



私が剣道を始めたのは小学1年生。2つ年上の兄が先に習っていたことがきっかけです。子どもの頃は「兄に勝ちたい」という思いで稽古に励み、高校も兄のいる履正社高校へ進学しました。高校ではたくさんの試合が組まれ、その中で「試合に勝つための剣道」を叩き込まれました。普段の稽古から、常に試合、勝負を意識するようになり、現在でもそういう気持ちで稽古に臨んでいます。

大学へ進学すると、稽古の「質」を意識するようになりました。高校と比べると練習は短時間のため、声を出して、一本一本気をこめて技を打つなど、自分でしっかり考えて内容のある稽古となるように取り組みました。

にし村 健さん (36歳)

猪名川小学校→猪名川中学校→履正社高等学校→関西大学→兵庫県警

大切なのは努力を続けること

大学4年の時に全日本学生選手権では個人優勝し、それまで支えてくれた両親や、お世話になった先生方、大学OBなどの先輩方に恩返しできたのかな、と思います。

兵庫県警に入ってから、昨年までは、機動隊に所属していました。ここでは、警察官に必要とされる「術科」の訓練として、学生時代と比べ、より厳しい稽古で自分を鍛えました。現在は教養課に所属し、警察官の剣道指導を行う一方、自身の稽古も続けています。

これまでの剣道人生を思い返すと、自分は本当に運が良かったと思います。目標とすべき先生や先輩に恵まれ、家族をはじめ多くの人の支えのおかげで、常に向上心を持って努力を続けることができました。

11月3日に開催される全日本剣道選手権に、兵庫県代表として出場します。今回で5回目の出場となりますが、これまで剣道を通じて出会えた人たちへの感謝を胸に、日本一を目指して頑張りたいと思います。



※「瞬」の掲載希望者・団体を随時募集中。
詳細は町ホームページの募集情報を参照！



楊津小学校

こども作品コーナー

◀めがねをかけているみた
いなかたつむり。にこにこ
えがおです。
山下 朔明さん(1年)



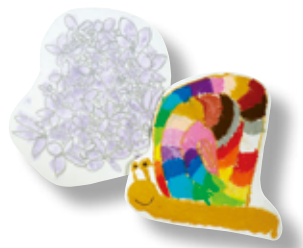
◀「こ」と「が」のはねを
特に気をつけました。
辻 克希さん(5年)



◀いつも、書くときに細
くなるので、太く書くこ
とを意識しました。
池田 陽菜乃さん(5年)



◀雨にぬれたあじさいの
色がきれいに色づきまし
た。優しい色でしょう。
針谷 琴音さん(1年)



私のオススメ★

頼光伝説と清水の水神さん

今月の担当ガイド

末松 早苗さん

猪名川町北部に位置する清水地区には、源頼光の鬼退治にまつわる伝説があります。「頼光さんの鬼退治」といわれており戦前の国定教科書に「大江山」と題して掲載されています。

『御伽草子』中に「酒呑童子」があり、特にご年配の方はご存知ではないでしょうか。その伝説をまずお話ししましょう。

平安時代の前期、丹波国大江山に住む悪鬼酒呑童子は、都に出て若い娘をさらう悪事を働いていました。そこで清和源氏の祖である源満仲の嫡男源頼光は、天皇の命により家臣の四天王いわゆる頼光四天王(渡辺綱、坂田金時、碓氷貞光、土部季武)と平井保昌を率いて鬼退治に出かけます。お話の途中を書くことが長くなるので省略しますが、結末はめでたしめでたし、酒呑童子



水神を祀った祠

の首を取って無事都に帰ります。大江という地が現在のどこか、については諸説ありますが、一説に京都市西京区にある山城国と丹波国の境、山陰道に面した「大枝山」という説があり、京都縦貫道付近の山中に「酒呑童子の首塚」というのがあります。

この頼光さんの鬼退治にまつわる伝承が本町域にもいくつか残っていて、そのひとつには北田原の東光寺は頼光さんが鬼退治に行く際、先勝祈願をしたお寺だとあります。

話を元に戻しましょう。今回のオススメの地、清水についていえば、頼光さんが大江山の鬼退治の帰りに小休止して水を飲んだ、という伝説があります。地名が表わしているように、昔から清らかなおいしい水があったという場所だということでしょうし、私が土地の古者から聞いた話では「実際に水が湧き出ている場所があった」、とのこと。更に、写真のよう



モッコクの木

に水神さんが祀られている祠もあります(昨年、毎日放送のちんぷいぷい「昔の人は偉かった」でも放映されました)。

この祠から猪名川を挟んだ対岸の清水東地区にも、頼光さんが大江山の鬼退治の帰りに小休止した討越瀬という平坦地があった、との伝承もあります。

清和源氏との関係でいえば、清水地区にある成仏寺は平安時代の正暦元年(990年)に源氏の長久を祈願して創建されたお寺であるとの寺伝もあります。

清水地区には他にも、県天然記念物に指定されている樹齢約500年のネズ・モッコクの植生地もあり、散策には程よい場所です。



▶町観光ボランティアガイド申込・問合せ 産業観光課 (☎ 766 - 8709) ※詳細は町ホームページ



道の駅 いながわだより

今月のピックアップ野菜

大根 (道の駅での入荷時期 10月下旬～2月下旬ごろ)
古名は「おおね」と呼ばれていましたが、後に音読みの「だいこん」になりました。生のまますりおろせば、自然の辛みが味わえ、煮れば甘みが増す、和食になくてはならない食材です。ほぼ通年で出回っていますが、冬の大根は甘みがあり煮物やおでんに向いています。



【選び方】
全体にツヤと張りがあり、まっすぐで太いものを選びましょう。また、葉付きの物は葉まで食べられますので、葉から先まで鮮やかな緑でピンと張ったものを選びましょう。

【保存方法】
葉がついている場合は、葉が根の養分を吸い上げてしまうので、切り落としましょう。根の部分は乾燥させないように、切り口はラップなどでくるみ、野菜室へ。葉の部分は新鮮なうちにゆで、水気を絞ってからラップに包んで冷凍しておくとう便利です。

11月の主な出荷野菜 大根、生しいたけ、ほうれん草、富有柿、渋柿、里芋、春菊、小松菜、かぶ、白菜、ブロッコリー、ゆず、水菜 など

《11月のイベント》
10日(土) 8:30 ～ しいたけの対面販売
17日(土) 10:00 ～ 野菜の千本引き