



2018年（平成30年）創刊
一般財団法人 燈和会
〒849-0904 佐賀県佐賀市金立町薬師丸997番地1
☎ 0952-65-4216
FAX 0952-65-9650
E admin@touwakai.jp
http://touwakai.jp/

燈輝新聞



優益のチカラを食卓へ
通常購入 14,800円(税込)
定期購入 11,800円(税込)
内容量:720ml
賞味期限:製造日より半年
保存方法:要冷蔵10℃以下



全国の普及活動所より
お求め頂けます



また、話をする中で、「私に出来ることで、みんなに貢献したい。ぜひ、釣った魚をみんなに食べて頂きたい」

そして、当会の活動の進捗状況やプロジェクトに込めた想いなどを聞いていく度に、徐々に当会の活動に興味を持ち、賛同。長崎県で初めての普及所を開

てくれました。よく事務所に立ち寄っていました。時々、魚を持ってきては、さばいて、刺身などを振舞ってくれました。

伊藤さんは、長崎県北松浦郡小値賀島で漁業を営んでいます。法人設立の頃から、よく事務所に立ち寄っていました。時々、魚を持ってきては、さばいて、刺身などを振舞ってくれました。

伊藤さんの想いを、実現すべく、人の和で作る「益匠公益ネットワーク」提案。

小値賀島 漁師

燈和プロジェクト

利益をもたらし環境作り 想いで繋ぐ人の和

漁師直送

が、どうしたらよいのか。との相談を受けました。

伊藤さんの想いを、実現すべく、人の和で作る「益匠公益ネットワーク」提案。

打ち合わせの末、近日、燈和益膳茶屋にて、毎月期間・数量限定で魚料理「刺身、焼き魚、煮魚」を提供することが決定。

春は「ブリ、ヒラス」、夏は「イサキ、伊勢海老、サザエ」、秋は「アカハタ、カンパチ」、冬は「クエ、ハガツオ」など。産地直送、旬の新鮮な魚を津江の地で頂けることに。

春は「ブリ、ヒラス」、夏は「イサキ、伊勢海老、サザエ」、秋は「アカハタ、カンパチ」、冬は「クエ、ハガツオ」など。産地直送、旬の新鮮な魚を津江の地で頂けることに。



ご自宅で長崎県小値賀島の魚をいただきたい方の為に直送コースは、次の通り。
・漁師お任せ
3千円コース
5千円コース
1万円コース
・チョイスコース
長崎の小値賀島で獲れた旬のものを、本物志向の新鮮で、美味しい魚を漁師直送で、お届け。まずは、ぜひお試し下さい。
燈和プロジェクト推進会員であることを伝えたいと、優先的かつ安価なものを提供すること。問い合わせは小値賀アイランド漁師伊藤（☎090・9406・1401）

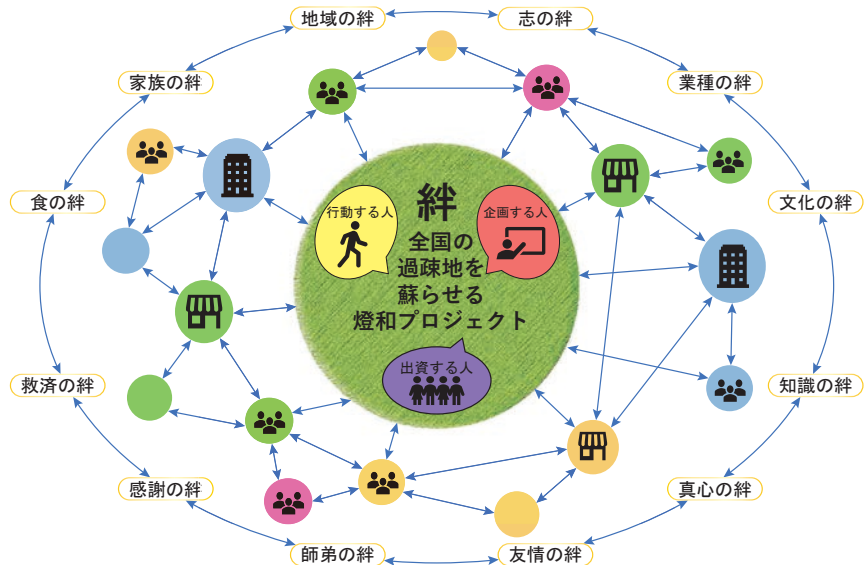
益匠公益ネットワーク

「益」…人や世の中の役に立つ事、ためになること。

「匠」…何らかの技能に通じた人、優れた技術を持った人。工夫する人、作る人、収める人。

「公益」…社会全体の利益・公共の利益となること。

即ち、社会全体に利益をもたらす志のある人々を私達は「益匠」と呼び、人と人をつなぎ、和のチカラによって、助け合い、多くの人々の役に立ってほしいという趣旨の下に、集まった仲間達を繋ぐネットワークです。



益匠公益ネットワークは、広範囲の繋がりを構築し、企業間や個人間の繋がりを取り持つ役割を担っており、日本文化の継承、匠の技術習得や過疎化、少子高齢化、貧困化等数々の課題は、必ずや人の和によって成し得るものだと思います。
少子高齢化の時代を生き抜く為に、必要な情報を会員の皆様に提供し、ネットワークを通じて、一早く備えられる環境作りを目指します。

端午の節句をお祝いしよう

端午の節句とは

端午というのは、もとは月の端（はじめ）の午の日という意味で、5月に限ったものではありませんでした。

しかし、午（こ）と五（ご）の音が同じなので、毎月5日を指すようになり、やがて5月5日のことになったとも伝えられます。

日本の端午の節句は、奈良時代から続く古い行事で、当時の日本では季節の変わり目である端午の日に、病気や災厄をさけるための行事がおこなわれていました。この日に薬草摘みをしたり、蘭を入れた湯を浴びたり、菖蒲を浸した酒を飲んだりという風習がありました。菖蒲は薬草で、邪気を避け、悪魔を払うという昔からの信仰があり、節句にはヨモギとともに軒にさし、あるいは湯に入れて「菖蒲湯」として浴しました。

鯉のぼりのイベントへ向け準備

端午の節句の歴史は長く、由来は諸説ありますが、風習やしきたりは、時代に合わせて少しずつ変化しているように思います。しかし、その背景にあるのは、人の想いです。

当会では、燈和プロジェクトに込めた想いが人から人へと繋がり、作り出される人の和に感謝の気持ちを込めて、5月に鯉のぼりイベントを開催します。未来のあの子供たちの成長を願い、イベントの準備を進めています。



鯉のぼり 大募集！！

～あなたの「鯉のぼり」を廃校で泳がせよう！～

廃校になって7年。これから多くの人が訪れる場所に、鯉のぼりを泳がせてみませんか？

このグラウンドに鯉のぼりの輪をあげよう！
何十年も、しまっている鯉のぼりを小学校にあげませんか？

■募集内容

ご家庭で、役目を終えた「鯉のぼり」の寄贈をお願いいたします。

■掲揚期間

4月から5月上旬（ゴールデンウィーク期間中）

■掲揚場所

旧津江小学校グラウンド外周

■受付方法

郵送または宅配便にてお送りください。
（大変申し訳ありませんが、配送料金はご負担ください。）
※下記送付先までお持ちいただいても結構です。

お問合せ・鯉のぼり送付先

〒877-0311 大分県日田市上津江町川原2458番地3
一般財団法人燈和会「鯉のぼり係」
TEL0952-65-4216 FAX0952-65-9650
（受付時間：9時～17時 ※土、日、祝日を除く）

燈和ニユース

廃校再生プロジェクト

益蓬蒸部屋 進捗状況

『すべてが手作り』
全てを手作りにこだわり、小学校にあるものは、加工・再利用と、みんなの知恵を出し合いながら、日々作業を進めています。

当初の様子



「柱(2018年11月現在)」



「床貼り(2019年1月現在)」



胴縁打ち

腰板切り出し



現在は、腰板の取り付け中

発動機

発動機とは、動力をおこす機械。自動車用・船舶用・航空機用など各種の内燃機関の総称。エンジン。大正から昭和30年頃まで農家などで使われていた。かつては、エンジンがついた農業機械がなく、脱穀機やポンプにつなげる動力源として『発動機』が使われていたそう。国内各地の460社くらいのメーカーで作られていました。平成に入って収集を始めた方々の協力があり、平成の最後の年に、発動機の展示をすることになりました。その光景は、見る人を興奮させること間違いなしです。興味がある方も、ない方も必見です！

Before



After



人の和で繋がっていく

レオ・レオ二作、谷川俊太郎訳「スイミー」 小さなこいさかなのはなしという話を、ご存知でしょうか？ 次のようなお話です。

小さくて黒いスイミーという魚がいました。スイミーの兄弟たちはみんな赤い色をしています。ある日、兄弟たちと泳いでいると大きなマグロがスイミーたちを襲いました。スイミーは泳ぐのが速かったので逃げるのができましたが、兄弟たちは飲み込まれてしまいました。兄弟を失ったスイミーがひとり寂しく海の中を泳いでいると、ブルドーザーみたいなイセエビや、やしの木みたいなイソギンチャクなど面白い生き物たちに出会いました。スイミーは楽しく泳ぎました。

ある日スイミーが泳いでいると、岩陰にスイミーの兄弟に似た赤い小さな魚たちを発見しました。スイミーは魚たちに、面白い生き物がいるから一緒に見に行こうと誘いましたが、魚たちは大きな魚に食べられることを恐れ岩陰から出てこようとしませんでした。そこでスイミーは、みんなで群れになって大きな魚に見えるように泳ぐことを思いつきました。赤い魚たちの中でスイミーは目になって、みんなを力合わせて大きな魚を追い払いました。

こうしてスイミーたちは大きな魚を気にすることなく海の中で楽しく泳ぐことができるようになりました。

スイミーは、孤独に海を泳いでいる中で大きな魚に立ち向かっていくための勇気と知恵を身につけました。仲間と協力する知恵、自分の特徴を活かす知恵、怯えることなく向かっていく勇気。これらは最初に兄弟たちを失ったときのスイミーにはなかったものです。一度は兄弟を失い孤独になったスイミー。しかし、スイミーは、孤独の経験により自分の価値を見出しました。だから私にできること。」そのような、一言から、一つの企画（益匠公益ネットワーク）が生まれました。また、今回の巻末のつえびと紹介には「お友達のお友達は、お友達」の一言。大分県日田市上津江を拠点に、地元から近隣へ、県外へ、そして九州から、全国へと、どんどん「人の和」で繋がっています。

その繋がりを大事とし、さまざまな人々と協力する知恵、それぞれの特徴を活かす知恵、これからの少子高齢化社会に向かっていく勇気を、具現化し、備えていく活動を続けていきます。

漢方薬剤師一寸話

第十話

「唾液の毒消し効果」

一口30回噛もう、これでガンも減るかもね



漢方相談 あうん堂薬局
漢方薬剤師 梅田 秀男さん

皆様こんにちは。3月半ばともなつてきますと、桜の芽もちらほら咲いています。寒い暖の差も激しく、体調を崩すのもこの頃です。

この前、近くの郵便局に行った時のことですが、たまたま私一人でして、女性従業員の「梅田さん、これを見て」と壁際にある液晶モニターを指さしました。そこには、二人に一人ががんの時代が来るア○ラ○ク保険なんて書いてましてね、これも統計的な数値があるのでしょうか。

また、医療の面でも、すこぶる発達してきて、個々の臓器を標的にする抗がん剤が、次々と開発されているようです。

これはこれで、素晴らしいことなんです。が、ただ私がいつも思うことは、「なつたら」という前提のもとに、いろいろ考えられていて、「ならないように」するには、どうすればよいのかは、余り聞こえてこない。

今回、ご紹介させていただくのは、人の体をもともと持っている、

防御機能を再認識してもらいたいということです。

では、前置きはのくりにして、第八稿での発がん物質と言われている代表的な13種類の食品に含まれている化学物質が、唾液と混ざり合った後の変化を紹介します。元の※

図1は西岡一著「あな」の噛む長寿学よりお借りしました。

この実験は、大学生男女100人以上と、その家族を含めた各年齢層約400人から唾液を集めて毒消し効果の実験が行なわれました。

上から、トリプロ1は、焼き焦げ、アフラトキシンは、カビ毒（最強の発がん物質）AF-2は、食品添加物4NQO、MNNG（ニトロソ化合物）ハム、ソーセージに含まれる、MMS（アルキル化剤）、ケルセチン（フラボノ化合物）、ベンツピレン（大気汚染物質）

では、唾液の中の何が、そのような毒消し効果を発揮するのでしょうか？次に、唾液の成分※表1を同著からお借りします。

この中で、毒消し効果の主役は、ペルオキシダーゼ、カタラーゼ、アミラーゼ、α-アミラーゼ、β-アミラーゼ、リパーゼ、スリマーゼ、GOT（アスパラギン酸アミノトランスフェラーゼ）、GPT（グルタミン酸ピルビン酸トランスフェラーゼ）

ビタミン アスコルビン酸、チアミン、コリン、リボフラビン、ビタミンB6、パントテン酸、ピオチン、ビタミンB12、ビタミンK

ホルモン パロチン、プチアリン

表1

唾液の成分

酵素

ペルオキシダーゼ、カタラーゼ、アミラーゼ、α-アミラーゼ、β-アミラーゼ、リパーゼ、スリマーゼ、GOT（アスパラギン酸アミノトランスフェラーゼ）、GPT（グルタミン酸ピルビン酸トランスフェラーゼ）

ビタミン

アスコルビン酸、チアミン、コリン、リボフラビン、ビタミンB6、パントテン酸、ピオチン、ビタミンB12、ビタミンK

ホルモン

パロチン、プチアリン

無機物

Na, K, Ca, Mg, Cl, リン酸, SCN, I, F, Cu, Co

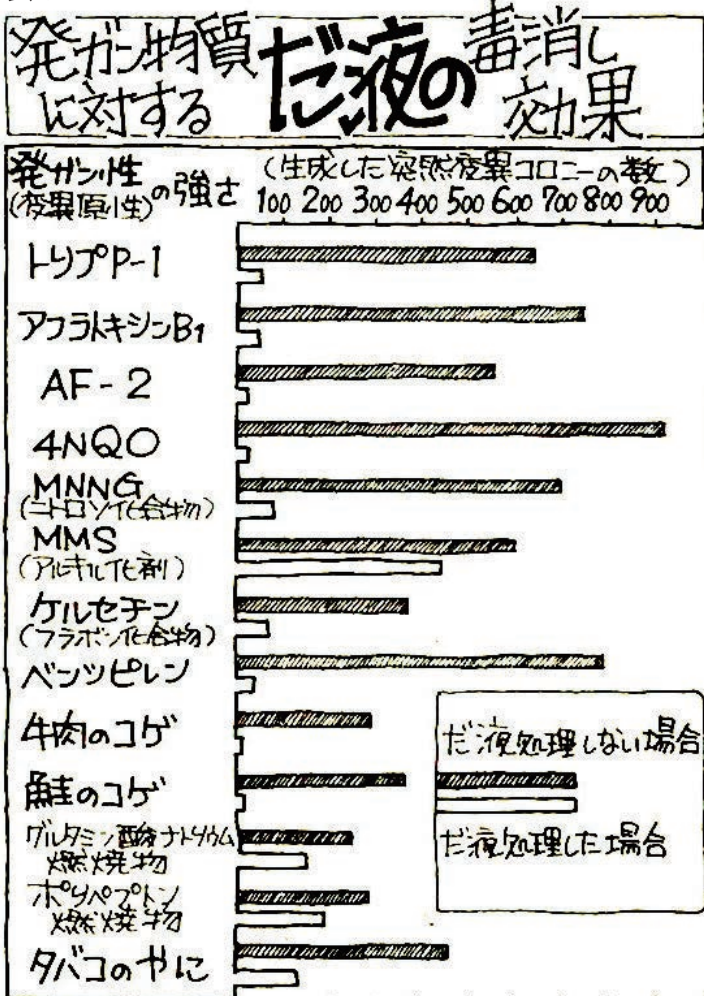
その他

たんぱく質、カリウム、グルコース、乳酸、クエン酸、アンモニア、尿素、尿酸



いづれも健康に重要な働きをします

図1



局長に対して、この研究成果を踏まえ、これからの食品や食生活のあり方について質問している。

しかし、それから今年で、38年という年月が流れ、忘却の彼方にあります。昔から食養生について素晴らし

- ① 忙しいすぎる
 - ② 白米の常食
 - ③ 柔らかい加工食品
 - ④ 学校給食
- 私は、玄米を一口30回以上噛んでいます。健康で太りません。

ぜひ燈和プロジェクトに参加し、共に作っていきましょう！

燈和プロジェクト推進会員募集のお知らせ

活動内容

一般財団法人燈和会は、これからの少子高齢化社会に備え、過疎化対策、貧困化対策、自然環境保護事業、伝統文化の継承事業を主として推進している団体です。日本では、少子高齢化社会を迎え、医療費の高騰が懸念されています。漢方の国内需要の約90%が中国より輸入。日本に於いては平成25年度あたりから生産の取組みをしてはいるものの生産技術、品種、生産価格等の問題により生産者は増えません。又、生産品種の原資は各国の法律や規制(ワシントン条約)等により限られた品種しか生産出来ません。

当会は、生益の生産を国産化する為に、生益栽培を基幹事業として生益の特質を最高に引き出し、地域に貢献したいと考えています。

既に日本では生産が困難とされる第一級生薬「天麻」を唯一単独で国産化に成功、更に良質で高価な生薬200種以上を土壌や気候を調べ地域別に栽培可能である事が判明しました。世界が混迷する中、理にかなった漢方の需要は欧州圏では年々高まっています。私達は輸入国ではなく生産国に向け、未来に残す財産作りをしなければならぬと考えます。それを過疎地に展開するのは理想ともいえますし、その活動は過疎地の民衆の総意によって成すべきものと思います。これこそが未来の友に残せる財産だと私達は確信しています。

募集趣旨

- 漢方の原料にもなりうる生益を過疎地で栽培し、ファームや医療・福祉・保養・スポーツ施設等を運営していく「生益の町づくり」に取り組んでいます。
- 未来に繋げる生益の森づくり
300年続く山菜蓂(サンシュユ)の森づくりを全国の過疎地で展開します。
- 未来に備えるプロジェクト推進の人材の発掘と育成
(生益生産者、研究者、文化・技術継承者等)
- 多くの社会問題の解決に取り組む民間団体との協力体制の構築
- 益匠公益ネットワークの構築
(ふるさとの大地の恵みを取り戻し、地域の未来を支える町づくり)
- 大自然の中に老若男女が生涯安心して暮らしていける雇用や生活環境づくりを目指します。

この想いに共感を頂ける全ての方の参加をお待ち致しております。

燈和プロジェクト推進会員募集要項

会員種別	入会金	年会費	登録特典
(1)推進会員	¥12,000	¥0※2	燈和プロジェクトの概要、プロジェクト推進活動の概要などの詳細はホームページからご覧いただけます。下記のURLまたはQRコードを活用下さい。 ①燈和プロジェクトメンバーズカード※1 ②プロジェクト推進会員の活動シール※1 ③入会者全員にもれなく【12種生益エキス配合の優益生酵素】1本プレゼント¥14,800相当品(送料当会負担) ※1 登録特典①②は入会後発送 ③は登録完了後、随時発送予定です。(海外は対象外) ※2 当会ホームページに掲載希望の方(1)/(2)年会費12,000円
(2)正会員	¥12,000	¥0※2	
(3)法人会員	¥50,000	¥12,000	
(4)賛助会員	¥50,000	¥12,000	
(5)名誉会員	¥30,000	¥12,000	



燈和プロジェクト入金専用口座

入会金は口座振込のみとなります。

ゆうちょ銀行から:
記号01760 番号168760
ゆうちょ銀行以外:
店名 一七九(イチナナキュウ)
当座168760
口座名義: ザイトウワカイ
振込手数料は振込者のご負担

一日一善 一益膳

♡心と身体が喜ぶお鍋セットです♡
おすすめレシピ付きで作り方簡単!

大分・津江産の薬草エキスを配合した人気の益膳鍋
大自然の恵みをふんだんに詰めた栄養満点の
益膳鍋を、ぜひこの機会に!

1,500円
《税込》

枸杞子、大棗、生姜、大蒜、菊芋、十薬、枇杷葉、椎茸、茴香など

益膳鍋
YAKUZEN
鍋
キット

益膳
どうわ食堂だより

LINE

QRコード

Instagram

QRコード

予約受付中

食益伝説 古き良き時代の伝統を今に受け継ぐ

益膳

人に良いと書いて食。
益膳とは、自然の素材を使いそれぞれの特質を
引き出し、心と体が喜ぶ食養生を言います。

美肌や健康維持
胃腸にとってもやさしいエキ스가いっぱい!

* 冷え性・低体温の改善 * 美肌・美髪を求める方
* 血行促進・代謝の改善 * アンチエイジング
...などを求める方におすすめ!

お支払方法		電話の場合		メールの場合		LINEの場合		注文方法
お支払いは、先払いで、口座振込のみとなります。		1 お名前・ご住所・お電話番号をお伝えください。TEL:0952-65-4216 2 注文する数量をお伝えください。 3 お届け先住所をお伝えください。 4 お届け日・時間をお伝えください。		1 QRコードを携帯で読み込んでください。 2 メール作成というボタンをクリックしてください。 3 メールの送信画面が開いたら、項目を入力してください。 4 入力が終わりましたら送信してください。		1 QRコードを携帯で読み込み友だちを追加してください。 2 「とうわ食堂」のトークルームを開いてください。 3 メッセージにお名前・ご住所・お電話番号・数量・お届け先住所・お届け日・時間を入力し、送信してください。		
ゆうちょ銀行から： ゆうちょ銀行以外： 記号17770 店名 七七八(ナナナナハチ) 番号19067431 普通1906743 口座名義: ザイ)トウワカイ								
※振込手数料は振込者のご負担								

燈和プロジェクト普及の要「普及活動所制度」

普及所(普及品取扱所)の募集をしております。
「優益酵素」「益膳鍋キット」をはじめ、普及予定の「益膳麺キット」「益茶」「益酒キット」等の普及品開発をしております。
試食会や試飲会にて、事業説明会も致しておりますので、普及所または、当会までご一報下さい。
※当会では、使用薬草の純国産化(津江産化)及び自社農園での栽培を目指しています。

一般財団法人燈和会 〒849-0904 佐賀県佐賀市金立町薬師丸997番地1 TEL0952-65-4216 FAX0952-65-9650

つえばと紹介

今回は、津江在住ではありませんが、特別に「スナック喫茶 Yoyo」を紹介いたします。
スナック喫茶Yoyoさんとの出会いは、前回紹介した合谷さんより、ご紹介いただきました。
熊本県阿蘇郡小国町杖立にあり、昭和のレトロ感漂う、どこか懐かしい雰囲気。マスターの素敵な笑顔と、ママの明るく楽しい会話が、とても素敵な空間を作り出しています。初めて訪れた方でも、その魅力に心が弾みます。
また、お酒を飲みたい方の方に、送迎してあげるそうです。
「お友達のお友達は、お友達。出会えたことを大切にしたいし、応援したい。」との事。
早速、当会の益膳鍋キットをお店においてもらうことに。