

## どうやって進めるの？

### さしより野菜推進係

を作りました

今年4月、宇城市保健福祉センターに新たに「さしより野菜推進係」を設けました。係長1人、管理栄養士4人、事務職1人の体制で、もっと野菜に着目してもらえよう事業に取り組んでいます。

## どんなことをしているの？

第一弾として

### Vege Shop(ベジショップ)

を認定しました

プロジェクト第1弾として、外食時でも自然と野菜が食べられるよう、健康づくりをサポートする18店を「ベジショップ(さしより野菜協力店)」として認定しました。(8月号45～47ページ)

7月号から連載もはじめています。今後は、野菜レシピのコンテスト“ベジ1コンテスト”の開催やホテル熊本ニュースカイのシェフ監修のオリジナルレシピ開発を行うなど、野菜をおいしく楽しく食べられるようなイベントを準備しています。

また、食生活改善推進員、健康づくり推進員や地域婦人会など、皆さんと一緒に地域活動の充実も図っていきます。



このポスターとロゴが目印です

## 市役所のこと もっと知ってもらおう！

今回のテーマは

### さしより野菜・たっぷり野菜

市長政策室 行政経営係 ☎32-1803

## スタートのきっかけは？

### メタボリックシンドローム と糖尿病の該当者が増えた ことです

市で実施している特定健診結果では、メタボリックシンドロームと糖尿病の該当者の割合が年々増加傾向にあります。

そこで「食事のはじめに野菜から食べる」といった簡単な方法で、食習慣の改善の一つとして、今年の3月から本格的に事業をスタートしました。

野菜から食べることで「血糖値の上昇がゆるやかになる」という大きな効果があると言われていました。

普段の食事に取り組むポイントは

- ①さしより、野菜から食べる
- ②次に、肉や魚類から食べる
- ③最後に、ごはん類を食べる

と覚えてくださいね。

## 変わった名前の由来は？

### さしより(熊本弁でまず・とりあえず) 野菜から食べよう の意味です。

みなさんの健康を願い、熊本らしい言葉で表現しようといういろいろ考えた結果「さしより野菜」というネーミングにしました。あなたも「さしより野菜」で健康度アップ!!



「蒙古襲来絵詞」(宮内庁三の丸尚蔵館所蔵)

17年ぶりの里帰り展示に合わせ、くまもと文学・歴史館の協力のもと「蒙古襲来絵詞と竹崎季長について」連載します。今回は同館の服部英雄館長による小川町海東と竹崎季長とのつながりの紹介です。

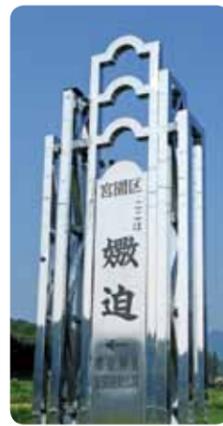
# 蒙古襲来絵詞が 熊本に帰ってきます その三



### 海東郷・嫩迫と竹崎季長

くまもと文学・歴史館 服部英雄館長

県道52号を小川から東に向かうと海東郷に入ります。大きな看板に「こは嫩迫」と書かれています。「嫩」って見慣れない文字、ちょっと驚きます。女と女の間、男、さらに迫る、うらやましい。何と読む? 「嫩迫」はワナンザコと読むのです。



今から700年以上も前のこと、あの「蒙古襲来絵詞」を作成した竹崎季長は海東郷の地頭でした。実は自

ら書き残した古文書に「わなりさかの屋敷」と記しています。

別の史料にも「わなり坂」と表記されています。1425(応永32)年、海東郷田代帳がそれで、郷内の地名(村名)が列記される中の一つです。海東阿蘇神社の西に隣接する集落が嫩迫(ワナンザコ)です。季長たちが言う「わなりさか(坂)」に違いありません。

「嫩」を地元では女が強いと説明しています。嫩には「うわなり」という意味があります。「わなり」は「うわなり」に同じで、妻がいる男性がさらに迎える後妻・妾を意味し、「うわなり打ち」という言葉もあって、先妻が後妻・妾を集団で襲いました。

嫩迫の中にヤクサンバルという通称地名があります。1424(応永31)年、海東郷甲佐社公事日記に「五月五日 やふさめ一番」九月九日 やふさめ一番とあります。玉名市の梅林天満宮の流鏑馬は、今もヤクサンバルと呼ばれていますから、ヤクサンバルのヤクサンも、流鏑馬の意味で、中世の地名です。この土地からの収入が甲佐社の流鏑馬運営経費に充当されていました。

もう一点、1293(正応6)年の竹崎季長置文もあり、御宮祭田として下小原町、小原町、野副里、岩下、

逆之谷という地名が見えます。小原町、野副野添は砂川左岸に、岩下は東海東に小字が残っています。

小原町には広い田が広がって、規格的な方格(碁盤の目)地割が見られ、一角には口の坪という坪の地名もあって、「小川町史」は条里制ではないかとしています。逆之谷は前掲の応永帳に「坂志谷」がありますからサカシタニと読むようです。

海東郷には竹崎季長が暮らし、見ていた世界が今でも残っています。驚きですね。

くまもと文学・歴史館 秋季特別展示会

### 「蒙古襲来絵詞と竹崎季長」

会期(前期・後期に分かれます)

前期 11月1日(木)～19日(月)

後期 11月21日(水)～12月17日(月)

※休館日 火曜、11月30日(金)

※展示資料保護のため、会期中に一部展示替えをします。なお、上図の場面は後期に展示します。

開館時間 9時30分～17時15分

会場 くまもと文学・歴史館

熊本市中央区出水2-15-1 (熊本県立図書館併設)

入館料 無料

問い合わせ

☎096(384)5000(代表)