

# うだんします かだちから

「うだちから」とは、宇陀に由来からある  
地域コミュニティの力(宇陀力)のことです。

このコーナーでは、市が取り組む  
「まちづくり」や NPO 団体などを紹介します。  
問 まちづくり支援課 ☎82・3910/IP ☎88・9094

## 1 環境美化活動

7月30日に協和分会、8月6日には  
本郷まち協が、それぞれの地域内で草  
刈りなどの環境美化活動を行いました。

### 〈大宇陀中央地域まち協 協和分会〉

協和分会では、プランターへの花植  
えを行い、地域内のバス停(3か所)  
に2個ずつ設置するとともに、バス停  
とその周辺の草刈り・清掃作業を行  
いました。きれいになったバス停は、利  
用者の方はもちろん、通行するすべて

の方に気持ちよく使っていただけ  
のことでしよう。今後は、プランターの花  
の植え替えも検討しています。



▲草刈り・清掃作業中  
(協和分会)

### 〈本郷まち協〉

本郷まち協は、地域内の幹線道路を  
中心に草刈り・清掃作業を行いました。  
それぞれグループに分かれて行いまし  
た。草刈、収集と、手際よく作業を進  
めていきます。生い茂っていた夏草も  
きれいに刈り取られ、歩道も見違える  
ほどきれいになり、歩きやすくなりま  
した。

まち協では、安全で安心な住みよ  
いまちづくりを目指して、これからも環  
境美化活動を進めていきます。

## 2 夏祭り

### 多彩な催しを 楽しみました

### 〈室生地域まち協〉

8月11日から20日にかけて、室生地  
域では6つのまち協で夏祭りが開催さ  
れました。

各まち協では、地域住民や帰省客に  
夏のひとときを楽しんでもらおうと、  
工夫を凝らした多彩な催しで祭りを盛  
り上げました。

西谷地区では、盆踊りのあと屋内に  
移動し初企画の演劇を鑑賞しました。  
向洲地区では盆踊りを生演奏で実施、  
二重三重に踊りの輪ができました。室  
生地地区は途中から雨に。会場を屋内に  
移して太鼓の演奏を楽しみました。室  
生大野では千本杵つきを多世代で実



▲本郷まち協の草刈り

施、早速つきたての餅を味わいまし  
た。多田地区では子どもたちがすいか割  
りに挑戦。棒が当たるたびに大歓声  
が上がりました。



▲向洲地区まち協 盆踊り大会

一方、三本松では全員が参加でき  
るそうめん流しを企画。子ども達も前  
から準備作業に加わり、竹製の樋や器  
を作成しました。当日は150人余り  
が詰めかけ、夏の風物詩を堪能して  
いました。



▲三本松まち協「初体験。流れてくる  
そうめんがおもしろい！」

### ③ 第7回 『まちづくり カフェinうたの』

菟田野まち協

8月24日、7回目となる『まちづくりカフェinうたの』。毎回いろんなテーマをもとに、講演や研修を行い、参加された方々がテーマに沿った話や討議をして、まちづくりについて考えます。

当日は、菟田野を中心に市内各所の20代から70代の方41名の参加がありました。年齢層の幅も広く、熱心にまた和気あいあいの雰囲気の中での話は、あつという間の2時間でした。

今回は、『どうして菟田野に？住んでみてどう？』をテーマに、数年前に

菟田野に移住された蛸原浩行さんに講演をしていただきました。菟田野に生まれ育った者にはわからない外から見た菟田野をスライドを使って、家族のこと、古民家のリフォームのこと、祭り、仕事、自然などについて熱く語っていただきました。



▲蛸原さんの講演風景

最後に人との関わりについて、「自分一人では何もできない、みなさんに支えていただき、迎え入れていただいたことに感謝をしている。」と話されました。

この後、参加されたみなさんにはグループごとにテーマに沿った内容で話をしていただきました。

その中で、菟田野に生まれ育った者は、自然が豊かなことは当たり前前にもうことや、今日ここにきている人々の話が聞けて良かったことなどの報告をいただきました。

現在は約3か月に1回の催しですが、将来的には毎月そして毎週何曜日の何時にここに来れば、「お茶してしゃべる場所になっている」そんな「まち

づくりカフェ」を目指しています。今回も多くの方に参加をいただき、大変有意義な時間となりました。次回もぜひ参加いただきたいと思えます。



▲討議中



## 〜クリ〜

今が盛り、みなさんおいしいクリご飯を食べましたか？そのとき渋皮はどうしましたか？多くの人は、渋皮を捨てたことでしょうか。でも、ちよつと待って。実はこの渋皮、アレルギーやアトピーを軽快させる優れものなのです。

しかし、いくらクリの皮がアトピーなどによくても、そのままでは食べられません。やはりそこには、乾燥と焙煎というひと工夫がいります。クリの渋皮を乾燥後、フライパンで少し焦げ目が付くくらい炒り、茶さじ一杯をきゅうすに入れて熱湯を注ぎます。しばらく置いた後、お茶代わりに飲めばよいのです。この渋皮を風呂に入れて入浴しても、同様の効果があります。また、昔からクリの葉は、ウルシかぶれに効

くことが知られています。山でウルシの木を間違えて折って、その汁が皮膚に付くとかぶれます。かぶれを治すのは、結構大変です。

こんな時に昔から行われていた治療法は、クリの葉を煎じた液を塗布するか、風呂に入れて入浴するというものです。効果が弱い場合、できるだけ濃い煎液で温布すれば、たいいの場合、改善できます。

クリは502年に書かれた名医別録に収載されているように、古くから薬用や食用に使われていました。煎液の外用では、ウルシかぶれをはじめとした接触性皮膚炎、湿疹などに、内服では腎臓病、るいれきや精力減退（クリの果実は腎臓病、るいれきや精力減退（クリの果実も入れる）などに効果があります。



▲アレルギーやアトピーに効果があるクリ

※当市で「薬草活用講演会」をしていただいた村上光太郎先生の連載より一部抜粋

薬草逍遙（やくそうしやうしやう）毎回「薬草」に関わる内容を連載でお届けする「コラム」です。