

日本一幸せな
高齢化社会を目指す
天草の地域情報誌

※のさる…「天の恵みを与わる」の意味

のさる新聞

【名称】のさる新聞（無料）
【編集】花咲 実
【発行者】あまくさ生きがいネット
【所在地】天草市本渡町広瀬140-4
【電話】0969(23)3276
【制作】ノサリート
《平成26年4月18日 初版発行》

のさる新聞第十号 特別謝恩企画

健康増進にうれしいプレゼント



写真、右は教良木の「宝幸水」、左上が福連木の「官山の水」で、左下が佐伊津町の「延命地藏尊の水」



天草の名水



岩清水で身も心も健康になる

自然の湧水は、水道水と違い、飲むと美味しく、料理に使うと、味がグンと良くなると言われています。今回は、天草で人気の名水をご紹介します。

教良木の宝幸水

熊本県の「平成の名水百選」に選ばれた上天草市松島町内野河内地区の県道沿いに、地域の人々だけでなく、地域外からも多くの人が良質で美味しい湧水目当てに訪れるのが「宝幸水」です。

「宝幸水」と書かれた大きな看板が県道沿いに立ち、水汲みに来た人達に尋ねると、この水は美味しさが違うと口を揃えて言います。

この水でご飯を炊くと、味がとっても美味しくなると言います。

またお茶やコーヒーの風味がグンと引き立つと常連の人は言います。

水源の岩場には竹の樋が差し込んであり、流れ出した水は風情がある石の鉢に落ちていて、水量もそこそこで、タンクで汲む人のために、長樋も用意されています。

福連木の官山の水

同じく熊本県の名水百選に選ばれたのが天草下島のほぼ中央、角山（526m）の麓にある福連木地区にある「官山の水」です。

角山周辺の約200haの国有林は通称「福連木官山」と呼ばれ、江戸時代には幕府の管理下に置かれて、当時は、官山のカシの木は良材として珍重され、槍の柄として将軍家でも使われていたといわれています。

山林を流れ下る溪流は、「福連木官山の水」と呼ばれ、昔から住民たちの生活に欠かせないものでした。地元の主婦たちは川べりで井戸端

会議をしながら野菜を洗ったり、洗濯をしていたそうで、水道が整備された今でも飲用や生活用水として利用されています。

佐伊津の延命地藏尊の霊水

本渡から五和方面に向かう国道沿いから左手奥に入った所に「延命地藏尊の水」があります。

この水は、昔から運命が良くなる霊水として親しまれています。

聞くところによると、「延命地藏尊の水」のお陰で、病気が良くなったとか、家運よくなったという人が多いそうで、その噂を聞きつけて、遠く島原方面から団体で、この水を頂きに来るそうです。

お陰を頂いた人たちの浄財で、お堂の駐車場を整備したり、野外ステージを作った拡張し、人里離れた田園の中にも関わらず活気があります。

その他にも、「牟田の湧水」（姫戸町）、「小ヶ倉観音の水」（栖本）や、「水の元観音の水」（苓北町）など、天草は知る人ぞ知る名水、霊水の宝庫なのです。

ご希望の方に「天草名水地図」をプレゼント！（第三面下欄参照）



小ヶ倉観音の滝行

徐々に人気が出てきた老人クラブの健康遍路

楽しくて健康になる！

昨年秋より本渡北地区牛の首老人クラブの皆さんが毎月天草八十八ヶ所霊場を巡っています。ほとんどの方が初めてですが、普段着のままでお遍路を楽しんでいます。

参加者の喜びの声

旅行気分です！

池田美世子さん
地元で居ながらこんなに素晴らしいお寺がいっぱいあったなんてびっくりです！
毎回小旅行気分です、みなさんと一緒に楽しんでいます。

天草のお大師様はすごい

松坂吾一さん
私は以前は京都に住んでいたのですが、京都は立派なお寺がいっぱいあります。でも、天草は昔徳川幕府直轄の天領だっただけに、京都に負けないくらい立派なお寺が多いことに、正直驚いています。

ふれあいが楽しいです

山下トヨカさん
私は、学校卒業してずっと大阪にいたせいで、最近天草に戻ってきて、知り合いが少なかったのです。でもお遍路さんのお陰で、みなさんと楽しくふれあいができて、とても楽しいです。

ながら天草中を巡ることがとても楽しいです。念願の御所浦と湯島に生まれてはじめて行くことを、今からとっても楽しみにしています！



池田義保先達

お遍路は興味あるけど衣装や道具などを思うと敷居が高くて二の足を踏んでいたという牛の首区老人クラブの皆さんは、いまは気楽な旅行気分です、普段着のまま毎月天草八十八ヶ所霊場巡りを楽しんでいます。

真向法の指導者で天草遍路のガイド役を務める先達の池田代表は、自分も若い頃から健康づくりに励んできたけど、お遍路は、天草中の素晴らしい景色を楽しみながら健康になるだけでなく、普段はなかなか入れない寺院の本堂で参拝できて、心のこもったご接待やお説教が聞けて有難いです。何よりも、精神的な面でもストレスが消えて心から健康になるのが一番素晴らしいです、と言う。

平成二十六年に復興した天草八十八ヶ所霊場の目的は、交流人口の増大による天草全域の地域振興（四国遍路は年間20万人、天草はその割の2万人を目指している）で、ボランティアによる先達の案内で八十八ヶ所を八組に分けて巡ります。先達という世話役兼案内役がついているため、お遍路が初めての人でも安心して巡れます。

最近では、マスコミの効果で次第に九州や四国、近畿方面からの問い合わせが増え、天草遍路への関心が徐々に広がっているようです。お遍路が初めての人でも、普段着のまま楽しめますので、どうぞお気軽にお尋ね下さい。

【お問合せ】

天草八十八ヶ所 住所 天草市本渡町広瀬140の4
霊場先達会 電話 0969(23)3276
事務所 FAX 0969(23)3839



第1組 芳設寺(御領)にて



第6組 江月院(大江)にて

天草八十八ヶ所の8組一覧表

組	札所数	地域
1組	11ヶ寺	本渡・五和方面
2組	11ヶ寺	上島北海岸方面
3組	11ヶ寺	上島南海岸方面(御所浦船旅)
4組	11ヶ寺	上天草方面(湯島船旅)
5組	11ヶ寺	苓北方面
6組	11ヶ寺	下島西海岸方面
7組	11ヶ寺	下島東海岸方面
8組	11ヶ寺	牛深方面

はじめまして。

私たちは「にんにく卵黄」の生みの親、知る人ぞ知る「にんにく卵黄本舗 サン・プロジェクト」です。アレルゲンで宣伝を行わず、口コミだけで60万人ものお客様に支えられ、今年25年目を迎えました。

ある日、会員様向け情報誌の誌面を探していたところ、「感謝の天草お遍路」という言葉が目にとまりました。「感謝」といえば、創業25周年のこのタイミングにぴったり！というわけで、穏やかな天候に恵まれた2月3日、当社長をはじめ私たちサン・プロジェクト一行は「暮らしに感謝」の第一組(本渡・五和方面)を巡拝しました。雄大な自然、風情のある霊場、おいしい海の幸など天草の魅力はたくさんありますが、何より印象に残ったのは、心あたりのいい地域の皆さんでした。

豊かな暮らしは、健康であるこそ。現在のように医療・医薬品が身近でなかった時代には、「にんにく卵黄」のような栄養食を母親が作り、家族の元気を支えていました。今、それに代わる役割の一つを私たちが担えればと考えています。今回、ご紹介する「オメガ3にんにく卵黄」は、長年の知識と経験を結集し、「健康寿命」をテーマに開発した新商品です。

感謝の巡礼 天草の旅



めやす 1日2粒

2粒ずつの小分け包装でお届けいたします。

夜ぐっすり♪ 朝スッキリ！

オメガ3にんにく卵黄

世界初 低臭クリルオイル使用

【主要材料】にんにく卵黄・EPA・DHA・クリルオイル(南極海ホエイ抽出物)・ビタミンE・ビタミンC・ビタミンD

5日間体験セット

500円(税込) 送料・手数料不要

お支払い方法: 振込(郵便局/コンビニ)・代金引換・クレジットカード

自信をもっておすすめします！



こんな方におすすめ♪

- なんとなくスッキリしない
- 寝た気がしない
- 元気がでない
- 忘れっぽい
- 外出がおっくう
- ホッポリが気になる
- 階段が辛い



お申し込みは、お電話で→ TEL 0120-326-229

会社時間(午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)) 電話料無料

※お問い合わせとご注文の際は、「のさる新聞」を添付して頂く場合がございます。

古来中国伝来の
陰陽五行占術で
方位盤を用いて
人の運命を占う



安倍 晴明
延喜21年1月11日
～寛弘2年9月26
日、平安時代の
陰陽師

安倍晴明

時代を越えた奇跡の陰陽師

心の若さ診断テスト もしもデートに誘われたら？



【質問】
もしも、あなた好みのかなり若い異性から「1日だけでもいいから、デートして下さい」と言われたら、あなたはどれくらい嬉しいですか？嬉しさの度合いを最低1点から最高10点でお答え下さい。

【解説】
最新の脳科学では、年齢に関係なく異性を意識すると「成長ホルモン」の分泌が促進され、心身共に若返ると言われています。あなたの点数は、何点でしたか？**3点以下の人は、心の老化現象に要注意！**

安倍晴明は、当時平安京の公務員であった陰陽師の中でも「陰陽道の達人」と言われ、数々の怪奇現象を占ったばかりでなく、病氣や災難の厄除けを行い、上流階級の公家だけでなく、京の庶民からも絶大な信頼を得ていました。

千年も昔の陰陽師の安倍晴明ですが、最近では歴史愛好家ばかりでなく、若い人たちの間でも人気を博しています。

その人気の秘密は、ずば抜けた超能力により、闇の世界に暗躍する鬼神たちを自由に操り、庶民の幸せを守る正義の味方の姿に惹かれるようです。

晴明が願をかけると、どんな邪悪な祟りも払われ、たちまちに病や災難が救われる話は有名ですが、実際に晴明が用いた陰陽五行説は、和暦の基になったもので、現在も高い中率を誇る陰陽占術として用いられています。

今回は、干支ごとに陰陽占術で占いました。

巳 (み)	辰 (たつ)	卯 (う)	寅 (とら)	丑 (うし)	子 (ね)
昔から気になつて来たことで、放置すると災いが起こるので、すぐに取り除くこと 時には、いさぎよく身を引くことで、大難を逃れる 食に気を付けて胃腸の病に注意	予期せぬ災いが起こる相あり、日頃より用心に越したことはない。大きな動きを避けて、控えめにすること 自らの鍛錬に勤しむと吉 大雨が過ぎて晴天となる	和気あいあいと幸せな生活が楽しめる。親しき中にも礼節を重んじると人間関係は良好 異性に対しては口は災いの元になるので特に気を付ける 体調は良好に向かう	身近な人間関係で対立が起こりやすいので、我を出さず、相手を立てること いまやるべきことに専念する 炎症、発熱の相あり、短気をいさず冷静に対応すれば吉	誠をもつて善に従うと吉 上からも下からも絶大な信頼を置かれて、人間関係のすばらしさがすべてにプラスに作用する時 大きな転機がある時は、信頼する人の意見に従うこと	正しいことをしても認められず、まわりからねたまれる いまは才能を隠し、無能のふりをして難を逃れ、後日に備えて実力をたつぷりと蓄える 内省して短所を長所に変えよ
亥 (い)	戌 (いぬ)	酉 (とり)	申 (さる)	未 (ひつじ)	午 (うま)
出るクイは打たれる 人の意見に従い、裏方や女房役に徹しすると上手くいく 「我れ先に」でなく「お先にどうぞ」の気持ちで第一で、感謝の心で道が開ける	問題が起きてても、見た目ほど大したことはなく心配要らず 自分を見失しなわずに、冷静沈着に対応すると吉 時間がたてば笑い話になる 物事を為すには吉	行く所がなければ元の所に戻って吉、行く所があれば早く動いて吉 雪解けの時、これまでの悩みが解決できるのでグズグズせず即断即決せよ	春の訪れのように喜びあふれ上からの引き立てがある 怠惰、慢心が脱線につながる 誘惑に負けず、ひたすら努力をする	古いものを捨てて新しいものを求める時、従来の方針も変更した方が吉となるが、じっくり時機がみて踏み切ること 誠意をもった大胆さと根気強さが吉となる	大きなことを為す時ではない 外見や体裁にこだわり、内面をおろそかにすると、メッキがはがれて、目もあてられなくなる 今は内容の充実に尽力せよ

陰陽占術

古来中国伝来の平安時代の陰陽師
安倍晴明が用いた的中率の高い陰陽占術
で、干支ごとの運勢を占いました

干支開運判断

のさる新聞第10号記念 愛読者プレゼント

この度第10号発行記念に愛読者へ感謝の気持ちを込めて、謝恩企画として、4つのプレゼントをご用意しました。

ご希望の方は「のさる新聞プレゼント申し込み」と書いて、右の①～④のうち1つ選んで、住所、氏名、年齢、電話番号を明記して、ハガキ、FAX、ショートメールのいずれかでお申込み下さい。

1、ハガキ…〒863-0001
天草市本渡町広瀬140-4 のさる新聞宛
2、FAX…0969-23-3839
3、ショートメール…080-6418-0171
【問合せ】0969-23-3276 のさる新聞

① 京都安倍晴明神社のお守り

抽選 3名

京都の安倍晴明神社で頂戴した、家難、災厄を払い、望み通りの御利益を頂く、霊験あらたかなお守りです

② 遍路のガイドブック 天草遍路指南書

抽選 5名

お遍路が初めての方でも、これさえあれば天草八十八ヶ所霊場巡りのことが、何でも分かる虎の巻

③ 知って得する 天草名水地図

抽選 10名

美味しい湧水から、結構なご利益がある霊水まで、知る人ぞ知る天草中の名水が一目瞭然で分かる地図

④ ストレスが消える 感謝の名言集

抽選 30名

ストレス学説の大家ハンス・セリエ博士が、ストレスの特効薬は感謝だと説いた、読むだけでストレスがスーッと消える感謝の名言集

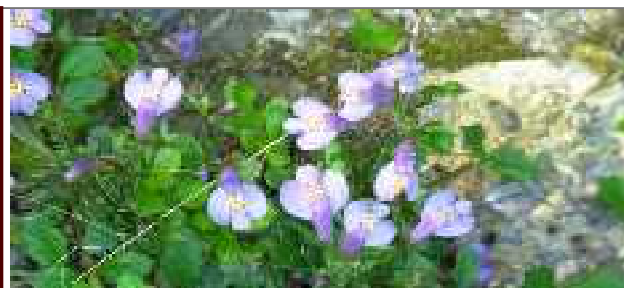


黒まんは、
おいしいですね。
大関 栃光

【黒まんから特別プレゼント】

いつも黒まんをご愛顧頂きまして有難うございます。ご来店の際、「のさる新聞を見た」と言うと、栃光閣の特製絵葉書をもれなく差し上げます。

黒まん本舗 天草市太田町15-13 ☎ 0969-22-6110



生薬…連銭草(別名 かきどおし)
特にメタボの症状(内臓脂肪型肥満、高血糖、高血圧、高脂血症)に効果があると言われている



水野敏行 会長

メタボや糖尿病でお悩みの方に朗報です!

平成22年4月に、病院で糖尿病と診断されました。そこで自分で治そうと思つて巡り合ったのが「連銭草(別名 かきどおし)でした。

この薬草を、乾燥させて煎じてお茶にして毎日飲み続けて、一年後再び病院で診てもらつたら「治つています」と医師に言われてびっくりでした。以来完治しました。連銭草は、糖尿病の他にメタボや膀胱炎や結石にも効果があると言われています。

煎じ方等の詳しいお問い合わせは、上天草市老連の水野敏行会長へお電話を。
09073918295

体験者が語る 水野敏行さん 糖尿病が治つた生薬の話

ご先祖様へ 感謝の気持ちを届けませんか

墓地清掃管理サービス

サービス利用料金		
利用回数	利用料金	備考
1回	3,500円 (1墓1回)	お墓の広さ、墓石の数により、利用金額に変動があります。(10㎡を超える場合、複数の墓石がある場合は、別途お見積もりいたします)
複数回ご希望の際は、利用料金×回数の金額になります。		
サービス内容		
基本作業	墓地内の除草及び枯葉やゴミ等の掃除と、手作業による墓石の水拭きを行います。(高圧洗浄機等は使用しません)	
供花 (別途料金)	ご希望により、4花等をお供えします。 ●供花料金 1対 1,500円(税込) ※生花等については、時期により価格の変動がありますので、上記金額内で対応いたします。 ※宗派の関係で、4花以外の供花や造花などのご希望にも対応します。(実費の負担となりますのでご相談ください)	
その他	※その他、故人の嗜好品などのお供え物を希望される場合は、墓地所在地の社会福祉協議会支所でお預かりし、作業時にお供えいたします。(費用にお住まいの方は、お送りください。)	



《お墓の清掃管理でお困りの方へ》

天草市内にお墓があり、身体的な理由やご家族の都合で、墓地の清掃管理にお困りの方に代わり、天草市社会福祉協議会(会長 中村 五木)が、新たな福祉的視点でソーシャルファームの理念に基づき、登録団体等と共に、お墓の清掃や供花を行います。

お墓の清掃管理に対する不安やニーズにお応えする為、天草市社会福祉協議会が、地域の大切な空間であるお墓の永続的な管理に取組みます。

墓地内の除草やゴミ等の掃除、手作業による墓石の水拭き、生花のお供え、作業報告(清掃後の写真等の送付)、その他、ご依頼の内容にそつて、真心を込めて行います。

※ご利用については、下記へお問合せください。

支所名	TEL	FAX
本渡支所	(0969) 24-0100	(0969) 22-4985
牛深支所	72-2904	73-2984
有明支所	53-0110	53-1546
御所浦支所	67-3782	67-3044
倉岳支所	64-3895	64-3766
栖木支所	66-3367	66-2780
新和支所	46-3770	46-3772
五和支所	32-1076	32-0712
天草支所	42-0678	42-0704
河浦支所	76-1401	76-1425

※ソーシャルファームとは
障がいをお持ちの方や引きこもりなどで、仕事を見つけることが困難な方へ、働く場を創りだし提供する取り組み



社会福祉 法人 天草市社会福祉協議会

〒863-2201 天草市五和町御領 2943 番地
TEL (0969) 32-2552/FAX32-2551