

花ごよみ

第29号 2011年3月 長野銀行

本誌は長野銀行で年金をお受取りの皆さまへ年2回お届けしております。

山国信州は、名水の国
信州／水景色を巡る旅
 北アルプスや南アルプスをはじめ、雄々しくも優しくそして緑豊かな山々に囲まれた信州は、同時に名水に恵まれた水の国でもあります。

今回は、人の暮らしや生きものたちの命を支える水景色を訪ねます。そこには、これからもずっと伝えていきたい水の物語がありました。

信州 楽しみたい 小さな旅

北信 木島平村

志賀高原の北に広がるカヤノ平高原は、日本一美しいブナの森です。樹海をなす天然林が、残雪の中に芽吹くとき、人は神秘さえ覚えます。

この美しい森はまた、雨水をその身に受けて大地で清め、蓄えています。水はやがて麓の村に湧出します。木島平村内山集落にある龍興寺清水もその恵みです。江戸時代初期にこの水を利用して紙をすいたのが「内山和紙」の起こりでした。

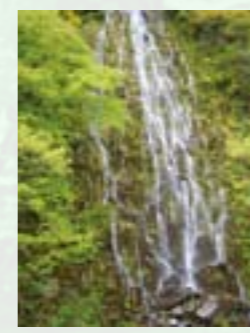


日本一美しいブナの森がもたらす水の恩恵

以来、冬の農家の副業として盛んに行われるようになり、今もその伝統技術を「内山手すき和紙体験の家」で学ぶことができます。

恵みの水はおいしい米づくりにも役立っています。「村長の太鼓判」は、近年注目を集めている木島平のプレミアム米です。ぜひご賞味あれ。

もうひとつ、樽滝も紹介しておきましょう。年に一度上流の発電所が余水を放水した時だけ出現するため、まぼろしの滝といわれています。放水は毎年5月8日です。



樽滝

東信 軽井沢町



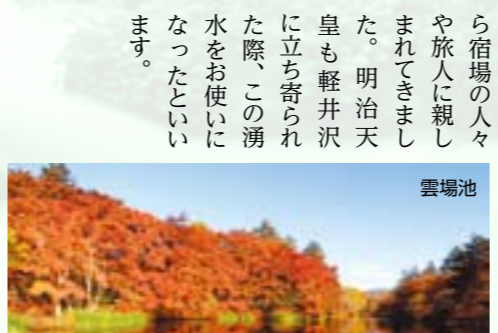
白糸の滝

名高い避暑地の水の情報 白糸の滝と雲場池

江戸期には宿場として栄え、明治よりは国際的な避暑地となった軽井沢からは、その自然と歴史が織りなす情緒豊かな水風景を紹介します。

白糸の滝は、軽井沢と北軽井沢を結ぶ白糸ハイランドウェイ沿いにあります。その幅70メートルにも及び、幾条もの清水が流れ落ちる様子は、まさに白糸のよう。周囲の緑と相まって、全景が日本庭園を思わせます。実はこの白糸の滝、湧

水を直下させるために人の手が加えられたものです。しかしその優美な姿をひと目見ようと訪れる人が絶えません。雲場池も軽井沢のよく知られた名所のひとつです。モミジやカラマツなどの木々が水面に映え、とくに紅葉の頃は絶景です。天皇陛下も軽井沢にご滞在の折は、お散歩を楽しまれるそうです。



雲場池

中信 安曇野市

安曇野はわさび田に代表されるように、水の豊かな土地というイメージがあります。しかし、幾筋もの川がなす複合扇状地のため、川の水は地下に沁み込んでしまい、扇端こそ湧水が豊富なものの、市街地のほとんどを占める場所は水が乏しい地域で、耕作には不向きでした。

そこで江戸時代に大規模な用水が計画されました。これが拾ヶ堰です。名のおりかつ

じっかせき 拾ヶ堰

一村びとの水にかけた思い

の10ヶ村を灌漑する用水で、奈良井川から取水し、梓川を横断、鳥川に至る約15キロあります。安曇野で最も大規模なこの堰は、横堰といって等高線に沿ってほぼ平行につくってあります。勾配はわずか3千分の1しかありません。近代的な測量技術の無い時代に、手掘りでも、しかも3ヶ月という短期で仕上げたというから驚きです。



道祖神



拾ヶ堰

南信 飯田市

猿庫の泉は、飯田市のシンボル風越山の山麓の松川渓谷に湧きます。環境省が定めた日本の名水百選にも選ばれています。

江戸時代から名水として高く、茶道宗偏龍不蔵竜溪が茶の湯に適した水を求め、天竜川をさかのぼっていた折、見出したと伝えられます。まさしく日本茶に向いた軟水で、容器持参で水を汲みくる人も多く、また泉の保存会により野点



城下町の茶の湯文化を育んだ猿庫の泉



猿庫の泉

た。時の城主堀公は、毎朝家臣に馬を駆けさせてこの水を汲み、茶を点てたそうです。猿庫の泉のように清く豊かな水に恵まれたことが、まさに茶の湯文化を開花させました。そしてお茶には和菓子がつきもの。南信州の小京都とも呼ばれる飯田には、和菓子店が数多く、それぞれに伝統の味を守っています。名水で淹れたお茶とともにぜひとも味わいたいものです。

シリーズ 信州温泉紀行 19



「イメージ」

鬼女紅葉の伝説が残る長野市鬼無里は、日本有数の「ミスバショウ」の群生地としても知られます。その奥裾花自然園の見ごろは、ゴールデンウィークから6月上旬にかけて。あわせて天然のブナ林も芽吹きの時を迎えます。

豊かな森を散策した後に立ち寄りたのが、公共の宿奥裾花温泉鬼無里の湯です。無色透明の湯は、臭いも薄く、肌触りよく、皮膚病、消化器病、婦人病、糖尿病、切り傷などに効果があるといわれます。日帰り入浴(大人500円)も宿泊もできます。

【問い合わせ】
 公共の宿奥裾花温泉鬼無里の湯 ☎026-256-2140
<http://kinasanoyu-actio.jp/index.html>

シリーズ 信州の味 1 酒粕

日本酒を醸すのに欠かせない水・米・空気、そのすべてがそろった信州は、全国に名だたる酒どころ。そこで今回注目するのは酒粕です。日本酒のもろみを絞ったあとに残る酒粕は、「かす」などと呼ぶのがもったいないほど栄養豊富なのです。悪玉コレステロールの値を下げるほか、心筋梗塞や動



脈硬化の予防にも役立つことか。他にもお通じが良くなったり、ダイエットや美容効果なども期待されています。それをよく知る信州人は、魚の粕漬や粕汁など、普段から酒粕を使った料理に親しんできました。今後全国からも注目必至の健康食品です。

伝統の食文化と、新しい時代の健康的な食材や献立を通じ、信州人の長寿を支える新島の「信州長寿食」を紹介します。

すこやか倶楽部

長野銀行で年金をお受取りのお客さまは、自動的に《長野銀行すこやか倶楽部》の会員となり、本誌(花ごよみ)の提供を含め左記のサービスをお受けになれます。

年一回 お楽しみプレゼント

「すこやか倶楽部会員証」と共に同封されている応募ハガキをご投函いただいた方の中から抽選で500名さまに「UCギフトカード」をプレゼントいたします。

記念品プレゼント

年に一度、素敵な品をお届けしております。
※プレゼント提供期間：平成23年4月～平成24年3月



年金サービスデー

年金振込月の15日、16日(当日が休日の場合は前営業日)に実施しております。両日は、心をこめた品をご用意し、皆さまの来店をお待ちしております。お気軽にご来店ください。

NB年金ツアー

サービスの行き届いた国内、国外のご旅行を各年1回ご案内しております。
※平成22年度
国内旅行…宮古島3日間
国外旅行…スペイン8日間



こだわる旅

毎月見たり、食べたり、体験したりと、さまざまなお楽しみを盛り込んだ毎月1回のバス旅行を実施いたします。ご参加いただくには、事前に「こだわる旅」の会員になつていただくことが必要となります。詳しくは、最寄の長野銀行支店窓口までお気軽にお問い合わせください。

団体傷害保険制度のご案内

会員の皆さまの急激かつ偶然な外来の事故によるケガの補償に備える「団体傷害保険制度」をご案内いたします。

同店内振込手数料無料

(窓口受付および自動送金サービスのみ)

お振込手数料のうち、同店内宛(注)の振込手数料(お振込金額3万円未満の場合210円、お振込金額3万円以上の場合420円)を無料とさせていただきます。
(注)同店内振込とは、「お客さまがお振込を依頼した店」とお受取人預金口座のある店が同一である場合の振込のことです。
自動送金サービスと同店内振込(お振込金額3万円未満の場合105円、お振込金額3万円以上の場合210円)をきめます。

年金相談

年金に関するご相談を専門家が承ります。フリーダイヤル0120-874-230へお気軽にお電話ください。



貸金庫利用手数料初年度無料

「貸金庫」および「セーフティケース」を新規にお申込みいただく場合、初年度の利用手数料を無料にいたします。
※初年度契約期間は、契約日から最初に到来する12月末日までとなります。

投稿ひろば

今回もたくさんお寄せいただき、誠にありがとうございました。誌面の都合上、全作品・全文をご紹介できませんが、何卒ご了承ください。

サービスの内容等について詳しくはお近くの支店窓口、または下記のフリーダイヤルまでお問い合わせください。フリーダイヤル 0120-771-023

短歌・俳句

- 招かざる来し誕生日十五日
夢まだ見たし時間よ止まれ
- 扇風機首を左右にふりながら
少し考えまたくり返す
- 万歩計早足止めてゆつくりと
歩け歩くと二万歩なり

松本市 新井さん



大町市 江津さん

- 空青く どこへ行くやら 赤とんぼ
- 実り待つ 甘く漂う ぶどう棚
- 涼風に 虫の声聞く 秋の宵



- 赤とんぼ 何を思案の 棒の先
- 膝つずき 八十路半ばの 秋扇
- 雨上がる ほどよき湿り 大根蒔く

佐久市 F・Yさん

- 梅咲きし枝の上にて鶯の
さえずり聞けば春真近し
- 蕎麦屋敷令嬢弾く旋律の
ピアノの音絶えなく零れておるなり

上田市 T・Yさん

- 窓口で受ける年金笑顔の輪

- 旅好きでこだわる旅で憂さ晴らし

長野市 Y・Hさん

- 彼岸花 親を忍んで 墓まいり
- 朝もやに かすかに見える 紅葉かな
- 柿うれた そばからモズが 食いついた
- 秋ふかし 果物好きが にぎやかだ
- 栗の実に 子供の頃が なつかしや
- 何見ても 揺れる思い なを消えず
- 双児ゆえ 何時になつても 目に浮かぶ

長野市 T・M(ペコちゃん)さん

岡谷市 M・Nさん



伊那市 M・Sさん

- 氏神社祭りの前の境内に
落葉集めて大焚火する
- 夜一夜雨音聞きつつ眠りゐて
目覚めれば今朝の晴天嬉しき
- 朝日射す庭の無花果熟しきて
ふれば柔し秋の深まる



長野市 F・Kさん



諏訪市 I・Yさん



長野市 Y・Aさん



塩尻市 I・Sさん



長野市 K・Wさん



安曇野市 S・Kさん

投稿 お待ちしております

●短歌俳句川柳詩絵画写真など、日頃の成果を誌上で発表なさいませんか? このコーナーでは、皆さまからの投稿を心よりお待ちしております。ご自慢のお孫さんと一緒にの写真や、我が家のペット自慢なども大歓迎。皆さまと一緒に楽しいページにしてみたいと考えております。
また、日々の暮らしの中でお感じになったこと、出会ったことなどを綴ったお便りや、長野銀行へのご意見・ご要望などもお気軽にお寄せください。