



令和3年9月 発行

発行者:砂山地域集落支援員 阿部久美子

拠点施設:ぎよぎよかい めでたや

住所:塩谷1181 電話・告知端末:62-7273



## イナゴの思い出

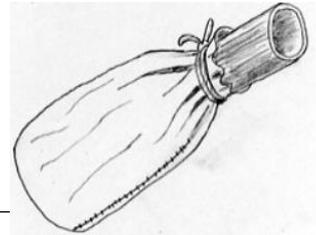


めでたやでは、試食して美味しかった物、自信をもっておススメしたい物と  
常々思っているが、商品の中には、どうしても食べられない、食べたことがない物も置いて  
いる。そういった商品は、買って行ってくれたお客様に感想を聞いて、参考にさせてもら  
うのだが、感想を聞いても、どうしても好きになれないものがある。それが“イナゴの  
佃煮”だ…。それでも、参考のために、どんな味がするか？家族で誰が食べるのか？ご飯  
のおかずを食べるのか？など情報を集めるものの一向に好奇心がくすぐられない。

そんなイナゴは浅いトレーにサラッと入ってなんと380円もする。なかなかの高級品  
だが、お店で5本の指に入る売れ筋商品なのが私にとって驚きである。

子どもの頃は、学校でイナゴを捕ってね、竹の筒に布の袋を付けて、撮ったイナゴを竹の  
口から入れてやってさ。いっぱい捕って学校に持っていくと、大きな窯で茹でてくれてね、そ  
れを売って学校の道具を買ったりしたんだよ。

子どもの弁当に箸休めでイナゴを入れてやったら、「お母さん、  
俺の弁当に虫入れた！」って怒って弁当をなげてよこしたことが  
あったっけ。



現在でも、1,000円/キで買い取ってくれる業者があるそうです。  
イナゴを1人1時間でどれくらい捕まえられるかというと、500g程度になるそうです。  
イナゴの佃煮は、食材が乏しかった時代“手軽に摂取できる貴重なたんぱく源”だったそう  
です。

昔は今ほど簡単に、肉や魚などのたんぱく源が手に入りませんでした。そこで稲作が盛ん  
な地域では、稲につく害虫として、手に入りやすかったイナゴを、たんぱく質やカルシウム補  
給のために食べる文化が根付いたようです。



イナゴが売っているのを見つけると、「珍しいねー！なつかしいわ〜！」と  
はいても、おいしそうだね！というお客さんは、あまり見かけません。きっと  
子どもの頃の思い出やイナゴ捕りをして、楽しかった思い出や子育てをし  
ていた思い出が、イナゴの佃煮との相乗効果によって、買われて行くだ  
なあと考えると、ほっこりした温かい気持ちになります。ぜひ、めでたやに  
来て皆さんの思い出ばなしを聞かせてください！

たぶん、イナゴを好きになることはないと思いますが…。

## こころが疲れていませんか ～9月は自殺対策推進月間です～

新型コロナウイルス感染症の影響で、生活は大きく変化しました。自粛が続く生活で、仕事や家庭に影響が出ている方も多いと思います。こころのアンケートをしてみましょう。

問. 過去1か月間にどのくらいの頻度で次のことがありましたか。当てはまるところに○をつけ、合計点を出してみましょう。

内 容	0点	1点	2点	3点	4点
1. 神経を過敏に感じましたか (少しの刺激にも敏感に反応すること)	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
2. 絶望的だと感じましたか	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
3. ソワソワ、落ち着かなく感じましたか	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
4. 気分が沈みこんで、何が起ころってても 気が晴れないように感じましたか	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
5. 何をするのもおっくうだと感じましたか	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも
6. 自分は価値のない人間だと感じましたか	全くない	少しだけ	ときどき	たいてい	いつも

【参考】こころの健康状態について（上記の合計点）

合計点	考えられる症状（状態）
5点以上	何らかのうつ・不安の問題がある可能性があります
10点以上	うつ・不安障害が疑われます
13点以上	重度のうつ・不安障害が疑われます



アンケートによるこころの健康状態については参考であり、必ずしもその状態にあるとは言えません。この機会に自分のこころが疲れていないか、振り返ってみましょう。

### 村上地域 暮らしとこころの総合相談会（予約制）

法律、生活の困りごと、心身の不調など、各分野の専門家が相談をお受けします。費用は無料です。プライバシーに関する秘密は厳守します。

開催日	時 間	会 場	申込期限
11月7日（日）	午前10時～午後3時	生涯学習推進センター (マナボーテ村上)	10月29日（金）

申込み先：村上地域振興局健康福祉部（村上保健所）0254-53-8369（午前9時～午後5時）

参考 QRコード

リンク先：村上市ホームページ



問い合わせ

神林支所地域振興課地域福祉室 ☎66-6113

すなやま支援員だよりについてご意見、ご希望がございましたらお気軽にお問い合わせください。

メールアドレス sunayama-shien@sea.plala.or.jp