

を堪能しました。その後ワイン工房を見学して、久留米市山本町の「ハゼ並木まつり」を訪ねました。

復興道半ばの朝倉・杷木地区

大水害から三年になる朝倉地区は、水害の爪痕が今も数多く見られ、河川の復旧工事も今も進行中で、復興は道半ばといった様子でした。特産の柿も大きな被害を受けましたが、再建もだいたい進んで漸く生産も本格化して柿狩りの観光客を乗せた観光バスが何台も訪れたわわに実った粒選りの柿をお店の方に教えられてハサミで丁寧に切っていました。

大きな水害からいち早く立ち直った朝倉「道の駅三連水車の里」では地元で採れた新鮮な野菜や果物が豊富に並び、復興支援を兼ねて訪れた買い物客が特産の柿や梨、野菜などを買い求めていました。店員の方のお話では『皆さんのご支援で元気が出ています』と感謝の言葉がありました。

久留米市山元町にある「ハゼ並木」では、地元の方々によるテント小屋が出て観光客を向かい入れていました。今年は紅葉が遅れて漸く3分程度の色づきだとのことで、山手の方まで足を運べば紅葉が見られるとのことでした。残念でしたが、「天高く馬肥ゆる秋」に相応しい、晴天の秋の日差しがいっぱい美しく感じられる一日でした。参加された皆さんありがとうございました。

山好き仲間と四王寺山登山

去る11月30日(土)に山好きな会員が集まって太宰府天満宮の裏手にある四王寺山(450m)に登りました。近場にある低山ですが、山の中には史跡が多く残り今も整備が進められています。当日は天候・気温とも山歩きに最適で9時半に西鉄都府楼駅で待ち合わせ



せて登り始めました。事前に参加申し込みとしていませんでしたが、当日は8名の方が参加されました。太宰府政庁後の公園を横切って今話題

の「坂本神社」に立ち寄りしました。沢山の観光客でごった返しの状態でしたが、せつかく来たのでお参りして静かな山道に入りました。

四王寺山頂上までは、台風や大雨の影響からか登山道の一部が壊れているところもあり注意しながら2キロの山道を1時間半程かけてゆっくり登りました。四王寺山は高齢者でも気軽に登れる山として親しまれており、途中で別の高齢者メンバーと挨拶しました。



山頂の公園で昼食の後、点在する石仏を見て回るため急斜面を登ったり、下ったりして午後2時過ぎに下山し、近くの温泉で汗を流しました。

山中に30ヶ所以上の石仏があり、その内の1番石仏(上)は急斜面を下った滝の側にあり、3番石仏(下)はその途中にあります。山道が分かりにくく普段は通り過ぎる場所だそうです。

サークル・同好会 を作ろう

市職労退職者の会では少人数のサークル・同好会などを会員が相互に連絡をとり合って自主的・自発的に組織し、楽しく有意義に活動できるよう「退職者の会だより」で案内していきたいと考えています。

具体的には「例えば」

- ① 『山好き同好会』 山登り・山歩きが好きで、山野草や野鳥などに興味のある方が集まって、野山を散策するサークルとして取り組む
- ② 『プチ旅クラブ』 プチ旅として少人数の日帰り旅行で、手引きなど準備して歴史的町並み・歴史的景観・史跡や歴史的建造物などを見て回り、特産物・特産品などを味わう
- ③ 『散歩の会』 健康のために毎日散歩をされている方も多いので、交流もかねて舞鶴・大濠公園、博多の森、海の中道などを季節のよい時期に2時間程歩いて交流する

その他、「写真同好会」「囲碁将棋の同好会」「陶芸クラブ」「音楽サークル」「絵画サークル」「スポーツ同好会」など、趣味・興味を同じくする人たちが気軽に交流して元気になる活動を進めるとともに、その活

動を会員に紹介していきます。

山好き集まれ!

冬山も楽しいよ

『山好き同好会』（仮称）では、秋の四王寺山登山に続いて「冬の低山を歩く」企画として、2月末に福岡市東区と新宮町に跨がる立花山（標高367m）に登ります。

立花山は「登山初級コース」として親しまれ、登山道は始めに舗装された急な登りがありますが、その後は山道に入って沢伝いに登り、頂上に近づくに従って傾斜が大きくなります。コース全体では昼食時間を挟んで往復3時間程度の予定です。山頂からは博多湾から玄界灘までが一望できます。

日時 2月29日（土） 9時30分

集合 JR福工大前駅

場所 立花山（標高367m）

服装 登山靴・手袋・タオル・着替え・雨合羽（防寒のため）

ストック（持っている人）

弁当・水筒の持参

* 帰りに希望者は新宮温泉に入る予定です。

* 注意 降水確率が昼間50%以上の時は中止します。

『山好き同好会』の会員募集中

参加希望の方は、左記まで電話かメールで、住所・氏名・年齢・性別と希望する活動内容な

どお知らせください。また、知り合いの退職者の会役員に申し込むことも出来ます。

連絡先

電話 090-1346-7117（横多）

Eメール Fumio.y.68130@hotmail.co.jp

梅酒の材料

食前に梅酒を出す旅館・ホテルが多いようです。美味しい梅酒をつくるには、良質の梅と氷砂糖を甲類焼酎に入れて1年ほど寝かすと出来る。そこには「浸透圧」という化学のしくみが関係し、梅の皮が「半透膜」の役割を果たしている。氷砂糖は粉末の砂糖のようにすぐには溶けず、時間をかけてじわじわ溶ける。そのため、氷砂糖が溶ける前に、梅の外側の濃度の低い酒が、浸透圧によって濃度の高い梅内部へ移動する。梅内部に入った酒が梅の成分を溶かしたところ、氷砂糖が完全に溶ける。氷砂糖が完全に溶けると、今度は梅の外側の濃度が大きくなって、梅内部液が梅の外側に移動する。それによって、梅のエキスが酒の中にうまく溶け込むのだそうだ。

氷砂糖の代わりに普通の砂糖を使うと、最初から梅の外側の濃度が大きくなり、浸透圧が高くなるので、酒が梅内部に入らない。そのため梅の成分が溶かされず、エキスが抽出されにくいのだそうだ。

「塩梅」（あんばい）という日本語は、塩と梅酢の入った調味料のことで、「よい塩梅」とは、ほどよい味という意味ですが、ヒトは血液の塩分濃度0.9%を少し超えた1%の塩分を美味しく感じるのだそうです。