

~ 1 ~



GREEN KAI

~~~~~ NEWSLETTER ~~~~~

2014年 6月号

- | | |
|------------------------|----------|
| • 会長挨拶 | 高松 文三 |
| • スミス幸世と申します | スミス 幸世 |
| • 母の最期 | 松田 勉 |
| • もっと知って欲しい甲斐の国の歴史と甲府市 | 文子 ファセット |
| • 夢 | 高松 勇 |
| • 和菓子レシピ | 水野 美江子 |
| • 編集後記 | モズリー 牧枝 |

***** 会長挨拶 *****



卒業の季節である。我が家では、三人の子がそれぞれ大学、高校、小学校を卒業した。長男の大学の卒業式に行ったが、なかなか仰々しくそれなりの雰囲気をかもし出していて、節目に相応しい儀式であった。卒業する学生たちの表情からは、ある種の期待や覚悟のようなものが読み取れた。各人各様に、期するところがあるに違いない。これらの学生にとっては、何かの終わりと言うよりも新しいことの始まりという意識の方が強いのかもしれない。そのせいかどうかは知らないが、卒業式を「始まり」の意味がある「commencement」と呼ぶのはなかなか意味深である。何であれ、終わりは次なるものの始まりであることは間違いない。となると、人生の卒業を意味する死もおそらく次なるものの始まりなのだ。それが何であるかは、死んでからのお楽しみということになる。決して死に急ぐつもりはないが、死に対しては不安よりも期待感のほうが強い。

日本には人生卒業の歌として、辞世の句を詠むという文化がある。またなんと洗練された文化だろう。こんな文化は是非継承して欲しいと思う。英語教育の早期導入などより、よほど大事だと思うのだが。全く趣の異なる、有名な二首を挙げてこの文を締めくくりたい。

散りぬべき時知りてこそ世の中の花も花なれ人も人なれ （細川ガラシャ）

この世をばどりゃお暇にせん香の煙とともに灰さようなら （十返舎一九）

（会長 高松 文三）

******* スミス幸世と申します *******

皆様、はじめまして。スミス幸世と申します。グリーン会には昨年から参加させていただいております。どうぞよろしくお願いいたします。日曜日の走歩会に参加させていただき、メンバーの皆様から毎週元気をいただいております。ダラスには2010年8月に参りました。初めての海外生活で、3年を過ぎやっとなれてきた感があります。しかし、日々学ぶことも多く、ひよっこの私に原稿依頼がきて、少し戸惑っております。せっかく書くのですから、読む方の無駄にならないようにと、色々考えて・・・私が日々心がけていることとお話したいと思います。

皆さん林成之氏をご存知でしょうか。日本大学の教授で、脳死寸前の多くの生命を救う「脳低温療法」の開発者です。林氏曰く、「人間の肉体も行動も意識も、脳が動かしているわけですから、脳は何を求めて機能しているかを知り、それにしたがっていけば、私たちは素晴らしい力を出せるのです。このことに思い至るまでに長い年月がかかったし、脳の考える仕組みを突き止めるために気の遠くなるような研究時間が必要でした。でも、考えを生み出す脳のメカニズムは解明しました」ということで、どうすれば人は力を出せるかをよくご存知の方です。

この方の本を読んで私が努力している「脳を喜ばせ力を出してもらおう4つの約束があります。

- 前向きで明るく、
- 悪口を言わず、意地悪をせず、
- 面倒見よく、
- できない、難しいなどの否定語を決して使わない

あら、私、すでにやってるわ！と思われた方、素晴らしいです。私は日々心がけておりますが、なかなか実践は難しい・・・あっ、いや、否定語は使わないんですね。

林氏は次のようにもおっしゃっています。「さらに、脳は目標がないと動けないから具体的に与えることも大切です。そして人格が変わるくらい気持ちを入れ、迷いなく全力でやること。試してご覧なさい。脳が喜んでいるからすごく気持ちが良くなるはずです。また、脳は、立場の違いや意見の違い

いを認めながら共に生きることを守ろうとしている。つまり本当に頭が良いというのは、柔軟で素直であることに尽きるのです」

ダラスの印象は青く広い空と元気な年配の方がたです。このダラスにはバリバリといろいろなことをされていて、頭が下がる思いの方々が勢ぞろい！皆様にはこのお話は必要ないですね。

ちょっと疲れてきた私も、まわりの皆様から元気をいただいて、いやいやまだまだと頑張っております。今後ともよろしく願いいたします。

最後に林氏からのメッセージで締めくくらせていただきます。

「脳は力を出したがついている。全力で使ってあげなさい」（林成之）

参考文献：『望みをかなえる脳』（サンマーク出版）

（記：スミス 幸世）

***** 母の最期 *****

母が突然逝きました。それまで元気だった母が、急に私の目の前で魂が抜け出したように崩れ、緊急コールで呼んだ救急隊員の懸命な心臓マッサージの効もなく、搬入先の病院でも心肺停止状態が回復することはありませんでした。病院の医師が下した死因は心筋梗塞。あまりにも急な出来事であっけなく去ってしまったので一週間ぐらいは自分の気持ちの中で現実感がなく、夢をみているような状態が続きました。ようやく母の死を受け入れられるようになった今振り返ってみると、数十万人、いや百万人に1人と言っても過言ではない幸運な逝き方であったような気がします。

まずタイミングや場所が母にとっても家族にとっても最良であったということ。私は年に2回程千葉県東金市にある妹宅へ母を迎えに行き、熊野の実家に一緒に帰り、約1ヶ月共に暮らすということをご数年続けていました。12ヶ月で2ヶ月、つまり母が亡くなる場所としての故郷の熊野は6分の1の確率しかないということです。もし母が千葉で他界した場合は小生がダラスに居ることですから、緊急に航空券を手配しても通夜に間に合ったかどうか、。妹や義弟にも多大な迷惑をかけることになったろうし、東金で葬式ともなれば、参列者も少ない寂しい告別式になったであろうことは容易に想像できます。また熊野で週日に通っているデイサービス先で亡くなってもスタッフの皆

様に多大な迷惑を掛け、一緒に居たお年寄りの方々にも驚きや恐怖心を引き起こしたであろうし、その前週末に行った温泉宿で亡くなったとしても、宿の方々に凄く迷惑をかけたことになったと思います。自宅で、私の目の前で倒れてくれたお陰で救急車にも同乗でき、最期を看取ることも出来ました。奇妙な一致ですが、亡くなった3月19日は母の誕生日の前日、つまり満91歳をぴったり過不足無く全うした生涯であった訳です。まるで92歳になるのを拒んだ如くの逝き方でした。亡くなった人を思い出すのも供養のひとつだとすれば、母の死は理想的なタイミングでした。

母

翌3月20日の母の誕生日に通夜、翌々日彼岸の中日である3月21日に告別式と、友引を挟むこともなく、旦那寺の住職の都合も問題なくスムーズに予定が成立。春分の日が巡ってくる度に、一日前の誕生日に通夜をして今日は葬式やったんだなあ、私たちの記憶が毎年呼び起こされるでしょう。次に不思議な出来事の数々を時系列的に挙げますと、まず亡くなる日の明け方早く、初めてのことでしたが、明け方に母がトイレから戻ってくると手にパジャマと下着を持っており、漏らしてしまったと情けなさそうな表情。それで、いつもはデイサービス先で入浴を済ませてくるし、週末の土日いずれかには近くの日帰り温泉に行って近所の親しいおばちゃんと一緒に入ってくれるのが恒例でしたから、ここ数年母は自宅の風呂に入れることはありませんでした。しかしその最期の日の朝にそのことがあった為に母を自宅の風呂に入れました。背中と頭を洗ってやり、前は自分で洗うように言い、最初と最期に湯船に2回自分の身体を沈め、「ああ、気持ちいい」と上機嫌でした。デイサービス先には連絡ノートで本日の入浴は不要と書き入れました。つまり母は最期の日の朝、入り慣れた自宅の風呂に久方ぶりに入ったという訳です。母をデイサービスに送り出した後、私は母の寝床の布団のシーツと毛布等を全て、近くのコインランドリーで洗濯と乾燥、布団を外に干しました。何故か不精な小生が“働きモード”で、トイレを拭いた後、この際ついでだと思って2階の廊下から階段、1階の廊下、台所の床とそれまでやったことも無かった拭き掃除を憑かれたように完了。後から考えると、遺体の寝床の用意や人の出入りが多くなるからと、母にやらされていたような感じがします。こういうのを虫が知らせたと言うのでしょうか。次に不思議なこと、それは前日に岐阜の兄から、母の誕生日のプレゼントとして飛騨牛を1キロ送ったから親しい近所のおばさんと留守宅の面倒を見てくれているおばちゃんを呼んで一緒に食べるようにと電話があり、それが予定通り19日の夕方に届き、一日早い誕生祝として4人で午後6時半頃から鉄板プレート上で焼肉にして食べ始めたのです。この4人

でレストランで食べることはありましたが、家で食べることは初めてのことでした。母も「美味しい、とろけるようやね」と3枚ほど食べた時に兄から電話があり、私に次いで母も礼を述べ電話を終えて自分の席に戻りました。そして少し涙ぐみました。小生が「泣かなくてもいいのに」と言うと、「これは嬉し涙やから泣いてもいいんや」と私に反論したのが、母のこの世に残した最後の言葉で、それからすぐに意識を失った横になったのです。殆ど苦しむことはありませんでした。兄の送ってくれた飛騨牛を食べずに逝ったとしたら兄も私たちも後悔したと思いますが、ちゃんと食べて逝ってくれたから、まあ変な言い方ですが“元気に”死んでくれました。

最後まで健啖家でユーモアのセンスを失わずにポックリと逝くなんて誰もが憧れる死に方ではないでしょうか。病院から母の遺体は自宅戻ったのですが、おばちゃん二人が家を片付け、遺体を安置する寝床を用意してくれていました。これも何か母の“企み”だった気がします。何せ布団は干して取り入れてあったし、シーツや毛布は洗ってあったから、迷うことなく用意出来たと言っていました。次なる奇跡、告別式当日の21日は奇妙な天気で、晴れているのにみぞれ混じりの雨が降っておりました。朝8時頃、住職からお経を頂いた後斎場から焼き場に向かっている時、進行方向に大きな虹がかかったのです。まるで母の旅立ちを祝福してくれているかのような稀有な自然現象に誰もが驚愕の声を挙げました。聖人や高僧が昇天の際に現れたと、書物で読んだことはありますが、うそ臭いなあと自分自身が信じていなかった虹が行く先に現れるなんて、。しかもそれだけで終わらなかったのです。葬式のあった3月21日の夜は尾鷲、熊野間の高速道路開通記念花火会が予定されていて、町中にポスターが貼られていましたが、その事をすっかり忘れて、皆で食事の後呑んでいました。8時頃に突然花火の音がした為遺骨と遺影を安置した祭壇のある部屋の窓を開けると、何と窓から見える狭くて長細いV字型空間のちょうど真ん中に花火が見え、それが殆ど位置を変えることなく30分以上続いたのです。居合わせた兄や妹はじめ親戚の人たちも全員、追悼花火まで上げるなんて、全く凄いフィナーレを用意したものだ。作、演出、主演全て1人でやった芝居のようだと恐れ入ったものです。

ああ言えばこう言うという機転のきく人が母でした。小生も遠慮のないきついことをよく言われたものです。母を非難でもしようものなら“倍返し”とばかりにやりこめられるのが常でした。数ある最近の“喜代子語録”の中で小生がぐうの音も出なかった会話。「ツトムはまあ愛嬌のある顔やけど、不細工やなあ」「喜代子さん、誰の子供やと思てんねん！そういうのを天に唾すると言うんや」「うんまあ、確かに私はツトムを生んだ責任はあるわなあ。そやけどツトムの顔を造るのはツトムの人生や。わたしはツトムの人生にまでは責任持てんからなー」「ウムム」小生は反論できず、「ご母堂様、仰せの通りにござります」と言うしかありませんでした。カラオケが好きで70代前半の頃、和歌山県の勝浦で開催されたNHK素人のど自慢に予選を通過してテレビに出たこともありました。カネは

二つでしたが見事に特別賞を獲得したのには驚かされました。花札も大好きで、眠そうな目も「花札しょうか」と誘うと途端にパッチリと輝いたものです。カラオケは耳が遠くなってから伴奏に遅れがちになりなってきた為に、晩年はそれ程行こうと言わなくなりましたが、花札は亡くなる前日までやったものです。

小さい頃は子供心ながら、いつ母は寝ているんだろうと不思議に思いました。朝起きると台所で朝食の用意、夜は編み機で毛糸を編むジャージャーと言う音が子守唄代わりでした。しかし小生や妹にはその頃の貧乏生活が一番楽しかったと言っていました。近所同士の付き合いも今とは違って濃く、困った人があれば皆お互い手助けし合ったものです。当時の元気な母の印象が強く、最近の衰え方に悲しさを覚えたものですが、それでも他の同年代のお年寄りに比べれば元気な方で、95歳頃までは大丈夫だと思っていましたから、突然の別れは不意を衝かれた感じで全身から力が抜け落ちる思いでした。これを書いているのは母の死から約一ヶ月、神様が授けてくれた、時の経過が心の痛みを徐々に和らげてくれるという機能のお陰でようやくメソメソしなくなり、涙を見せないで母の思い出を語る事が出来るようになってきました。これからは天国の母とは心の会話しか出来ません、といっても一方的な報告になるでしょうけど。ブサイクな顔だと母に言われた小生ですが、心まで不細工にならないように生きていこうと思っています。最後に、ダラスで母と会った方々の生前の母に対するご厚誼に感謝して筆を置きます。

(記 松田 勉)

***** もっと 知って 欲しい 甲斐の国 (山梨県) の歴史と甲府市 *****

山梨県の 地形を地図で見ますと テキサスの地形とよく似ています。でも、山梨県は皆様の 御存じのように、海を持たない県で、周囲を高い山々に囲まれ、南には、日本一高さをほこる富士山(3,886メートル)、そして 西には3,000メートルを超える高さの山が連なる南アルプス、北には、私が青春時代に友達と一緒に ハイキングを 楽しんだ 思い出のある懐かしい、そして 美しい八ヶ岳、茅ヶ岳があります。それに、山梨県は果樹の栽培 の生産量で日本一を誇り、“果樹王国の山梨” として全国的に有名です。 私は、子供の頃、葡萄刈りや桃刈りに行くことが大好きでした。

山梨県内には27の市町村があります。そして 人口は 85万人、全国順位は41位。山梨県と同じくらいの緯度に 来る都市は アメリカでは ロス アンジェルスがあります。

私が、グリーン会の 皆様に お勧めしたい ホットスポット、富士箱根伊豆国立公園は自然公園にも指定されています。其の公園に行きますと、湖や沼、山岳、森林などの素晴らしい景観を楽しむことができます。皆様の日本滞在の時には、立寄ってみたら如何でしょうか。。特に、晴れた空に浮かぶ 富士山、そして南アルプスの 優雅なシルエット、山梨県は色々な美しい表情を見せてくれます。

山梨県の首都は甲府です。甲府盆地は「すり鉢の底」 みたいな 所と思われている ようですが、実際に甲府で生まれ育った私（生粋の甲府人）に してみれば、その表現は 正しくないと思います。甲府は もっと ハイカラなところなのです。きらびやかな 繁華街、春の 夜のライトアップされた夜桜の 美しさ、空気の澄んだ冬の街がかもし出す夜景など、甲府は贅沢な街だと思います。

甲府の歴史を 少し紐解いてみましょう。ちなみに、誰が 甲府の 基礎 を築いたかは御存じでしょうか？ その方は、NHK の大河ドラマでも 知られている 武田信玄の お父様、信虎です。彼が 現在の武田神社の地に お城を 建て、城下町を開いたのが甲府市のはじまりで、いまから 490 年ほど前にさかのぼります。信玄は、その2年後、大永元年(1521) に、お城の 背後にあたるの山、要害山と云う所で 誕生。信玄は戦国時代 を 駆け抜けた名だたる武将の中でも殊に 智将として知られています。

今でも甲府市では、毎年 桜の花が咲き誇る春 4月12日(信玄の命日)に、武田信玄を偲び、信玄祭りが催されます。私も、1993年度の 信玄祭りに 兄が 武将の一人として 参加したので、見に行きました。風林火山の軍旗を はためかせ、信玄公を 先頭にして、その後 従う24将の重臣達の武者軍隊が出陣する様子を再現した “甲州軍団出陣” は 豪華で 素晴らしい光景でした。

皆様、風林火山とはどんな 意味が あるか ご存知でしょうか？ 1950年代に流行歌として 親しまれたそうですが、私は 父親から 習いました。「疾(と)きこと 風の如く 徐(しず)かなること 林の如く 侵掠すること火の如く 動かざること山の如し」 これは 兵法 として知られていたそうです。

それから、もう一つ、信玄の 有名なエピソード： 信玄は、父親の 信虎とは 相性が合わなかったため、信虎は 弟の 信繁に 家督を継がせ ようと 思っていたのです。それを 知った信玄は、

父親を駿河（静岡県）に追放し、武田家の家督を相続したのです。今で言うクーデターですよ。今も、昔もあまり変わっていませんね。

甲府市の周辺には数多くの温泉がありますが、私は温泉は苦手です。でも母が温泉が大好きで私の帰国の度に母と一緒にふたりでいろんな温泉に行きました。中でも一番の思い出がある場所は、秩父山の山奥の温泉です。バスも通っていない偏僻な森林の中で、私もその温泉に到着したときは、よくこんな山奥にホテルを建設したものだと言いました、それでも4階建てのホテルは満員でした。夜は非常に静かで、聞こえるのは近くに流れる急流の音のみ。そして露天風呂に浸かりながら湯気の隙間から見える盆地の夜景はまるで宝石箱のように輝き、それは素晴らしい光景でした。

母は2010年に亡くなりましたが、今となっては忘れ難い二人の思い出です。

（記： 文子 ファセット）

***** 夢 *****

五月中旬、僕は平均より少々長くかかった大学生活にけじめをつけるため卒業式に出席した。式中、もう少し頑張れば勉強すればよかったと後悔する気持ちも少々感じていたがどちらかというところからの自分の人生をどう切り開いていくかという難問に少しばかりの恐怖心と同時にワクワク感を感じていた。自分がこれから何をしたいかということがわかっていなければ恐怖心のほうが強かったのかも知れない。しかし幸い僕は明白に自分が何をすべきかということの数ヶ月前に見つけた。

幼いころから通っていた学校では唯一の日本人だった僕は自然と日本人であることに特別な思いを持ってきた。日本語も普通に話せるから尚更だ。父にも「日本人であることに誇りをもちなさい」とよく言われてきた。そして言われた通り日本人であることに大きな誇りを持っている。ただこれは父に洗脳されたとかではない。アメリカで生まれ育ち十六年以上アメリカの教育を受け、その過程で知り合ったたくさんの人達と接するなかで培ってきたことである。考え方・宗教・食文化・歴史、全てにおいて僕は日本が好きだ。

僕は大学に入るときはアメリカで日本人外科医として活躍したいと思っていた。そのため大学では難しい理系の授業が多かったが、残念ながらどれもそこまで面白いとは思えなかった。生物学

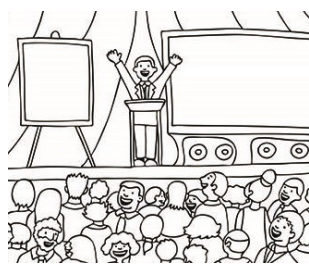
はいろいろと実生活にも使えるものがありおもしろいと思ったが、有機化学や生化学などは全く面白いとは思わなかった。そのころから西洋の根にある、自分達の見つけたものが全てであり、最善であるというような考え方に違和感を抱くようになった。例えば、神経薬学の授業中に先生が、予防接種を受けないのはまともな人間ではないというような発言だ。父が東洋医学をやっているので、今まで西洋医学のお世話になったことがないから余計そんな風に思うのかもしれない。

丁度この西洋の考え方との相性の悪さに気付き始めたころ、別の大学に通う友達を通してたくさん日本から来た留学生と知り合った。正直な話彼らに会ったときはちょっと失望した。留学してくるほどだから真面目で優秀な若者を期待していたが、実際は 留学の主目的を完全に忘れていてのではないかと思わせるようなただの遊び好きな連中だった。もちろん真面目な子たちもいたが全体の約2割程度だった。噂には聞いていたが日本の大学というのは入るまでが難しく、入ってしまえば夏休みだと言うのは本当と思わせるほどだった。実際に真面目な子達に話を聞くと、彼らのように真面目な生徒は少ないらしく、ほとんどの子は授業にも出なければ勉強もしないらしい。とりあえず卒業して、とりあえず就職したいというのが大半の若者の希望だと聞いたときは啞然とした。もちろんこういう夢も希望も持たない若者ばかりではないことは百も承知だが、大半がそうだと聞いて本当に日本の未来が心配になった。大きなお世話かもしれないが一回きりの人生をそんな程度の思いで生きてよいものかどうか。

若者論を語るつもりはないが、若者とはもっと夢や希望に溢れているべきだと思う。特に今はいろいろなチャンスがあり、やろうと思えば何でもできる。昔は空を飛ぶことや宇宙に出て月に行くことなどないと思われていたが、今はそれが可能になっている。これらを可能にしたのは若者が生涯を通して追いかけた夢や希望ではないか。

最近の日本は大学卒業が当たり前になっている、ただ問題はその大学生活を長い休暇と勘違いしているところにある。なぜこうなってしまったのか。僕が考える理由は二つある、一つ目は若者達が誰でも教育を受けられる現状を当たり前だと思っていること。彼らは我々のご先祖様がどれだけの血の滲む努力をして日本という国を守り、誰でも教育を受けられるようにしたのか全く理解していない。それは例の留学生達と話してて嫌というほどわかった。もはや彼らにとって教育や学校というものは当たり前で、なんの特別感も幸運に思う気持ちもない。

二つ目に、彼らには誇りというものがない。僕にとって誇りとは心の支えである。自分を高めてくれる原動力でもある。大事に育ててくれた親に対する感謝の気持ちでもある。親の顔を思い出せば、あまり馬鹿なことは出来ない。それほど勉強したわけでもないが、日本の長い歴史を紐解いてみれば、尊敬できる人がわんさという。自分もこうありたいと思わせる人が何人もいる。日本の歴史を知れば知るほど自然と誇らしくなってくる。自分にも同じ立派な血が流れていると思えるからだ。たぶん、日本の学生は、自分の国の歴史を知らないのか、あるいは変な歴史教育をされてきたのだろう。最近インターネットで時事番組をよく見るが、テレビに出てくるいわゆる識者とか、コメンテーターの言うことを聞いていると、一体どこの国の人が喋っているのだろうと思ってしまう。こちらから見てみると日本のこういうところは本当に不思議だ。日本のことを悪し様に言う人がテレビで偉そうな顔をしている。こんなおかしい日本人を育てないためにも教育を根本から立て直す必要がある。



そんな話を父や友人にすると、「日本に帰って政治家になるしかないよ」と言われる。そのことを考えれば考えるほど、元気が出てくる。と言うことは、それをやれということだ。外科医になりたいという気持ちは情けないくらいあっけなく吹っ飛んだ。僕がアメリカで生まれ、こういう父に育ててもらい、日本語も英語も話せ、日本に対する思いが強いのは、すべてこのためだと思えるようになった。本当になれるのかどうかも定かではないけれど、挑戦したい。政治家になって、日本のおかしなところを変えてみたい。まずは教育からだ。日本人が普通に日本人として誇りが持てるような教育をしたい。そうすれば、日本にはもっともっと元気のいい、そして夢のある若者が増えると思う。

(記： 高松 勇)

和菓子

1 栗蒸し羊羹

材料：こしあん（市販）1パック（400g－500g）

小麦粉 1/2カップ弱

片栗粉 大さじ 2

砂糖 大さじ 1

塩 少々

温水 100cc－150cc（多い方が柔らかくなる）

栗の甘露煮（びん詰め）

* シロップは栗の甘露煮の液または砂糖大さじ1.5を温水大さじ3で溶かして使う。

作り方：

- 1) ボールにこしあんから塩まで入れ、粉がなくなるまで手でこねます。
- 2) 木べらで温水を少しずつ加え混ぜます。
- 3) 水に流した型に流して栗を入れます。
- 4) 中火で40分から50分蒸します。
- 5) 熱いうちに表面にシロップを塗ります。

2 豆かのか（10個）

材料：甘納豆1パック 又は 1個あたり20gのゆであずき
あんこ（中身250g）

つや寒天：粉寒天2g（1/2パック）、砂糖 1/4カップ弱（50g）、水70cc

作り方：

- 1) 甘納豆はお湯に入れ柔らかくして、水きりをします。
- 2) 中身のあんを10個に丸めます。
- 3) あんの回りに甘納豆をつけます。
- 4) 鍋でつや寒天を作り、刷毛で塗ります。

* 栗かのかは白あんに栗の甘露煮をつけます。

3 大福もち（20個前後）

材料：もち粉 2カップ

砂糖 1カップ

水 1と3/4カップ

片栗粉/コーンスターチ

あんこ

作り方：

- 1) もち粉、砂糖、水を混ぜます。
* 色をつける場合はここで食紅を加えます。
* よもぎを使用する場合は重曹を入れた湯で茹でて水にさらしてからみじん切りにして混ぜます。
- 2) 蒸し器に濡れた布巾を敷いて流し込み、乾いた布巾をかけてから蓋をして13分から15分蒸します。（芯がなければ良い）
- 3) 片栗粉をまぶした上に蒸したもちを載せて熱いうちにあんこを入れ丸めます。

***** 編集後記 *****

長い間グリーン会のウェブサイトがアップデートされないまま皆様にご迷惑をおかけしました。先会報の記事でもお世話になりました新会員の古田正洋さんが、お忙しいスケジュールの中、気持ちよくウェブの維持を引き受けて下さり、今後はホストとの問題などを心配しなくてもよくなりました。まだ最建築中で、足さなければいけない事、変えなければいけない事等かなりありますが、下記のアドで見ることができます。これからよくなっていくばかりなのでご期待下さい。古田さんどうもありがとうございます。



(モズリー)