

ながさわ つながる新聞 Vol.43

長沢諏訪社・例大祭にちなんで

9月7日(金)宵宮〜8日(土)本宮

♪村の鎮守の神様の今日はめでたいお祭り日ドンドンヒヤララドンドンヒヤララドンドンヒヤララドンドンヒヤララ♪

朝から聞こえる笛太鼓♪

明治45年(1912年)「文部省唱歌」

長沢諏訪社の祭礼は、残暑真っ只中に「涼」を呼び、新旧住民のレクリエーション的な社交場としての役割を果しています。

多くの善男善女が大勢詰めかけ、参道には出店も並び、混雑時には通れないほどの盛況になります。

諏訪社の岸井洋一総代は、『お宮』について日頃あまり意識することがなくても、初詣や秋祭り、七五三のお宮参りなど、われわれの日常に神社は寄り添っています。神様は一人ひとりの心のなかにあつて、人びとを集めるパワーがあり、諏訪社はまさに地域の「コミュニティの場です」と、熱く話してくれました。

(1)諏訪社の由緒2説
①文治3年(1187年)9月7日、右大将・源頼朝の命により稲毛三郎重成が枳形城の西方にあたる当地に信濃国諏訪大社の御分霊を勧請し、永くこの地に鎮護をなしたという説。

②室町時代に各務与惣右衛門が甲州より当地に土着し、故郷の諏訪明神を祀ったという説。

(2)現在の社殿
明治2年(1865年)年建立の社殿が老朽化したため氏子の総意によって昭和52年(1977年)4月に現在の社殿が再建されました。

(3)言い伝え
①「雨乞い」 社殿内に小野小町が舟上より短冊を海に流している「雨乞い」の額が掲げられています。この「雨乞い」の神事は日照りが長く続いたとき、氏子代表が大山の阿夫利(雨降り)神社に詣で、いただいた「霊水」を当社に奉納し、待っていた氏子全員で「雨乞い」の祈禱をしました。

②「護石」 諏訪社は無病息災・心願成就の神社と伝えられていて祈願の主は社頭に供えられた「護石」を謹んで戴き、洗い清めその後病苦・災難が免じられ、心願成就の上はさらに新たな「小石」1個を添え、計2個戻して報謝する習わしがあります。

③白蛇の霊験『稲毛郷土史』以下要約引用
長沢で何かのために資産を失って貧乏になった家がありました。いつまでこうしていても、うだつが上がる見込みもないと、夫婦は相談して

夜逃げをすることにになり、長い間住み慣れたあばら屋に別れを惜しみながら夜中にお諏訪様の前まで来ると、参道に白蛇が横たわっていました。避けて通ろうとすると、白蛇がしゃましてどうしても通ることができません。夫婦は立ちすくんでしまいました。が、前から白蛇はお諏訪様のお使姫だと聞いていたのを思い出して、これはこの土地を立ち退くなどの神のお告げだと考えそのまま引き返して、もとの家に戻りました。

その後何を作っても当たり、家計が幾分楽になった頃、神棚の奥から先祖の古い金貨証書が出てきたので、その借主から田畑を金貨のかたにもらい受け、それからほとんど拍子に家運が開けたそうです。

(4)諏訪社の「御神木」
諏訪社の特徴の一つである参道や境内の豊かな樹木は、室町時代の1530年代頃、戦乱や風雨にさらされた社殿をその杉や松などの大木を使って造営し、そのあとまた苗木を植え、神聖な自然の森の中に神々が去来して鎮座できるように、厚く祭祀する伝統が残っています。

ここで関口鐘雪・元総代から「氏神様」「鎮守様」について教えていただきました。
①氏神様は土地の神様で、もともとは氏族全体の神様。
②鎮守様はその土地で生ま

れた人や、建物を守る神様。「諏訪社を、長沢の氏神様・鎮守様として、時空を超えた温かい眼差しで末永くみんなで守っていきなさいね」と。

國學院大学の新高尚紀教授はその著書のなかで『神祇』『陰陽五行』『仏教』『呪的靈異神仏』の4つの信仰が、神社祭祀の中で決してミックス・ジュースではなくミックスジュースの状態で今に伝わり神社は祓え清め場の場であり、大自然の神の祭りの場なのである。』

参考文献
1. 蘆田伊人(編)『1977』『新編武蔵風土記稿』第3巻・p189 雄山閣(多摩図書館)
2. 伊藤葦天(1970)『稲毛郷土史』稲毛郷土史刊行会・p268-270(多摩図書館)葦天、はペンネーム、現伊藤宮司さんのご祖父で郷土民俗学の研究者
3. 神奈川県神社庁(1982)『神奈川県神社誌』神奈川県神社庁・編集(多摩図書館)
4. 神奈川県神社庁(1998)『かながわの神社・ガイドブック』神奈川県神社庁設立50周年記念事業・編集(多摩図書館)
5. 川崎市(2004)『川崎地名辞典(下)』日本地名研究所(多摩図書館)
6. 新高尚紀(2017)『氏神さまと鎮守さま』(神社の民俗史)講談社(専修大図書館)
7. 土方恵治(1980)『伝説さんこんには』栄光出版社(多摩図書館)
8. 長沢自治会(2009)『長沢自治会創立60周年記念誌』ながさわの歩み』長沢自治会創立60周年記念誌編集委員会
9. 『諏訪社社殿再建之記』諏訪社建設委員会・発行人 関口良平 隆生社
web 検索 <http://www.m-web.co.jp/blog/2011/11/post-7.php>
ながさわ魅力伝え隊
長谷川武

長沢諏訪社祭礼

9月7日(金) 余興 18:00-21:00
司会&歌謡ショー 古都はるみ

出演 長沢囃子保存会
キッズチアリーディング
もえぎ会 夢来舞
藤間社叟社中 さくら道成寺
田畑バレエ バレエ創作
遊音館 ウクレレ演奏
長生会 燃えろ日本の夏まつり
瑞扇会 北斗の星
若柳会 金沢茶屋街



9月8日(土) 御神輿・太鼓・お囃子巡行 11:30出発
余興 18:00-21:00
司会&歌謡ショー 古都はるみ

出演 長沢囃子保存会
長沢小学校太鼓クラブ
南生田小学校「合奏・合唱」
諏訪社三社連
アートクリエーション
マジシャン進夢
川崎純情小町☆



司会&歌謡ショー 古都はるみ



川崎純情小町☆

今年も開花



8月下旬南生田4丁目の松沢様宅の「テッポウユリ」が見事に開花しました。10年ほど前から自然と開花しているとのこと。今年は、猛暑のせいか例年よりも早くその姿を楽しむことができました。



9月17日は「敬老の日」です。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し長寿を祝う」日とされています。敬老の日のはじまりは、兵庫県多可郡野間谷村が敬老会を催した「としよりの日」という説があります。この「としよりの日」はその後全国に広まり、「老人の日」への改称されました。小さな村の行事が全国的に広まったのです。ところで「何歳から」敬老の日の祝うのか？元氣なお年寄りも多いですね。「高齢者」(65歳)がひとつの目安かも知れません。でも、年齢に関係なく、年長者を敬う日であつてもよいかも知れません。

快適な睡眠で健康な毎日を過ごしましょう!

日ごりの生活でできることはもちろん、寝室の環境や寝具の特性など、快眠への工夫をご紹介します!

みなさま、元氣でお過ごしでしょうか？
みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。

日常のちょっとした気づき快眠へ導く

最近、「睡眠負債」という言葉があるのをご存知ですか？毎日、少しの睡眠不足が蓄積されることで、体力の低下や脳や心のコンディションも低下するなど、さまざまなリスクがあるそうです。しかも、これらは、休日の「寝溜め」では解消されないそうなので、日々の睡眠を良質なものにしましょう。



大切なのは、体内時計を整えること。同じ時間に起きて、朝食を食べることもおすすめですが、更に、起床後、すぐに朝日を浴びることを加えてみましょう。朝日を浴びると、「セロトニン」という人を活動的にさせるホルモンが出て、体内時計がリセットされやすくなります。時間も5分程度で充分。ぜひ、やってみてください。

夜も同じ時間に眠ることが最適。寝る前のお酒はNG。眠っているつもりでも、体は就寝状態でないことが多く、眠りが浅くなってしまいます。お酒を楽しむなら、就寝3時間前までがおすすめです。仕事で遅くなり、小腹が空いて眠れないという場合は、そうめんやうどんなど、消化の良いものを通常の半分程度で済ませれば体に負担もかかりませんよ。

眠るときに、エアコンを使うこともありますね。暑い日は、ぜひ活用したいところ。眠りに入る時、気持ちの良い温度にすることが大切なので、最適な設定温度は26～28度がおすすめです。扇風機は、体にあて続けるとだるさが残り、快適な目覚めの妨げになるため、気をつけましょう。

良い寝具を選び、特徴を知って快眠を!

寝具も快眠のための重要なアイテム。敷きパッドは、ガーゼや麻素材など、通気性が良いものをおすすめです。逆に、中綿がポリエステルのは、熱がこもりやすいのでNG。広く出回っている冷感マットは、冷たさを持続させるものではなく、触れた瞬間の冷たさを実感するものです。周囲の温度が30度以下の場合に効果を発揮するので、もし「思ったより冷たくない」と感じたら、部屋の温度が高すぎる可能性があります。エアコンや扇風機を使いながら、効果を実感したいですね。また、プラスの効果として、吸汗や速乾性、吸放湿性に優れたものであれば、ムレによる不快さも軽減されるので細かくチェックを。ジェルマットは、体温で温まる可能性があるのでよく検討しましょう。

高反発・低反発マットもどちらがいいのか迷いますよね。低反発マットは、やわらかく、包み込むような寝心地が特長。沈み込みすぎない体格、つまり、やせ型で筋肉の少ない人にはおすすめです。高反発マットは、ある程度硬さがあり、動きやすいことが特長なので、適度に筋肉があり、寝返りが多い人に向いています。

チーズ"タッカルビ"

材料(4人分)

- 鶏もも肉……400g
- にんじん……1本
- キャベツ……1/4個
- 玉ねぎ……1個
- トック(または切り餅)……適量
- ピザ用ミックスチーズ……150g
- 粉唐辛子……大さじ1
- ごま油……大さじ1
- コチュジャン……大さじ2
- 醤油……大さじ1
- みりん……大さじ1/2
- 砂糖……大さじ1
- はちみつ……大さじ1
- にんにく(すりおろし)……小さじ1
- 生姜(すりおろし)……小さじ1

作り方

- Aの材料をすべて合わせ、ここに一口大に切った鶏肉を1時間ほど漬け込んでおく。野菜は食べやすい大きさに切る。
- 鍋にごま油を入れ、①にトックを加え、炒める。全体に火が通ったら弱火にして粉唐辛子を入れ、蓋をして15分ほど煮込む。
- ②の中央にチーズを入れて溶けたら完成。

韓国・春川の名物料理、タッカルビにチーズを加えたアレンジ鍋が近年大ブーム。お子様向けには、コチュジャンの代わりに赤味噌を使ったり唐辛子を省くなどして調整を。



●役立つ防災グッズ

[手回しラジオ]

情報の入手はとても大切です。充電できる商品。

USB端子がついている、照明がついている商品などがあります。



長沢地域からサッカーを！！
2歳から小学生までの少年・少女
新入団員募集中！

NPO法人 パオムフットボールクラブ

「自分で考え、判断し、自分で行動できる子どもを育てる!!」
そのため、子どもたちの自立を心掛けていますので、チーム活動における引率やお当番等保護者様のお手伝いは一切ありません。

【コースについて】
一人ひとりが目的に合わせてサッカーに取り組む環境があります。
1・チームメンバー(土日も試合や練習があります。)
2・クリニックメンバー(平日の練習がメインです。たまに練習試合もあります。)

【活動概要】
□練習場 □ 西長沢公園・長沢小学校 他
□活動日 □ 月曜・火曜・木曜 (チームメンバーは土日祝もあり)
キッズ 15:30~16:15(月曜日は行っていません)
キンダー 15:30~16:30
ジュニア 16:30~17:45
※引率をスタートします!!詳細ホームページで確認してください。

TEL.080-1229-9623(前村代表)
http://baumsoccerclinic.com

頭の体操 まちがい探しゲーム

難易度 ★★★★★☆



左右のイラストで「違い」があります!! 何カ所の違いがありますか? 提供:ASA南生田/高橋工務店
右記まで(答え・お名前・住所・連絡先)をお知らせください。 9/15(切) TEL.044-977-2348
正解者から抽選で若干名様に粗品を進呈します FAX.044-975-0836

(注)印刷のシミ、ヨゴレは、まちがいは入りません。

編集後記

「つながる新聞」は、ほぼ月1回発行しています。長沢地域の情報を気ままに発信中!!
今号から「まちがい探し」ゲームがはじまりました。地域の皆さんが楽しめる内容にしたいと思っています。ご応募お待ちしております。
[情報提供] らぶながさわ
ASA南生田 TEL.976-0540 までお願いします。

