



花を愛で、自然に親しむ秋の一日……
関西有数のコスモス畑と“花の寺”円照寺へ



- 2 兵庫ぶらり散歩 in 加古川市志方町
- 4 健康ひとくちメモ
- 5 季節の料理教室
- 6 マネーなんでも百科



ひろがる夢とたしかな未来



播州信用金庫

花を愛で、自然に親しむ秋の一日……

関西有数のコスモス畑と “花の寺” 円照寺へ (加古川市志方町)



志方東コスモスまつり

●日時／10月9日(土)～17日(日) 9:00～16:00

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、開園日時等が変更される場合があります。まつりの詳細やコスモスの開花状況などについては下記のホームページや、お問い合わせ先にご確認ください。

🌐 <http://www.bb.banban.jp/park201shiroyama/>

●お問い合わせ先／しろやま農業研修センター ☎079-452-3956

浄土真宗本願寺派 円照寺

〒675-0312 加古川市志方町広尾1029 ☎079-452-2067

🌐 <http://kakogawa-enshouji.com/>

●開場時間／6:00～18:00、入場無料

【コスモスまつり会場へのアクセス】

- 公共交通機関の場合…JR宝殿駅北口より神姫バス「細工所」行で「高畑」下車
JR宝殿駅北口よりかこバスミニ「広尾東」行で「東飯坂・広尾東」下車
(※円照寺へは「広尾西」で下車)
JR神野駅よりかこバスミニ「広尾東」行で「広尾東」下車 ※いずれも運行本数は僅少
- 車の場合…山陽自動車道「加古川北」ICより南へすぐ／加古川バイパス「加古川西」ランプより北へ約10分



休耕田を利用して栽培

関西でも有数のコスモス畑で知られる加古川市志方町の東地区で、今年も「志方東コスモスまつり」が開かれる。

2006年の「のじぎく兵庫国体」で“おもてなし”の一環として、休耕田にコスモスの花を咲かせたのが始まりで、「地域の景観づくりと活性化並びに世代間交流を図る」秋の恒例行事として今に続いている。

新型コロナの影響で、昨年から内容を縮小して行われているが、今年も昨年に引き続き広尾東、高畑、東飯坂の町内3会場、12.7ヘクタールの休耕田を舞台に開かれる。赤、ピンク、白のコスモス約250～300万本が咲き競う予定で、広尾西地区ではヒマワリの花も見られる。

昨年は、近年まれに見るコスモスの出来栄えのよさ、美しさで、NHKを初め多くのメディアが来訪したそうだが、筆者が初めてコスモスまつりを訪れたのは2014年のこと。緑の山を背に県道43号高砂北条線に沿って広大なコスモス畑が広がる高畑会場と、緩やかな傾斜を描く棚田状の休耕田にコスモスが風

情豊かに咲く広尾東会場を見て歩いた。休耕田の利用を促進し農地を守ることが開催目的の一つなので、毎年、畑の場所が少しずつ移るようだが、今年はそのような表情のコスモス畑が迎えてくれるのか楽しみである。

また、まつりの会期中は「コスモスの切り花販売」のほか、土・日・祝日には「野菜、米等の農産物及び加工品の販売」「飲み物、焼き芋等の販売」も予定されているそうで、密を避けるなどコロナ対策を図りながら、訪れた人たちがコスモスの花に心を癒され、地元の方との交流も深めて欲しいものである。



コスモス畑で遊ぶ子どもたち



9月に咲く五色彼岸花(左)と上月住職



気軽に入れる本堂



秀吉ゆかりの梵鐘



秋空に映えるスイフヨウ◎

四季を通して美しい花々が

この志方東地区に、「花の寺」として知られる浄土真宗本願寺派の「円照寺」がある。室町時代の嘉吉元年(1441)の開基で、現住職・上月義宗氏で13代目。反り返りのないチョコレート色の屋根が特徴的で、上月住職によれば現在地より少し北にあった旧本堂が老朽化したため平成10年(1998)に移転してきたという。

その際、新本堂の設計は宮大工ではなく、現代建築を手掛ける一級建築士に依頼したそうで、本堂にお邪魔すると、天井も丸みを帯びたモダンなテイストで、ハスの花を象徴するピンクの照明が柔らかな印象を与えている。「お寺というと、威圧感があって敷居が高いと思われがちですが、皆さんにできるだけ気軽に訪れて欲しいと思いまして……」と住職は話す。

花が好きになったきっかけは、大学浪人中の最も落ち込んでいた時期に、真っ白な花を咲かせたユキヤナギに出会って感動し、気持ちが明るくなった経験からだそう。しかし、本格的に花づくりに携わるようになったのは、大学卒業後に就いた教師の職を辞した60歳のときから。

「庭造りや園芸などいろんな本を読みましたが、後は独学で……。春夏秋冬、境内のどこに行っても何ら

かの花に出会えるようにし、同じ花でも色が単一にならないよう花色の違う球根を植えたり、立体感が出るよう高さが異なる花を植栽するなど工夫しました。そうしたデザインを自分なりに考え、それがうまくいったときが一番楽しいですね」とも。

おかげで今は「花の寺」として、春はクリスマスローズ、ミモザ、ユキヤナギ、ツバキなどが、初夏にはバラ、アジサイなどが、夏にはノウゼンカズラやカサブランカが咲き、秋には五色彼岸花(リコリス)やスイフヨウ、萩の花……と、2月から10月まで花の絶えるときがないという。

黄、白、赤、ピンク、オレンジの5色の花が咲く五色彼岸花は花期を終えたが、花の色が朝は白、午後はピンク、夕方は紅に変化するスイフヨウや、アスカ、ミヤギノ、白萩、赤萩、ムサシノの5種類が咲く萩の花は10月下旬頃まで見られるとか。

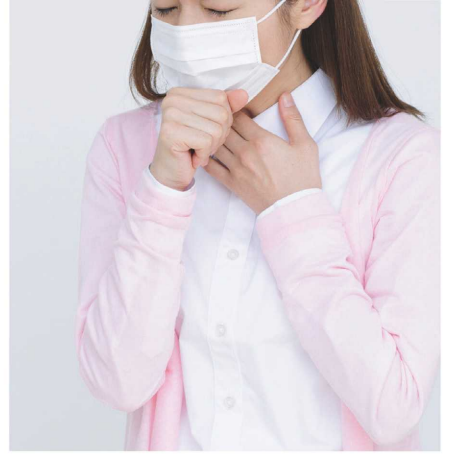
ほかにも文化財として、豊臣秀吉が陣鐘^{じんがね}として戦場で使い、中国大返しの際、志方に残していったと伝わる梵鐘^{ぼんしやう}があるなど、見どころは多彩。

最後に「訪れたすべての人が心安らぎ、元気が出るお寺でありたい」と言葉を添えた上月住職。境内の花に安らぎと元気がもらえる寺のようである。

(文・写真 谷川恵一)

◎の写真は2014年筆者撮影

秋に発作が起こりやすい 「気管支喘息」の基礎知識



原因は気道の炎症

私たちが呼吸をする際に、口や鼻から肺へ酸素を送り込む通り道のことを気道と呼びます。喘息は、この気道の内側が炎症によって狭くなり、呼吸がコントロールできなくなる病気のことです。正式には気管支喘息といい、日本人の約5%がこの疾患を抱えているといわれています。

喘息は咳や痰とともに呼吸が苦しくなり、ゼーゼー・ヒューヒューという音(喘鳴^{ぜいめい})など、様々な症状が現れる病気ですが、喘息の人はいつも気道に炎症があり、刺激に対して非常に敏感になっているので、わずかな刺激でも発作を起こします。夜間と日中の寒暖差が激しく、夏に大量発生したダニの死骸がハウスダストとなって多く飛散する秋は、特に発作が起こりやすいといわれています。

喘息の発作の多くはアレルゲン(アレルギー反応を起こす原因となる物質)によって引き起こされます。特に子どもがかかる小児喘息の大半はダニを原因アレルゲンとするアトピー型の喘息ですが、成長とともに気道が太くなるので小児喘息は症状が改善しやすく、13歳ごろには6割方の患者が寛解し、発作のない生活を送れるようになります。

喘息というと子どもの病気だと思っている人が多いようですが、大人になってから発症する人も増えていきます。厚生労働省の調査によれば、小児期に喘息がなく、大人になって初めて症状が出る成人発症喘息は成人喘息全体の70~80%を占め、そのうち40~60歳代の発症が60%以上を占めています。

成人喘息の場合はダニ、ホコリ、たばこの煙、カビ、花粉、ペットの毛などの刺激物質を吸い込んだときに起こるアトピー型が約6割、そのほかはアレルゲンが特定できない非アトピー型で、風邪などの感染症、排気ガスや工場から排出される汚染された空気、過労やストレス、化粧品に含まれる化学物質、食品に含まれる着色料や防腐剤などの添加物、天候・気温の変化などが誘因として考えられています。

夜中から朝方にかけて症状が出るのが多く、昼間は健康な人と同じように過ごせるので、初期の軽い症状は「風邪かしら?」「疲れのせい?」と見過ごされてしまいがちですが、初期症状を見逃さず、医師に相談することが大切です。

日々の暮らしの注意点

- 家の中をこまめに掃除して、ダニやほこり、ペットの毛髪といったアレルゲンをできるだけ排除する。枕カバー、シーツ、毛布などはこまめに洗濯する。カーペット、布張りのソファ、ぬいぐるみは避ける。
- 禁煙する。お酒もできるだけ控える。
- 手洗いやうがい、マスク着用、部屋の換気を励行し、風邪などの感染症に注意を払う。
- ウォーキングや高温多湿の室内プールでの水泳など、適度な運動で体調を整えておく。
- 心身のストレスをためないよう、仕事や家事で無理をしすぎない。
- 食事ではタケノコやナス、ホウレンソウ、山芋、サトイモなどアクの強いものは食べすぎない。

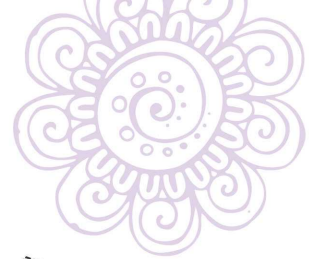


吸入ステロイド薬

喘息は放置しておくと、発作のたびに気道が狭くなっていき、ある日突然、大きな発作に襲われ、深刻な事態を招いてしまうこともあります。早めに受診し、お医者さんに相談の上、気道の慢性炎症に有効な吸入ステロイド薬で治療を。近年は吸入器でステロイド薬と気道を拡張させる気管支拡張薬の2種類の薬剤を同時に吸入できる配合剤も使えるようになっています。

ステロイドは副作用の強い怖い薬というイメージがありますが、吸入ステロイド薬は直接気道に届くのでごく少量で炎症を抑えられ、肝臓で代謝されるので全身的な副作用は少ないといわれています。





家庭で出来るカラフル串焼き

タイ風焼き鳥

調理時間
30分



※写真は、レモンとイタリアンパセリを添えています。

材料(2本分)

鶏モモ肉 …… 1枚(200g)

漬けダレ

- にんにく …… 1片
- 生姜 …… 1片
- 豆板醤 …… 小1/2
- ナンプラー …… 大1/2
- 濃口醤油 …… 大1
- 砂糖 …… 大1
- はちみつ …… 大1/2
- レモン果汁 …… 大1

バーベキューソース

- ケチャップ …… 大1
- とんかつソース …… 大1
- はちみつ …… 小2

- 赤玉ねぎ …… 1/2個
- ズッキーニ …… 1/2本
- 茄子 …… 1/2本
- とうもろこし …… 1/4本

- 塩・胡椒 …… 少々
- サラダ油 …… 適量

作り方

- (1) ボールにすりおろしたニンニクと生姜を入れ、豆板醤・ナンプラー・濃口醤油・砂糖・はちみつ・レモン果汁を加えて混ぜ、漬けダレを作る。
- (2) 鶏モモ肉は一口大に切って、漬けダレに30分ほど漬け込む。
- (3) ケチャップ・とんかつソースとはちみつを合わせてバーベキューソースを作る。
- (4) 赤玉ねぎはくし型切り、ズッキーニ・茄子・とうもろこしは輪切りにして、軽く塩・胡椒しておく。
- (5) フライパンを熱してサラダ油を敷き、中火で鶏モモ肉・赤玉ねぎ・ズッキーニ・茄子・とうもろこしを焼き、表面に焼き色が付いたら裏返して蓋をし、3分程度蒸し焼きにする。火が通れば取り出し、串に刺して盛りつけ、バーベキューソースを添える。

フィッシュ
ロースターで
焼いていただいても構いません。

(みかしほ学園 日本栄養専門学校・日本調理製菓専門学校 滝本 智志)

エネルギー(1本分)
275kcal

たんぱく質
22.0g

脂質
9.3g

炭水化物
29.6g

食塩相当量
3.7g

子どもの教育費の準備を④



「学資保険」や「つみたてNISA」も

これまで3回にわたってお届けしてきた「子どもの教育費の準備を」シリーズ。これまでに

- 子どもの教育費には学費だけでなく「塾代」、「習い事代」の負担が大きいこと。
- 大学でかかる教育費は膨大だから、大学資金は早くから準備しておくこと。
- 教育資金のベースとして「児童手当」を積み立てるのもおススメ。

などの点をご紹介してきました。今回は、比較的教育費の負担が少ない期間に、金融商品を利用してお金を準備するのも一つの手だというお話です。

まずは、「学資保険」です。学資保険は保険会社が販売する商品で、毎月決まった保険料を支払い、加入時に設定したタイミングで満期保険金を受け取るという仕組みです。



現状の金融環境の下では、高い運用利回りはあまり期待できませんが、毎月、保険料が自動で引き落とされていくため、着実に教育資金を積み立てることができます。また、家計が苦しくなったときでも取り崩しにくく、結果として教育資金は守られることとなります。親に万が一のことがあった場合には、それ以降の保険料の払込みは不要になり、子どもは満期保険金を予定通り受け取れるという、保険ならではの備えがあることも見逃せません。

仮に子どもが0歳のときから学資保険に加入し、月々約1万円の保険料を15歳まで払い込むと、18歳のときに約200万円の満期保険金を受け取れます。前回お話しした児童手当を積み立てることで貯めた約200万円を合わせれば、大学でかかる教育費の半分以上となる約400万円を工面することができます。

ただし、学資保険には注意すべきポイントがあります。まず、契約途中で解約をすると、戻ってくる解約返戻金が払い込んだ保険料の総額よりも少なくなる可能性があるということです。特に、契約してからの期間が短いほど元本割れの可能性が高くなりますので、満期まで続けることを前提に加入しましょう。

もう一つの注意点が、保険金の受取時期です。推薦入試で大学へ進学する場合、試験のタイミングが高校3年生時の10月から11月ごろと、一般入試より早く、入学金の納付時期も早いのです。多くの場合、学資保険の満期保険金の受取時期は「子どもが18歳になったとき」で設定しますが、推薦入試で進学先が決定しても、まだ18歳になっていなければ、満期保険金は受け取れません。ですから、受取時期の設定は、推薦入試も想定して決めた方がよいでしょう。

また、「つみたてNISA」を利用するという方法もあります。つみたてNISAは、年間40万円を限度に最長20年間、資金を投資信託やETF（上場投資信託）で積立て・運用でき、税制優遇により、運用益が非課税になるものです。運用する投資信託やETFは金融庁が定めた一定の基準を満たした長期保有向きの銘柄に絞られており、手数料などのコストが低く抑えられています。

ただ、元本保証がありませんので、教育資金をすべてつみたてNISAだけで用意するのではなく、学資保険や預貯金などと組み合わせるとよいのではないのでしょうか。



播州信用金庫からのお知らせ

子どもの教育資金は少しでも早いうちからコツコツと準備することが大切です。教育資金を準備するためには様々な方法がありますが、一つの方法だけに頼るのではなく、いくつかの方法を組み合わせた資金作りを当金庫ではご提案させていただいております。

教育資金の準備についてご検討・ご相談は、お近くの店舗または営業統括部 営業統括課 保険投信グループ (TEL:079-281-4514) までお問い合わせください。

ばんしんぶん

ばんしんの
なんでもニュース



お利息 繰り入れの お知らせ

普通預金(総合口座を含む)、貯蓄預金ならびに納税準備預金のお利息を、9月20日(月・祝)付けでご預金に繰り入れさせていただきました。



休日は「ばんしん」へ ローン休日相談会開催

当金庫では、平日にご来店いただけないお客さまのご相談ニーズにお応えするため、「休日ローン相談会」を実施しております。

各種ローンに関するご相談・ご質問を、休日に窓口で承りますので、お気軽にご来店ください。

本店営業部ローン課 **10/10**

☎0120-84-1061 JR姫路駅南口徒歩3分
当金庫本店2階

尼崎支店ローン課 **10/16**

☎06-6489-3739 阪神尼崎駅徒歩5分
当金庫尼崎支店内

西神南支店 **毎週土・日曜日** (祝祭日を除く)

☎078-997-9722 神戸市営地下鉄
西神南駅徒歩3分

あらかじめお電話でのご予約をお願いいたします。

※詳しくはホームページをご覧ください。各支店窓口にお問い合わせください。

<http://www.shinkin.co.jp/banshin>

■開催時間／9:00～17:00 (西神南支店のみ10:00～16:00開催)

■予約受付時間／平日8:30～17:30



人事異動

(9月6日(月)付)

執行役員 研修部長 田村 千加
 事務部執行役員 三宅 敬子
 執行役員 企業革新部長 森田 栄作
 自己査定自動化プロジェクト委員長 佐伯 文利
 審査部長 柏原 真一
 事務部長 牧野喜代美
 駅前支店長 小野 寛司
 相生支店長兼上郡支店長 鳴瀧 誠二
 野里支店長 古賀 昌彦
 東支店長兼花田支店長 齋明寺俊輝
 北条支店長兼西脇支店長 高橋 宏
 福崎支店長兼香寺支店長 石見 陽三
 平野支店長 増田 浩之
 広畑支店長 本庄 将人
 保城支店長 松末 尚史
 二見支店長 吉田 征勇
 龍野支店長 磯野 太嗣
 青山支店長 是井 隆之
 西明石支店長 小川 浩生
 荒井支店長兼 三木 昌武
 高砂支店長兼伊保支店長 石井 洋市
 灘支店長 長井 一樹
 六甲道支店長 福島 秀一
 三宮北支店長 沖谷 晋
 尼崎支店長 佐伯 宣之
 今津支店長 水内 浩司
 伊丹支店長 中下 昇
 営業統括部営業推進第二課、課長 濱本 進介
 事務部業務課、課長

事務部事務集中課、課長
 播信保証(株)出向(総務部付次長)
 研修部人材開発課次長
 研修部デジタル研修課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 企業革新部企業革新課次長
 本店営業部営業課次長
 三宮支店次長
 豊中支店次長
 監査部監査課代理
 リスク統括部リスク管理課代理
 総合資金部経理課代理
 営業統括部営業統括課代理
 審査部審査第一課代理
 審査部審査第一課代理
 自己査定自動化プロジェクト委員
 自己査定自動化プロジェクト委員
 企業革新部企業革新課代理
 事務部業務課代理
 事務部業務課代理
 事務部事務改善指導課代理
 事務部事務改善指導課代理
 事務部事務改善指導課代理
 船場支店代理
 加古川支店代理
 市場支店代理
 東加古川支店代理
 網干支店代理
 明石支店代理

正木真美子 明石支店代理
 白木 郁朋 揖保川支店代理
 竹内 良和 英賀保支店代理
 木村 瞬 赤穂支店代理
 大谷 博文 白浜支店代理
 山下 俊之 土山支店代理
 永瀬 修一 龍野支店代理
 若宮 正 青山支店代理
 中村 浩之 別府支店代理
 神村 義幸 三木支店代理
 久保田薫之 御立支店代理
 中村 仁 飾磨西支店代理
 平田 恵介 飾磨西支店代理
 南 賢作 野口支店代理
 洲崎 裕一 三宮支店代理
 泉野 賢計 三宮支店代理
 角藤 通晃 三宮支店代理
 森 敦司 西宮支店代理
 松尾かおり 尼崎支店代理
 仲田 和子 西脇支店代理
 鍋野 明也 淀川支店代理
 道下 祐一 淀川支店代理
 中野 徹 淀川支店代理
 福井 博之 豊中支店代理
 中山 聖子 豊中支店代理
 渡瀬 雅子 事務部事務改善指導課主事
 黒崎 紀章 播信保証(株)出向(総務部付調査役)
 蔭山 博之 総合資金部資金運用課調査役
 北川 拓磨 事務部事務改善指導課調査役
 林 和樹 事務部事務改善指導課調査役
 誉田 裕史 北条支店調査役
 畑 典子 稻美支店調査役
 吉川 尊之
 吉川 哲司

下田 裕子
 中川 清恵
 井上 佑樹
 天野 友訓
 石田 純平
 網川 昌志
 辻本 拓磨
 青木 太司
 西谷 和男
 勝 優也
 藤田 翔
 瀧口 一平
 上田 賢志
 原田 雅春
 折口 敬一
 中津 裕敬
 後藤 明
 山本 健
 芳井 初美
 山本 真也
 河合 純一
 亀井 翔太
 奥野 早織
 鷹取 良
 菅 勇斗
 徳永佳代子
 池尻 干城
 岸本 周平
 川上 伸二
 久保田一誠
 小坂 信貴
 井上 昌信

以下、総合職及び営業職は省略します。

播州信用金庫

文化講演会

テーマ

「人工知能と経済～ コロナ後の日本の再生」

講師 駒澤大学経済学部准教授

いのうえ

ともひろ

井上智洋氏

講師プロフィール

東京生まれ。
1997年慶應義塾大学環境情報学部卒業。
IT企業勤務を経てから早稲田大学大学院経済学研究科に入学し、2011年に同大学で博士号を取得。2012年から3年間、早稲田大学政治経済学部助教を務めた後、2015年に駒澤大学経済学部 講師に就任。2017年4月からは同大学准教授。
専門はマクロ経済学。最近は人工知能が経済に与える影響について論じることが多い。2016年12月日経ビジネス「次代を創る100人」に選ばれる。AI社会論研究会共同発起人。



日時 2021年 **11月9日(火)**

15:00～16:30(開場14:00)

会場 **神戸国際会館 こくさいホール**

(神戸市中央区御幸通8丁目1番6号)

定員 **1,000名**

- 聴講をご希望の方は、下記申込書にてお申込みください。
- お申込みいただいた方には座席指定券をお渡ししますので、当日お持ちください。
- 定員になり次第、締め切りとさせていただきます。
- 兵庫県に緊急事態宣言が発令された場合は、開催を見合せます。

**入場
無料**



◇主催／播州信用金庫 ◇共催／近畿地区しんきん経営者協議会
◇お問い合わせ先／播州信用金庫 本支店窓口 または 経営企画部 (TEL:079-280-3398)

ひろがる夢とたしかな未来



播州信用金庫