神輿渡御では、神輿を中心に13もの神楽団体が並び、100人にも及ぶ、袴・白丁装束の行列が、笛や太鼓、鉦の音とともに町内を練り歩きます。翌日は海上安全祈願祭、最終日には一斉祈祷舞が行われ、権現舞や獅子舞を間近で見ることができます。

■問い合わせ先
横浜八幡神社　TEL 0175-78-2094

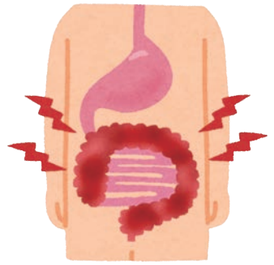
健康 96 大腸がん

この夏、68歳でこの世を去った、直木賞作家の東野圭吾さん。原因は大腸がんでした。日本人女性における、がん死亡数の第1位、男性第3位となっている大腸がんとは、どんな病気なのでしょうか。

大腸は、食べ物の最後の通り道です。小腸に続いて、右下腹部から始まり、おなかの中をぐるりと大きく回って肛門につながります。長さは1・5～2mほどで、結腸と直腸に分けられます。

大腸がんは、大腸表面の粘膜から発生する悪性腫瘍の総称です。早期の段階では自覚症状はほとんどありません。進行すると、便に血が混じる、便の表面に血液が付着するなどの症状があらわれます。

また慢性的に出血することによる貧血、めまいや、腸が狭くなることによる、便秘、下痢、便が細くなる、便が残る感じがする、おなかが張るなどの症状があらわれることもあります。さらに進行すると、腸閉塞となり、便が出なくなって、腹痛や嘔吐などの症状が起こります。



大腸がんの広がりや進行度は、ステージであらわされます。0から4までの5段階で表記され、ステージは、がんの深さや、リンパ節転移、遠隔転移の3つの要因を組み合わせて決定されます。

大腸がんの治療には、内視鏡治療、手術（外科治療）、薬物療法、免疫療法、放射線治療などがあります。また診断されたときから、がんに伴う心と体のつらさなどを和らげるための、緩和ケア支持療法を受けることができます。



治療後は、定期的に通院して検査を受けます。検査を受ける頻度は、がんのステージや治療法によって異なります。内視鏡治療を行ったあとは、主に大腸内視鏡を用いた定期検査を受けます。

一方、手術を行ったあとは、治療後3年目までは、3カ月ごとの血液検査や6カ月ごとの画像検査（CT検査）を受けます。また、大腸内視鏡検査も定期的に受けます。治療後4年目以降は、6カ月ごとに血液検査と画像検査を受けます。画像検査の間隔は、切除した大腸がんのステージ（病期）によって異なり、6～12カ月ごとです。定期検査が必要な期間の目安は約5年間です。



大腸がんの発生は、生活習慣と関わりがあるとされています。喫煙、飲酒、肥満などにより大腸がんが発生する危険性が高まります。女性では、加工肉や赤肉の摂取により大腸がんが発生する危険性が高くなる可能性があるといわれています。

そのほか炎症性腸疾患があると、大腸がんが発生する危険性が高くなるとされています。また大腸がんの発生には、家族の病歴との関わりも指摘されています。

日本人を対象とした研究では、がん全般の予防には、禁煙、飲酒をひかえること、バランスのよい食事をとること、活発に身体を動かすこと、適正な体形を維持することが有効です。



運動は、大腸がんの予防に効果があるとされています。食物繊維やカルシウムの摂取も、大腸がんの予防に有効である可能性が高いそうです。

大腸がんは早期に発見して適切な治療を受ければ、とても高い確率で治る病気です。40歳を過ぎたら症状がなくても、2～3年に一度は大腸カメラによる検査を受け、便潜血検査は、毎年受けることが重要です。



あいちゃんの 読んで得だね！

今回「やすらぎ」の取材で訪れた横浜町と平内町のとっておき情報をお届けします。

ほたて広場

《平内町》

青森ホタテの生産・販売の拠点づくりを目的に、青森県と漁業団体が一体となって建設された「ほたて広場」。

むつ湾で水揚げされる栄養満点で旨みたっぷりのホタテ貝を中心に、青森県内で捕れる魚介類、加工品、平内町の農産物などを販売しています。

２階の展示スペースでは、青森ホタテの歴史や資料などを紹介。野外のイベントスペースには、「ほたて貝絵馬祈願所」や「ほたて供養塔」などもあります。







■お問い合わせ
ほたて広場
TEL 017-752-3220
営業時間　9：00～17：00
休 館 日　毎週水曜日、12月31日～1月2日

道の駅よこはま「菜の花プラザ」

《横浜町》

下北縦貫道の延伸で、ぐっとアクセスしやすくなった、道の駅よこはま「菜の花プラザ」。物産館では、とれたての野菜や特産品のほか、菜の花ドーナツ、菜花ソフトクリームが人気です。

また、レストランでは、横浜町の食材を豊富に使った料理を用意しています。









■お問い合わせ
道の駅よこはま「菜の花プラザ」
TEL 0175-78-6687
開 館 日　4月1日～12月30日まで 無休
（大晦日12月31日と、元旦1月1日、1月2日は定休日）
1月3日～3月31日まで 毎週火曜日定休日
（火曜日が祝日の場合は翌水曜日が定休日）

あいちゃんのほのぼのコーナー

身も心も横浜町！の巻



♥取材こぼれ話

《横浜町》

♥横浜町でのランチは、トラベルプラザ・サンシャインへ。横浜町はもちろん、下北半島のお土産が揃う店内は、広々としていました。私たちはアツアツの「ほたてフライ」「味噌貝焼き定食」、海の幸たっぷりの「陸奥湾ラーメン」、特産のナマコを麺に練り込んだ「ナマコ蕎麦」、「ミニスタミナ丼セット」「サンシャイン焼きそば」をいただきました。どれも、とってもボリューミーでした。


ほたてフライ


味噌貝焼き定食

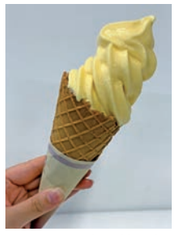

陸奥湾ラーメン


ナマコ蕎麦


ミニスタミナ丼セット


サンシャイン焼きそば

♥デザートは、ほんのり黄色い・菜の花ソフトクリーム。はちみつの味がとっても濃厚でとろ〜り美味しかったです！そして、その菜の花ソフトを、そのままカップアイスとして開発したのが「星のはてな」。津軽海峡の塩味や、下北の牧場の濃厚ヨーグルト味も美味！


菜の花ソフトクリーム


星のはてな

♥道の駅よこはま「菜の花プラザ」の物産館・惣菜コーナーでは、地元で生産されている「桜姫」という鶏の胸肉を、粗めのパン粉でカラッと揚げて四角いパンでサンドした「桜姫鶏チキンカツサンド」がおすすめ。町の名産をパンで挟んだ「横浜サンド」シリーズの第1弾で、ホタテと菜花を使った第2弾も開発中だそうです。


桜姫鶏チキンカツサンド


菜花ソフトクリーム

♥道の駅よこはま「菜の花プラザ」にある「菜花ソフトクリーム」は、菜の花の新芽を練り込んだご当地スイーツ。「菜の花ドーナツ」も人気ですよ。


菜の花ドーナツ

♥横浜町には手作り豆腐を販売しているお店があるんです。その名も「湧水亭」。「卵の花ドーナツ」は一番人気です。


卵の花ドーナツ

《平内町》

♥平内町のお土産は「ほたて広場」で！「ふりふりムール」は、電子レンジでチンして付属の粉をかけて、ふりふりするだけ。平内産のムール貝！美味しいですよ。♥もちろん、時期によって生のホタテ貝もあります。残念ながら生のホタテが店頭に出ない日は「蒸しベビーホタテ」がおすすめ。どんな料理にもぴったりです。ほかにも「ほたて干貝柱」、「カリポリ貝ひも」など、ホタテのお土産がいっぱいです。



ふりふりムール


蒸しベビーホタテ


ほたて干貝柱


カリポリ貝ひも


♥ランチタイムは「ほたて広場」に隣接する「ひらないまるごとグルメ館」のレストラン「ホタテ一番」へ。

私たちは「ホタテ漬け丼」(期間限定メニュー)や青森県産「海鮮三色丼」(期間限定メニュー)、青森県の県魚ヒラメの「ヒラメ三昧食べ比べ丼」(通常メニュー)を味わいました。ホタテ入り「鉄板ハンバーグステーキ」(期間限定メニュー)は、ハンバーグの中に丸ごとホタテが入っていたんですよ。「淡麗塩煮干しラーメン」(通常メニュー)もあっさりして美味しかったです。


「ホタテ漬け丼」(期間限定メニュー)


青森県産「海鮮三色丼」(期間限定メニュー)


県魚ヒラメの「ヒラメ三昧食べ比べ丼」(通常メニュー)


ホタテ入り「鉄板ハンバーグステーキ」(期間限定メニュー)


「淡麗塩煮干しラーメン」(通常メニュー)

♥レストランの入り口にあるチャレンジショップでは、本紙2ページの「あおもり人」で紹介した、辻井さんの作品がいろいろ並んでいました。椿の殻で作った「リース」、ホタテ貝と海洋プラスチックでできた「ピアス」。まるで革のように見えるボタンは、椿の殻でできているそう。ぜひ一度、のぞいてみてくださいね！


リース


ピアス


ボタン

くみあい 情報板

令和７年度一般会計決算概要

歳入（千円）	負担金	6,157,537
	財産収入	182,562
	繰入金	0
	繰越金	4,065
	諸収入	21,553
	計	6,365,717

歳出（千円）	議会費	3,401
	総務費	76,243
	給付費	4,226,670
	諸支出金	0
	積立金	1,300,000
	計	5,606,314

歳入歳出差引額 759,403千円　うち支払準備基金繰入額 750,000千円　翌年度繰越額 9,403千円

《退職事由別給付状況》

退職事由	人員(人)	金額(千円)
普通退職	322	708,555
長期勤続退職	21	202,362
定年、応募認定退職	150	2,967,060
特別職の退職	42	348,693
計	535	4,226,670

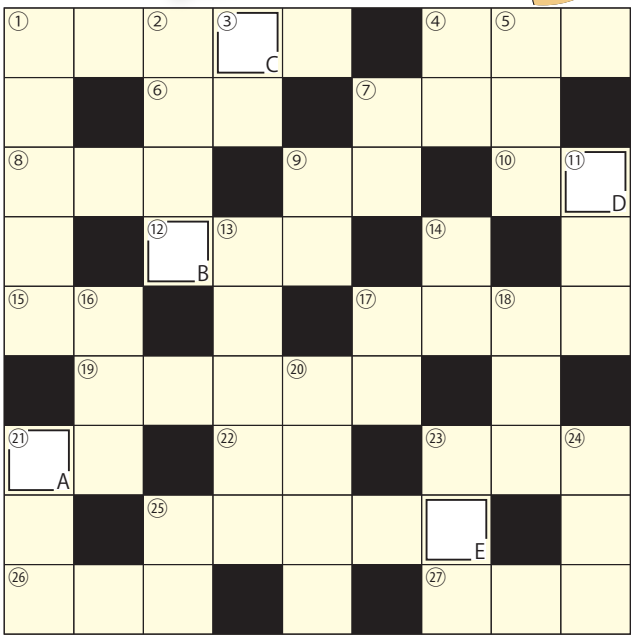
組合ホームページをご利用ください

https://aomori-taite.jp

（主な内容/概要･例規集･様式･事務の手引･試算･構成団体決算状況･リンク集･お知らせ）

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、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／2026年10月末日消印有効

〈タテのカギ〉
1.平内町の浅所海岸一帯は、「小湊の○○○○○およびその渡来地」として特別天然記念物に指定されています。2.地面より低い空間に作られた部屋のこと。3.縄文式や弥生式などがある、昔の容器。4.栗の実の、硬い鬼皮の内側にあるのは、薄茶色の○○皮。5.平内町は、「○○○の町」として知られています。7.ベンガル、マンチカンといえばどんな動物の品種？ 9.昨日の○○は今日の友。11.漢字では「燐寸」と書く、火を起こす道具。13.鈴に似ていることからついた、ジャガイモの別名のひとつ。14.平内町は青森県のほぼ中央に位置し、北は○○湾に面しています。16.中央の柱を軸に、ぐるぐる回りながら上り下りする○○○階段。17.まだ知られていない状態。○○の世界へ踏み出す。18.泡。「シャボン玉」は英語で「ソープ・○○○」といいます。20.年下の女きょうだい。21.年末だけ水揚げされる横浜町の海産物「横浜○○○」は、お正月に欠かせない珍味として知られています。23.「人魚姫」はアンデルセン童話、「白雪姫」は○○○童話。24.毎年、菜の花の開花期間にだけ開園される、横浜町の広大な菜の花スポット「菜の花大○○○」。25.恵みの雨。

〈ヨコのカギ〉
1.町のシンボルであり、学校の校章にもなっている横浜町の鳥は？ 4.会社を設立する元手となるお金、○○○金。6.「海のミルク」とも呼ばれる二枚貝。7.東北三大祭りの一つ、「ラッセラー！」のかけ声で知られる青森○○○祭。8.「○○○黙考」とは、心を落ち着かせ、黙って深く考え込むこと。9.こうと決めたら、○○でも動かないぞ！10.物事を行うためにかかる労力。○○暇かけて作りました。12.平内町のマスコットキャラクターは、町の花をモチーフにした「○○○ちゃん」。15.「おもて」の反対。17.横浜町のゆるキャラ、なっちゃんは何の妖精でしょう？ 19.青森県りんご試験場で「デリシャス」と「ゴールデンデリシャス」の交配により生まれた、大型りんごの品種名は？21.カレーと一緒に食べる、生地を発酵させ、窯の壁に貼り付けて焼いた平たいパン。22.訓読みで、雨かんむりに路は「つゆ」、では雨かんむりに相で何と読む？ 23.食通やおいしいもののこと。ご当地○○○、B級○○○。25.「文楽」とも呼ばれる日本の伝統芸術、人形○○○○○。26.「日本」「富士山」「東京タワー」など、特定のものを表すのは何名詞でしょう。27.辛く、いたたまれない状況を表す言葉「針の○○○」。

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70名）

〈前回パズルの解答〉

じゅうにこ

〈所属市町村等名・氏名〉

黒石市	三上瑛香	おいらせ町	尾駮淳
黒石市	藤田裕士	南部町	中村和徳
五所川原市	逢坂由紀子	中部上北広域事業組合	稲垣ちえみ
深浦町	山本豊加	八戸地域広域市町村圏事務組合	差波祥吾
大鰐町	前田祐美	つがる西北五広域連合	川浪友里