江戸時代から続く石垣の景観守る
段畑保存へ結束
修復は一つ一つ手作業で

「先祖が築いてくれたこの土地の景観を守っていきたい」と話すNPO法人「段畑を守ろう会」の山下憲穂さん(70)。愛媛県宇和島市の市街地から車で40分ほど、遊子水荷浦には、リアス式海岸の急斜面を切り開いた"段畑"が広がる。最盛期にはほかの地区も含めて全体で10㌶以上広がっていたが、高齢化などで徐々に縮小してきた。現在も残る段畑では、石垣が崩れるたびに一つ一つ人手で修復しながらジャガイモを作り続ける。農家や住民が結束し、守ろう会のもと、保存に努めている。

集落から見上げるような段畑を前に山下さん

段畑はかつて一帯の海岸線に広がっていた

NPO法人「段畑を守ろう会」　愛媛県宇和島市

石垣で丁寧に区切られた畑は、入り組んだ海岸線から見上げるように、急斜面の頂上まで連なっている。「畑に行くことを『天に行く』と言うんです」と山下さん。0・1㌃以下の畑も珍しくない。耕起用の小さな管理機を入れるのがやっとで、植え付けや収穫は手作業に頼らざるを得ない。午前6～10時ごろに収穫し、モノレールで下ろして選別する重労働だ。

山下さんは、段畑約30㌃でジャガイモを生産する。2015年12月まで会の理事長を務めた。「遊子のジャガイモは、ホクホクしていると評判がいい」と話す。会のメンバーは43人。うち24人が農家で約4・5㌶の段畑を耕作する。

ジャガイモで造った焼酎「段酌」◀

祖先が築いた石垣 訪れる人の声が励み

段畑の開墾は江戸時代に始まったとされ、子供が産まれるたびに一段、また一段と築いてきたという話も伝わる。サツマイモや桑などを時代に合わせて生産してきた。

海が近くタイやハマチの養殖、真珠生産などが盛んで、半農半漁の生活を営んできた。「段畑を見て、すごいと感心してもらえるとうれしい」と山下さん。子供のころは、見渡す限り段畑が広がり、尾根づたいに集落を渡り歩いて遊んだという。

守る会の平均年齢は70歳を超

茶屋を開き"おもてなし"
課題は後継者の確保

晴れ間

田島 徳子

義父が愛したオナガドリ

私の名刺に入っているオナガドリの写真は、亡き義父の遺作で、南国市の史誌にも使用されています。

最長で14㍍ほどのオナガドリを飼っていました。研究熱心で地道に世話をした義父のもとには、海外からも愛鶏家や学者がよく訪れ、言葉が通じないながらも交流していました。養鶏業を営む義父の地味な道楽だと私は思っておりました。1997年には文部大臣表彰を授与される功績を残すほどだったのです。

尾が伸び始めて1年ぐらいから止箱の中で飼育するので、足を丈夫にするために週に何回か散歩をさせます。尾が切れないよう、抜けないように見守りながらで、長い尾となるとそれはそれは大変です。蓑毛（長い毛の下に生えた毛）にふんが付くと、よく洗い乾燥させ、長さも本数も豊かな美しい姿に育てます。

オナガドリは昔、土佐藩主・山内公が大名行列の槍飾りに用いる長い鶏の尾のために、大篠村（今の南国市）に住む武市利右エ門が数十年かけて交配を成功させました。多数の愛鶏家が改良し、雄の尾羽（長い毛）が換羽せずに一生伸びるようになり、褐色種・白色種も生まれました。

終戦後は数羽しか残らず、近親交配や淘汰不十分、飼料代の経済的圧迫などで繁殖が進みませんでした。1949年に「大篠村長尾鶏保存会」が結成され絶滅の危機から脱しました。「土佐のオナガドリ」は特別天然記念物にも指定されています。

空の玄関・龍馬空港はじめ、南国市内の公共施設などに義父作、剥製のオナガドリが飾られています。高知へお越しの折にはぜひ、珍鶏「土佐のオナガドリ」をご覧ください。

☆たしま・よしこ　高知県南国市大埔乙。水稲、肉用牛肥育、養鶏。NOSAI部長、JA理事、市の人権擁護委員などを務める。68歳。

おすすめコスメ
10 今こそ美白

まだまだ寒さは厳しいですが、少しずつ日が長くなっていることを感じます。日差しが気になり始めるこの時期に、メラニンとシミのお話と少し早めの美白ケアを紹介します。

ふと鏡を見ると、シミができていた！ このような経験をされたことはありませんか？ シミはメラニンと呼ばれる黒い色素が肌細胞に多量に溜まった状態です。本来メラニンは紫外線から肌を守る大切な役割を担っています。

メラニンは肌の奥のメラノサイトとよばれる細胞で作られ、肌細胞に渡されます。そして、肌細胞の最も大切な部分の上にまるで日傘のように並んで紫外線からのダメージを防ぎます。その後、肌の生まれ代わりによってメラニンは、肌細胞と共にはがれおちます。

このサイクルが正常であればシミはできません。ところが、紫外線を過剰に浴びると、メラノサイトは活発になってメラニンを多量に作りはじめます。その多量のメラニンを渡された肌細胞は動きが鈍くなり、同じ場所に留まりやすくなった結果、シミができてしまいます。

早めのケアでシミを撃退

シミを作らせないためには、まだ早いかな、と思ったころからケアをスタートさせることが重要です。まず、外出前には必ず日やけ止めを塗りましょう。また、お肌に合った美白化粧品を使用することもおすすめです。

毎日、忍耐強く使い続けることが実感のためのポイントです。ちょうど今、この時期から美白ケアをすることで、肌も明るく、気持ちも明るく、新しい春を迎えましょう。

（コーセー研究所　開発研究室　水谷友紀）

パブリシティー
転ばぬ杖 コンフォート・掲載紙のご案内

生活を豊かにする福祉用具 21
浜田 きよ子

「転ばぬ先の杖」の言葉のとおり、杖を上手に使うことで転倒を防ぎますし、外出も楽になります。友人は膝が悪いのですが、杖を使うようになってからは、安心して外出するようになりました。

ただ杖は案外置き場所が面倒で、玄関に立てかけておくと倒れてしまったりもします。

そんな時に便利なのが写真の杖収納ホルダーです。これは杖を置きたい場所、例えば玄関や居室などの壁の側面（垂直面）や、テーブルなどの平面に両面テープやネジで取り付けられるモノです。杖を挟むところはエラストマー樹脂でできていて柔らかで、直径11～25ミリ、つまりほとんどの杖に使えます。耐荷重は550グラムです。

友人はトイレにこれを取り付けています。聞けば「トイレに行くのに杖が必要だけど、杖がトイレで倒れて困ったことがあったから」と言います。

「転ばぬ杖Cコンフォート」

杖が必要になったときには、こんな小物があれば確かに杖は使いやすくなりそうです。

▷問い合わせ先＝㈱ユーワ　転ばぬ杖係　☎04・7156・1411

（高齢生活研究所所長）

イネのばか苗病に高い効果!!
いもち病、ごま葉枯病、苗立枯病（リゾープス菌・トリコデルマ菌）、もみ枯細菌病、苗立枯細菌病、褐条病にも適用があります。
イネ総合種子消毒剤
テクリード®Cフロアブル
テクリードは株式会社 クレハの登録商標です。
*本剤に含まれる水酸化第二銅は有機農産物のJAS法に適合した成分です。
テクリード普及会　全国農業協同組合連合会　クミアイ化学工業株式会社　〈事務局〉株式会社 クレハ

再春館製薬所
痛くて痛くて、家のことがおざなりに。

神経痛　リウマチ　肩痛　筋肉痛　関節炎

再春痛散湯 エキス顆粒
【効能・効果】発熱して諸関節や各処（かくしょ）の筋肉が腫(は)れて痛むものの次の諸症：神経痛、リウマチ、肩痛、筋肉痛、関節炎。
第②類医薬品
無料試供薬をお申込みください。無料でお届けします。
0120-305-305
FAX 0120-444-104　ホームページ つうさんとう 検索
〒861-8691 熊本北郵便局 私書箱25号(株)再春館製薬所漢方事業部NC19係まで