

## 梅で健康―初の梅漬け講習会

梅漬けを食べて健康増進―と町は今年から梅漬け普及を町内に薦めることになりました。7月上旬、中央、西部、第一、キトウシ、第三各地区のコミュニティセンターなどで開いた初の梅漬け講習会で180人が作り方を学びました。

本場・和歌山県上富

田町から直接取り寄せた大ぶりの南高梅。黄色く木熟し上質といわれるものを使って塩分10割の減塩漬けを講習しました。

ウメは事前に1―2時間水に浸けてあく抜き。赤シソ、荒塩を各300g、焼酎（甲類、アルコール度数20割）360ミリリットルを用意し、1人当たり3キログラムの梅漬け準備をしました。

講師は東川振興公社の丸山りり子さん。事前に町内5地区の代表10人が漬け方を習って指導役に。上手に漬けるコツを皆さんに伝えました。

ポイントは、途中でカビ発生を予防するため、ウメとシソをしつかり水洗いと焼酎洗いをすること。シソの葉は、



町内5地区代表が集まって事前に開いた講習会（6月30日、キトウシ森林公園情報センター）

あくを取るため水洗いの後さらに3回程度塩もみして固く手絞し、発色用の酢（100ミリリットル程度）を加えて絞ったものを準備しました。ウメのクエン酸α―グルコシダーゼなどの酵素は、血液の酸性化を防止し、血液さらさら効果で動脈硬化を抑えます。食後の血糖値上昇も抑えて糖尿病の予防に役立つなど、健康食品といわれます。半年間以上漬けるとおいしく食べることができます。

## 平和の誓い、中国人殉難烈士慰霊祭

7月7日、中国人強制連行事件殉難烈士慰霊碑管理委員会（代表委員・外山弘美東和土地改良区理事長）が東14号共同墓地で中国人強制連行事件殉難烈士慰霊祭を行いました。

東和土地改良区、旭川市、東川町、旭川日中友好協会、旭川華僑協会など関係者約100人が参列しました。

## 先人の開拓魂継ぎ、平和の誓い新た

7月4日、町社会福祉協議会（川上隆司会長）主催の東川町慰霊追悼式が平和と開拓の碑前で開かれました。

先の戦争（太平洋戦争）などで犠牲になった戦没者、町発展の礎を築いた開拓功労者の労苦を思い、毎年平和と町発展への誓いを新たにしています。

慰霊祭は遺族会、社会福祉団体、町内行政区の代表ら約100人が出席しました。松岡市郎町長は「戦没者213柱、開拓功労者249柱の先人の英知と深甚（しんじん）なる愛郷精神を受け継ぎ、いつまでも持続できるまち



たばかりの吹奏楽同好会15人が初出場。役場前から基線道路（道道旭川旭岳温泉線）を経由して約1・5キロメートルを行進しました。第一小学校の児童26人は道草館前で恒例の和太鼓、一小太鼓を打ち鳴らし、沿道の声援にこたえていました。

松岡市郎町長は「過酷な労働が本町の農業発展の基礎となった」と改めて日中の友好への願いを誓いました。

外山代表委員は「338人の強制連行事件で88人の犠牲者を出した。負傷者48人、病人221人に達し、その犠牲によって完成した遊水池は、私たちの営農と地域発展に貢献しました」と振り返り、「再び日本と中国が戦争することなく、日中友好の礎になるべく永く伝えていきたい」と追悼しました。

