

presented by ひだプラス

vol.23

飛騨市まちづくりレシピ♪

まちづくりって特別なことじゃなく、みんなの暮らしがちょっと豊かになる活動。
飛騨市内で活動されているまちづくり団体を紹介していきます。
気になる活動があれば、気軽に参加してみませんか？

究極のお節介集団！

Tachidaruma Loves the Statue of Liberty

TSLSL実行委員会



これは、飛騨の恋愛のパワースポットになるかもしれない！日本一の立ち達磨へ、皆さんも会いに行ってみてくださいね。一緒に楽しく応援してくれるメンバーも大募集中のことでした。



神岡町の市街地を見下ろす日本一大きなだるま「立ち達磨」を知っていますか？今回は、頼まれてもないのに彼の恋の応援をしている究極のお節介集団「TSLSL実行委員会」にお話を聞きました。

立ち達磨は、1973年に町のシンボルが欲しいという話から生まれました。日本一の高さ、だるまが立っているということで当時はすぐ注目されましたが、今は寂しい状態だそうです。神岡町民なら誰でも知っている立ち達磨を何とかしたい！と視線の先を調べてみたら、なんとニューヨークの自由の女神を見つめていることが発覚！じゃあ、その恋を応援しない手はないと観光協会神岡支部や関係者に協力を求め、実行委員会が設立されました。しかし、恋の相手が相手のため、アメリカ領事館との交渉やニューヨークとの調整などラブレターを渡すだけでも簡単ではないそうです。

現在は2回目の短歌コンクールの表彰式の準備を進めており、2月22日開催の初金比羅宵祭で実施されます。今回は、全国47都道府県から1953首も集まりました。ポスターをアメリカ風にするなど独自のPRを続けた結果だと喜んでいました。

今後も更にお節介を強化し、オリジナルの絵馬などで立ち達磨をPRし、自由の女神に声が届くまで活動を発展させていくとのことでした。

基本情報

設立：平成29年10月 会員：31名 主な活動地域：飛騨市神岡町内

主な活動：立ち達磨の恋の応援、～飛騨・神岡短歌コンクール～「女神へ贈るラブレター」の実施、運営
問合せ先：TSLSL実行委員会事務局 TEL 090-2684-4400（代表 帰家）

まちづくり団体募集中！

あなたのまちづくり活動や、街で見つけた素敵な人たちの活動を、広報ひだで市民に紹介しませんか？自薦他薦は問いません！

問 地域振興課

☎ 0577-62-8904

まちづくりレシピWEBページ開設！

紙面には載せきれなかった各団体の詳しい情報は、飛騨市ホームページでご覧いただけます！

ひだプラスキャラバンで聞き出した裏話もたっぴり！まちづくりのヒントになるかも？ぜひご覧ください。
<https://www.city.hida.gifu.jp/site/hidaplus/>



まめなかな

飛騨市の 血糖値の状況

今年度の飛騨市国民健康保険
特定健診も無事に終了しまし
た。

今年度の統計は、確定された
ものが出ていないので、今回は
昨年度(H30年度)の統計で、「H
bA1c(ヘモグロビンエーワ
ンシー)」(約2か月の血糖値の
平均の値が基準値以上(5.6%以
上)の方の割合が、岐阜県や全国
と比べるとどうかを見てみまし
た。すると、表1のとおり、全国
や岐阜県と比べても、かなり高
いことが分かります。

「HbA1c」が5.6%以上にな
ると、食後高血糖が起きている
可能性があります。食後高血
糖とは、食後、インスリンの作用
によって速やかに低下するはず
の血糖値が高いままになっている
状態で、『かくれ糖尿病』とも
言われています。

この状態が長く続くと、動脈

硬化が早く進み、「心筋梗塞」や
「脳梗塞」などの血管に由来する
病気を引き起こす危険性が高
くなると言われています。

この検査は、中3健診(15歳)・
フレッシュ健診(16～19歳)・若
者健診(20～39歳)でも実施して
おり、こちらの今年度の統計を
見てみますと、表2のような結
果となり、若い世代でも食後高
血糖が起きている可能性のあ
る方がすでに約半数もいること
が分かりました。このことから、
若い世代から、糖分の摂り方
について注意していくことが重要
と考えています。

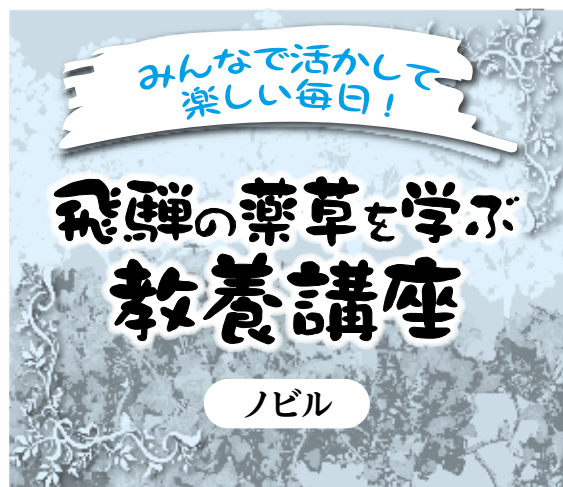
「HbA1c」検査は、食後高
血糖Ⅱ『かくれ糖尿病』の発見
にもつながりますので、自覚症
状がなくても、毎年健康診断を
受け、健康状態を確認しましよ
う。

<表1>

H30年度 飛騨市 国保特定健診 ＜HbA1c5.6%以上の割合＞	
飛騨市	69.5%
岐阜県	58.1%
全国	57.2%

<表2>

令和元年度 中3 フレッシュ・若者健診 ＜HbA1c5.6%以上の割合＞	
中3 (15歳)	49.5%
フレッシュ (16～19歳)	51.5%
若者 (20～39歳)	41.0%



今年は本当に雪の少ない冬ですね。そんな近年稀な気候を前向きにとらえると、今年は薬草が早くから採取できます。春といえばフキノトウが浮かびますが、同じようにこの時期、雪の下で春を待っている薬草がノビルです。ノビルは漢字で野蒜と書き、ネギの古名である蒜が使っており、畑の蒜に対して野の蒜で野蒜です。根部分にはタマネギのような白く丸い部分があります。

ノビルは食べると健胃、整腸、鎮咳、去痰、食欲不振、気管支炎、扁桃炎など、外用すると鎮痛、切り傷、肩こり、五十肩などに効果があり、常に食べていると風邪もひかなくなり、ひとつ見つけると周囲に次々と見つけることができるなど、まとまって生えていることが多く、効果がたくさんあるので非常に重宝します。

また、ネギ類に共通する匂いや辛味成分

の硫化アリル類は殺菌作用があり、絞り汁は虫刺されに、食べると血栓予防や消炎の効果があります。脳血管の病気が多い飛騨では積極的に採りたい薬草です。

4月中旬以降はトウがたちはじめて硬くなってきますが、今年は雪がない分、3月頃の柔らかいうちから長い期間採取をすることが出来ます。そんなノビルの活用としては、ネギの代用があります。刻んだノビルを味噌で煮て食べると美味しく、ネギよりもネギ辛いのが分かります。味噌をつけてまるかじりや酢味噌和えにしてもいいですね。また、刻んで乾燥したり、冷凍したりして保存しておくと、薬味としていつでも利用できます。おすすめは刻んだノビルをたっぷり入れたスープ。ミネラル豊富で濃厚な味わいがあります。

雪が少ない分、散策がしやすいですね。ノビルやフキノトウなどを採しながら適度に運動し、健康薬草生活を始めましょう。



(村上光太郎「薬草を食べる」より)