



「帽子」

旅先で思わず買ってしまおうものに帽子とTシャツがある。数えたことがないが帽子の数は二十を越えているだろう。主としてキャップなのでカジュアルものがほとんどだ。ただ、二つだけフォーマルなものがあり、しかもそれを頭に乘せたことはない。変な話だ。どうやら帽子に物語のようなものを感じているらしい。だからヨーロッパなどで帽子店のショールームの前を素通りできない。つい覗き込んでしまう。帽子にはさまざまな歴史があり、その目的、デザインは実に多様だ。今ではスポーツに使うキャップのようなものが世界共通のようだが、まだ本格的な専門店があるのだから、どこかではやはり人々の頭を美しく飾っているらしい。ぼくは映画やテレビの中でしかお目にかかっていないのだけれど。そういえば、映画中で英国の女性陛下の頭には獵のための素敵な帽子が乗っていた。フェルトのダーク・グリーンの色が目奥に残っている。

写真・文「あさい・しんぺい」写真家。1997年愛知県瀬戸市生まれ。早稲田大学政治経済学部中退。著書に「風の中の鳥々」The Windy Island」「田里の映像」など。TVサンデーモーニング(10月)にも出演。環境問題にも積極的に取り組んでいる。

映画

月とキャベツ

群馬県 中之条町

冒頭、あせらずにじっくり観てください。
だんだん引き込まれていきますから。
ビュアだった「あの頃」にかえりたくなるラブストーリーです。



四万温泉の「柏屋旅館」の貸切露天風呂。この日は山のあいだに三日月が浮かんでいました



花火の家として撮影された旧栃窪分校。現在は公民館となっています



伊参スタジオ。もとは廃校になった中学校で、映画「眠る男」の撮影拠点として使用されたのをきっかけに、「月とキャベツ」のほかさまざまな作品に登場している。群馬きっての有名ロケ地。伊参スタジオには撮影の資料やセットなどが再現されています。
<伊参スタジオ公園>
開館時間 9時～16時(1月～3月末は土日・祝日のみ開館。4月～12月は無休)
中之条駅から車で15分



■中之条町へのアクセス
上越・長野新幹線高崎駅からJR吾妻線で約1時間、中之条駅下車。四万温泉へは中之条駅から路線バスで40分。東京駅八重洲通りから高速バス「四万温泉号」運行中。
■写真提供
中之条町役場元気なまちづくり課
■観光の問合せ
中之条町観光協会 TEL0279-75-8814

気持ちの揺れ動きを
歌と映像美で描き出す

田舎でキャベツを育てている花火(山崎まさよし)。人気バンド解散後は曲が書けず、音楽活動から離れている毎日。そんな折、ダンスを志すヒバナと名乗る少女(真田麻垂美)が現れて……。

歌手・山崎まさよしの初主演映画。テーマ曲「One more time, One more chance」で彼の名は一躍知られることになりました。

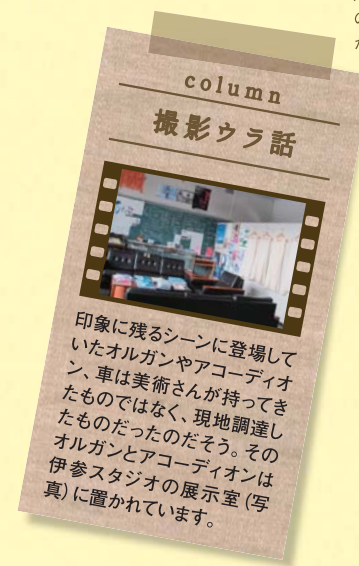
撮影は1996年、草津温泉にほど近い中之条町をはじめ、高山村、嬭恋村などで行われました。中之条町には、花火の家(旧栃窪分校)や、監督やキャストが寝泊りした伊参スタジオがあります。

この瞬間が永遠であってほしいと願うラブストーリー。甘美で切ない世界がここにあります。じわじわと迫る感情を、歌にのせて美しく描き出しています。

公開後16年あまりが経ち、町の様子も少しずつ変わってきていますが、今もなおファンが訪ねてくるところに人気うかがえます。ただ映像を眺めているだけでも心に染み入ってくる佳作です。



積善館本館。右側が昭和5年築の元禄の湯。朱塗りの慶雲橋は映画「千と千尋の神隠し」のモデルともいわれています



印象に残るシーンに登場していたオルガンやアコーディオン、車は美術さんが持ってきたものではなく、現地調達したものだそう。そのオルガンとアコーディオンは伊参スタジオの展示室(写真)に置かれています。

気になるご当地グルメ



あがししコロッケバーガー
吾妻地域の山で育ったインシシ「あがしし」のミンチをまぜこんだコロッケを甘味噌ソースで味付け。四万温泉「柏屋カフェ」にて。上の温泉マークプーチーノは店の名物。



(上) スマートボールが楽しめる遊技場。お母さんがひとり盛り盛りしています
(右上) 塩の湯飲泉所。四万温泉では、温泉粥など温泉水を使った料理が自慢のところも多い。くせはなく、ほのかな塩味がする程度



tsumuji(つむじ)
中之条の街中にあるふるさと交流センター。観光案内を行うほか、足湯や地元アーティストの作品や特産品・軽食を販売。カフェも併設

道の駅霊山たけやま
特産品を購入できる。隣接のそば処は、地粉で打ったそばが自慢



今月の作品
「月とキャベツ」
1996年公開
監督 篠原哲雄
脚本 篠原哲雄・真柴あずき
製作 西友・エースピクチャーズ
ニシネゼン
配給 エースピクチャーズ

取材・文/星 裕水(ほし・ひろみ)
出版社勤務を経てトラベルライター兼編集者に。オールアバウト「ご当地グルメ・名所の旅」ガイド。
サイトにて中之条町の旅も紹介中!
http://allabout.co.jp/gm/gt/1255/

アイデアつめて、
楽しく美味しく
とびきり
弁当の日

焼きそばパン弁当

野菜をたっぷり具沢山の焼きそばをつめたボリューム満点のお弁当です。フルーツなども添えて、ビタミンCや繊維質がとれるようにしましょう。



焼きそばパン

コッペパン…1ヶ
 やきそば…添付のソースとともに一人分
 人参のせん切り…3cm分 玉ねぎの薄切り…1/10ヶ分
 きゃべつの葉の乱切り…大1枚分 豚切り落とし肉…50g
 サラダオイル…少々 紅ショウガ、青海苔…各少々

①テフロンパンを中火で温め、サラダオイルを入れ、豚肉を炒める。色が変わったら野菜類とそばを入れ、水少々を入れて炒めほぐす。市販のソースを入れ炒め合わせる。中央に切り込みを入れてパンにはさむ。

②好みで紅ショウガを添え、青海苔をふる。

*ほうれん草の卵焼き

卵…2ヶ 塩、サラダオイル…各少々 塩茹でしたほうれん草…2~3株
 フライパンを中火で温め、サラダオイルをひき、塩を加えて溶いた卵を流し入れ、箸で半熟状に炒める。塩茹でしたほうれん草をおき、端から巻き付ける。転がしながら、卵に火を通す。まな板にとり、完全に冷めてから切り分ける。

*かまぼこチーズ巻き

かまぼこ…6cm チーズ…2切れ 海苔…1cm巾、20cm長さの帯状を2本
 かまぼこは4枚に切り分け、2枚でチーズ一切れをはさむ。半分に切り、海苔で巻く。

*りんご

焼きそばパンをオープンペーパーなどで包み、ほかのおかずは容器に詰める。りんごを添える。

POINT

コッペパンは小さなロールパンにしてもOK。おやつにもおすすめです。

料理/渡辺 麻紀 <http://www.makiette.com>
 写真/藤井 幸子 <http://www.stash-mg.com>

地球にやさしく、暮らしを彩る

手作りエコ雑貨 ⑮

春を待ちながら
上から下から交互に
編んで編んで編んで

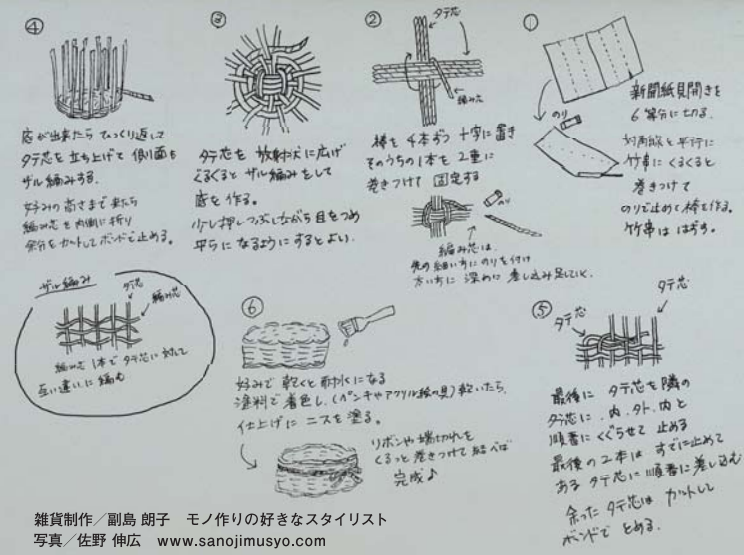


新聞紙でつくるカゴ

昔、流行ったチラシで作るカゴ。改めて見直すと、ちよつと色を塗ったり布を巻くだけで結構かわいいものです。あえて新聞紙で作るとちよつとガサツとしたところが素朴な風合いになります。塗装などはちよつと雑に塗るぐらいが味があってよいですよ。

材料と道具

- ・新聞紙 (直径16センチ高さ6センチのカゴで、見開き4~5枚)
- ・竹串
- ・ステイックのり
- ・ポンド
- ・ハサミ
- ・刷毛2本 (ニスと塗料と分ける)
- ・耐水性のある塗料 (アクリル絵の具やペンキなど)
- ・ニス (水性が匂いもなくお勧め)
- ・塗料などを入れる容器
- ・リボン、端切れ (お好みで)



雑貨制作/副島 朗子 モノ作りの好きなスタイリスト
 写真/佐野 伸広 www.sanojimuso.com

おきあが
起上り小法師
こぼし

山田民芸工房の起上り小法師

福島県会津若松の民芸品なかでも最も古く400年以上の歴史のある「起上り小法師」。何度倒しても起上るといところから、縁起がよいとされています。会津若松では毎年1月の「十日市」で売り出し、無病息災や家内安全を願って家族の人数より1個多く買い求め神棚に飾り正月を祝います。だるまのような形をした張子細工の人形が起上る仕組みは、粘土を丸めたおもりが底についているから。この素材でかわいらしい起上り小法師をひとつひとつ手作りしているのが山田民芸工房です。国内唯一の貴重な工房で体験教室では1人700円からオリジナル小法師が製作できます。東日本大震災から1年。何度でも、諦めないこと。復興へ向けて力強く立ち上がる希望のシンボルは今日も微笑んでいます。

■問い合わせ
山田民芸工房
〒969-0044
福島県会津若松市七日町1-235
8時~19時
(体験教室・要予約/9時~16時)
TEL 0242-231465



ひとつひとつ表情が違う。手作りのあたたかみを感じられ、見ている心が和み、愛着がわく。
起上り小法師 正月用 (赤・青)
各100円 高さ約3cm

何度でも立ち上がる強さ
「七転八起」の起上り小法師は
東北復興のシンボル



起上り小法師
小(赤・青) 300円 高さ約5cm

症状に合わせた

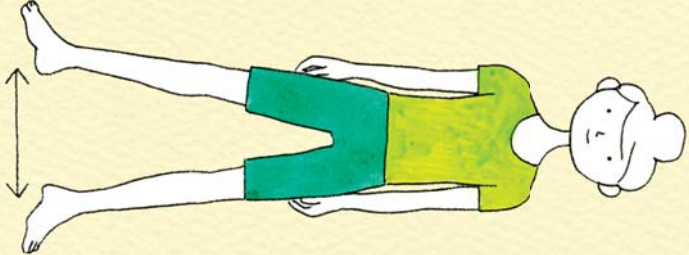
ゆがみ直し
均整体操 31

3月 生理痛

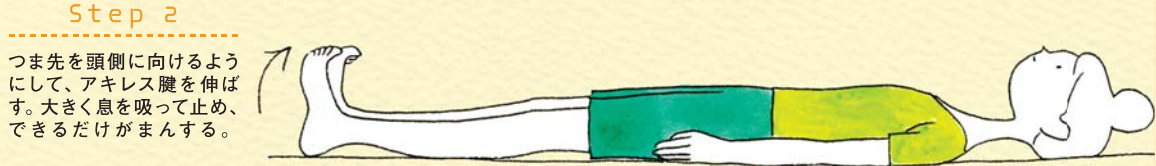
骨盤がねじれた状態になると生理痛が始まります。そして冷えます。骨盤のねじれをとり正常な動きに戻す体操です。生理と生理の間に毎日しましょう。不思議と軽くなっていきます。生理中は体操をお休みし、おとなしく体を冷やさないように過ごしましょう。



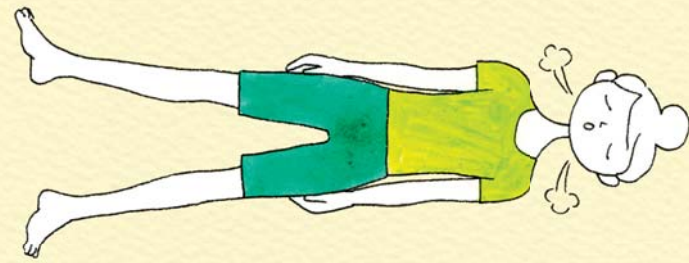
●手のひらぶらぶら、左右の手首で動きにくいほうがあるはず。ぶらぶらして左右同じ動きにしましょう。
(骨盤を左右の開きを整える方法)
●生理の2週間前になったら甘いものを避ける。



Step 1
両足を肩幅に開き、あお向けに寝る。両手は体の横に沿わせる。



Step 2
つま先を頭側に向けるようにして、アキレス腱を伸ばす。大きく息を吸って止め、できるだけがまんする。



Step 3
苦しくなったら息を吐いて脱力し、10秒間リラックス。

監修/松岡 博子
新宿高田馬場にてアピア均整院主宰。一般社団法人 身体均整師会理事。当研修センターでは施術体験者募集中。
<http://www.kinsel-gakuen.com/egg.html>

イラスト/タケイエミコ

パズル正解者の中から抽選で10名様に白十字製品をプレゼント!

今月のプレゼント FC防水フィルムフリーカットM (50mm×2m)
FC防水フィルムフリーカットL (100mm×1m)

葉書に住所、氏名、年齢、職業、電話番号とパズルの答え、ご意見・ご感想、hotlineの入手方法を明記の上ご応募ください。締め切りは、5月10日当日消印有効。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
[宛先]
〒171-8552 東京都豊島区高田3-23-12
白十字ホットライン編集部241号パズル係

12月(238)号ナンバープレースの解答
6 + 7 + 9 = 22

今月のつれづれ 24

ヘルスケア営業部 荒田亮

早いものでもう3月ですね!
東京では、5月22日に「東京スカイツリー」がオープン予定です。ギネス認定の高さと、その眺望は誰もが見惚れてしまう…との噂です。東京へお越しになられた際は、是非一度新名所「東京スカイツリー」へどうぞ。



ひねって、使って、知的トレーニング

ナンバープレース

- 太線で区切られた3×3の9マス(ブロック)に1~9までの1桁の数字がそれぞれひとつずつ入ります。同じ数字が重複してはいけません。
- タテやヨコの9マスの列にも、1~9までの1桁の数字がそれぞれひとつずつ入ります。こちらも同じ数字が重複してはいけません。全部のマスを埋めてください。
- で囲まれた数字の合計は?

A + B + C = □

9				1	8		3	
8	C	2				7		
7					9		A	4
		7	5	3			9	6
3	5						4	7
1	6			9	7	3		
4			2					1
		1				B	4	3
	2		4	5				8

パズル制作/角田 美里
<http://www.puzzle-crossword.info/>