

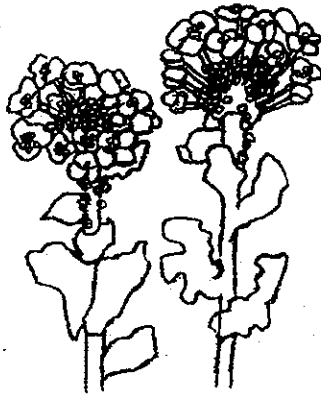
# なごう



第10号

発行者  
たご編集委員会

何も言わないで  
熱いメッセージが  
伝わる  
あふれる想いは  
言葉では語れないこと



## 目次

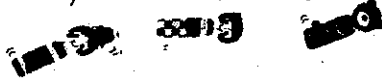
3月

hana	・・・スットコドッコイ	2
タナカミセ	・・・スーパーミックスボール	3
COMだより	・・・世界の子どもから学ぶ	4
ケイホククマタ☆ムラヤマ	・・・香りは相手の心も開く	5
丹国蕎麦 物味遊山	・・・間違いさがし	5
ライフヨガ FUJIMOTO	・・・寒くて冷えた時こそそのびのび～	6
Syu's Bar	・・・ちよっと喋る所が欲しいんだけど	7
すし米	・・・掛軸の表装に注目	7
こでまり通信	・・・春の予定	8
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	9～10

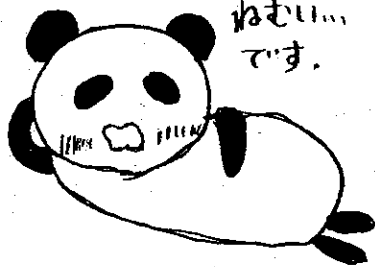
# スットコッコイ



私はあっとこっこい。



遠くは 大学生のころ。学生課で用事を済ませて 駅へ向かい、  
定期... どころか かばんがない! 学生課に置きっぱなしで  
手ぶらで駅まで行ってしまっていました。財布を忘れてバスに乗り、  
「次、2回分入れてね」と降りてもらったり、道に迷ってなんとなく



ぬむい...  
です。

あたりをつけて着いていたらその人の  
家まで行ってしまったり。こんなことは日常茶飯事。  
娘を保育園に送ってから出勤していたころ、  
保育園に寄らなかに車を走らせ、もう職場に  
着くというころに「お母さん、どこ行くの?」と  
娘に聞かれ「ひよえ〜」

目撃者席に乗っていて、私が「頭を下げる」ときは、いつもちょうど左折のとき...  
...と主人。「お前はいつもあっとこっこい」(自覚なしでした)


最近では、宇治から帰るのに「ちやうどいい。にせと通って園部手わりで帰って  
みよ」と思いつき、宇治西から高速に乗りました。夕日が照り、案内表示が  
逆光で全く見えないではないですが、ヤバイヤバイと思いつながら進み、  
案内表示が見えたときは、すでに遅し。「門真」と書かれていました。  
「あ〜!!」とすぐには高速を降り、Uターンして乗り直しました。「やれやれ、  
これで帰れるわ」と走らせたけど、なにかが違う... 「上鳥羽」「伏見」  
「また違うや〜ん」慌て降りて結局 園部ICにはたどり着けませんでした。  
高速好きじゃない...

とまあ、おいかにつけてスしている。ふむ...

9.9

私はあっとこっこい

# タナカミセ

いつもありがとうです 

## 復活スーパーミックスボール

～香奈子ちゃんありがとう！～

タナカミセが出発して間もないころのこと。  
チーズとパン、レーズンとパンの組み合わせが大好きで、「チーズ山食」「チーズボール」「レーズン山食」「レーズンボール」「にぎるレーズン」…たくさん焼いていました。

あまりに好きすぎて、おかず的なチーズと、おやつ的なレーズンを、同時にパンに入れたらどうなるだろうかと、「チーズボール」「レーズンボール」をあわせて、「スーパーミックスボール」というパンを焼いてみたのです。

レーズンの甘さと、チーズの塩気が同時に口のなかにやってくる、「おかずでもなく、おやつでもない、あたらしい味」に、ときめいたものです。

メロンに生ハムを巻いた、あの一品、バルサミコ酢をかけたアイスクリーム、塩味の納豆に黒砂糖をはさんだ納豆もち。そんな感じのおいしさをパンで表現できた嬉しさ。

テイクアウトのフライドチキンを、「これはおかずか？おやつか？」と悩みながら、ま、いっかとお弁当のおかずに入れてしまうときのあの小さな違和感。

「少し冒険して、新しい組み合わせに出会う」作る人間にとっての喜びでした。

スタッフにも好評で、「これってハマるよ！」ということになり、注文生産がほとんどだった当時の、「今月のパン」として、デビューしたのです。

しかしながら、最初は、ご注文いただくものの、リピートはほぼゼロ。「1ヶ月の注文数7個」と

いう、最低記録をもって、この「スーパーミックスボール」は、メニューから姿を消しました。

「こんなに大好きなのに」と残念に思いつつ、「これは自己満足のパンだったのだ」と、すっかり封印。ほんのときどき、夜中にひとつだけ、巨大なのを焼いて、「ひとりスーパーミックスパーティー」を開催していました。

ところが、去年、当時のタナカミセをサポートして下さっていた香奈子ちゃんから、「スーパーミックスボールって、もう焼かないんですか？」というお便りが。

ああ、いまだにファンがいてくれたんだと嬉しくって、香奈子ちゃんの分、スタッフの分、自分の分だけ、と限定して焼き始めました。

「やっぱりおいしい！」チーズとレーズンが入った生地には、「マヨネーズ、スライスオニオン、スライスアーモンド、さらに仕上げのシュレッドチーズ」をかけて、スペシャルなパンに生まれ変わりました。

そして数ヶ月。香奈子ちゃんの友人たちを中心に、注文をいただくことが増え、「あれ、おいしかったです」とメッセージをいただくようになりました。彼女のさりげない営業に感謝し、調子にのること再び。

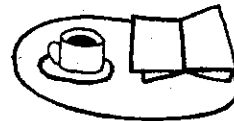
今年の2月から、こっそりタナカミセのレギュラーメニューに復活しました。

「スーパーミックスボール」というネーミング、かつてお客様に「何かすごいもの」を期待させ、そして「なんじゃこりゃ」とがっかりさせていたのかもしれない。

今回は「レーズン・チーズ・アーモンドのボール」と、素性の明らかな名前に変更しました。

「お客様の好き」と、「作る人間の好き」が一致することの喜びをかみ締めています。

(田中眞理)



# 『世界の子どもから学ぶ』

comrだより

6年前からケニアの男の子と文通をしています。

名前はサーゲンコング・マキレイ君、現在12歳。

「貧困や紛争などで、十分に教育や医療が受けられない  
発展途上国の子ども達のために、地域の自立的発展を支援  
する」という活動に参加しています。

そのなかで、支援を必要とする子どもと関わりを持つこと  
ができ、子どもが住む地域の現状を知ることができます。

～実際の手紙の内容から～（翻訳者によるもの）



サーゲンコング・マキレイくん

2008年8月

僕の家族は、父母、5人の兄弟と3人の姉妹がいます。

僕たちは、ミルクや肉、お金のために牛、ヤギ、そして羊を飼っています。

3月から4月の間は、土地の耕作を主にやっています。たくさんの雨を受け  
る時期です。同じ時期、僕たちは豆やトウモロコシの種もまきます。

2009年7月

僕が住んでいる地域には、とげのある木があります。乾季にはとても甘  
い香りの白い花が咲き、雨が降るころには花が落ち、緑の葉が生えて  
きます。僕はこの花が大好きです。

ケニアでは、とても長い干ばつが続き、多くの生き物が水や食べる草の  
不足で亡くなりました。

2012年1月

今、トウモロコシや植え付けをする準備をしています。3月まで雨の日が続く  
予報が出ているからです。

今年はまだ総選挙の年で、新しい指導者が選ばれます。

〈マキレイくんが描いた絵〉



Sunny

他国の人々の状況を、(ほんのわずか  
ですが) 知ることにより、自分自身  
の『生活の豊かさ』や『心の豊かさ』  
ほか様々なことについて、あらため  
て考えさせられるきっかけとなっ  
ています。

文：米津

# ハイホクワマタ \*ムラヤマ

(あれ?締切って10日でしたっけ... (V...))

これを書いている今日は2月14日  
そう バレンタインデー  
ということは  
この文章を読まれる時は きっとホワイトデー間近...

男性の皆さん! アロマの力をちょっぴり借りて  
素敵な告白タイムを演出しちゃっただらいかがでしょうか?  
そんな素敵な記事を発見したので  
ちょっとご紹介いたします (\*^\_^\*)

香りというもの、匂いというものから  
離れて暮らしていた私が 一念発起  
去年の秋に アロマセラピー検定2級に挑戦  
頼れる友人たちと共に頑張った結果 無事合格  
ようやくアロマの世界への第一歩を踏み出しました

ふれて 知って 馴染んでみて  
やっと身近に感じられるようになってきたアロマ  
好きな匂い というのは  
いつも同じではなくて  
その時の 体調だったり  
気分だったりで 変化します  
その時に好きな匂い = その時の自分に必要な匂い  
というわけです


逆に アロマの持つさまざまな自然の子カラを使って  
気分を変えてしまう という使い方も  
またアリのようにです

♥♥♥♥


■ 香りは相手の心も開く

脳を直接刺激するアロマには  
気持ちの交流をスムーズにしてくれる作用があるそうです  
緊張せずに告白したいとき  
相手に気持ちを受け取ってもらいたい時にも  
活用できるアイテムなんだって!

□ 緊張する人には「オレンジ」がオススメ  
気持ちを和ませたり オープンハートにして  
社交的な気分にしてくれる



□ テレしてしまう人には「花のアロマ」がオススメ  
なかなかいい雰囲気にならなかつたり  
自信がもてなかつたりするとき  
いい意味で「雰囲気に酔う」ことを促してくれる




♥♥♥♥


出典: バレンタイン前にチェック! 告白成功率UPさせるアロマとは  
- ネタリが <http://netallica.yahoo.co.jp/news/20140212-00010008-howcolle>

○ 間違いないガレキ

ニつの絵に間違いが2つあります。  
手探りでるので多少の不備はご容赦ください (^^)



正解は、物味遊山 Facebookページに。  
おひさ! 物味遊山で検索!



丹田蕎麦 物味遊山 中島

# ライフヨガFUJIMOTO

寒い日が続いています、皆様、いかがお過ごしですか？

寒くて身体の循環は悪くなり、肩や腰や手足は冷えて固まります。

寒いから、じっとしていたい、こたつにもぐっていたい。

あちこち痛い、疲れたから、いつもより沢山寝よう!!

ついつい、そんなふうに思ってしまうよね……!?

でも、それでは、身体は更に縮み、固まり

気がつけば手が上がらなくなったり、重度の腰痛やキックリ腰を招く事になります。

寒くて冷えた時は、ヨガで身体をのびのび〜と伸ばしてあげて下さいね♡

全身の循環の流れ(血液、リンパ、気の流れ)はぐんと良くなり、浄化されスッキリしますよ!!

また、自然に自分の肉体を労り、ねぎらう心が生まれると共に、感謝と愛で満ち溢れています♡

日々頑張っている貴方、酷使し悲鳴をあげている身体を、愛しみ、愛してあげて下さいね♡

自然と笑顔にられるヨガが、あなには大スキです!!

また、皆様の健康と笑顔が、あたしの幸せです。

日々、御支援賜り、ありがとうございます。合掌

藤本 めぐみ

ちよと喋る所が  
欲しいんだけど〜

???

と思われた時は  
どうぞお気軽にSyu's Barへ

営業日以外にも 貸切りご予約も承っております。

Syu's Bar  
BUSHIYONE

飲んで、ちよと欲くなる  
別腹にごいはん〜♪



お漬物盛合せ  
&  
白ごはん

メニューにごじます。  
どうぞ...

日本人は  
やっぱり  
ごはんとお漬物!!

もうすぐ春の可也品  
桃や桜をイメージした

Pink <sup>ピンク</sup>カクテルを

ご用意してお待ちしております。

赤ワイン、ロゼワインを使った  
飲みやすいカクテルは

気分はもう春の  
ワクワクしましょ〜!!

料理旅館

# すし米

年度末、皆様お忙しかと存じますが!! 25年度の締めくくりとして 職場の方と、お友達と、ご家族と、お食事会を催されてはいかがでしょうか...

おに米では 春のお弁当をご用意しております。

お花見弁当



¥3,000.- (税別) <松不堂弁当>

全室個室で

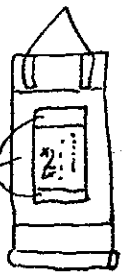
少しせいたくな時間を

お過ごし下さいませ。

ちよとご覧下さいませ

お座敷には  
必ず床の間があり、  
季節やお集まりに  
おじり絵や掛軸が

この部分です



掛けてあります。  
掛軸には表装と言う主役の  
絵や字のまわりに それを引き立てる飾りがあります。  
その中でも まわりの紙や装に  
目をやってみると、色や文様等  
それだけ見ても まさに美しく、  
素敵なんですよ。  
社の文化の中に それぞれ  
職人さんの技が光ります

# こでまり通信 春号

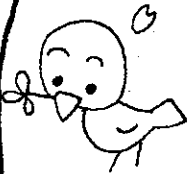
## 春の予定

### 2月

- 2/6(木)・着付け<sup>AM</sup> 9:30~11:30 (¥500)
- ・アールヨガ(最終回)<sup>AM</sup> 9:30~11:30 (満席)
- (・お茶のおけいこ) PM 1:30~4:00 (¥2,500)
- 2/22(土)・着付け<sup>AM</sup> 9:30~11:30 (¥500)
- 2/27(木)・<sup>第2回</sup>アンチエイジングダイエット講座<sup>AM</sup> 9:30~11:30 (満席) (¥2,500)

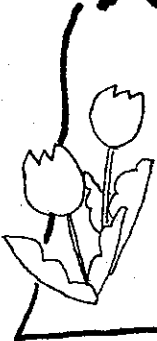
### 3月

- 3/11(火)・<sup>第3回</sup>アンチエイジングダイエット講座&ランチ  
「スペシャル」<sup>AM</sup> 11:00~PM 1:00 (¥2,500)
- 「健康な精神は健康な食生活から」  
物味遊山 中島克浩さん
- ・アジタンカヨガ60分レッスン (¥1,000)  
<sup>AM</sup> 9:30~10:30
- 3/13(木)・Kae Cafe <sup>SSS</sup> in すすきよ <sup>AM</sup> 9:30~10:30  
PM 1:00~2:30  
おひな祭りにちなんだお菓子とお抹茶  
※子連れOK (¥1,200)
- ・着付け2回予定(日は未定)



### 4月

- 4/16(水)・<sup>第4回</sup>アンチエイジングダイエット講座&ヨガ<sup>AM</sup> 9:30~11:30 (満席) (¥2,500)
- 4/17(木)・こでまりお茶会 in すすきよ (¥1,500)
- 4/22(火)・母の日 フラワーアレンジメント  
お母さんの写真を入れたプレートに  
フラワーアレンジ!!





代表 大前 幹紀  
TEL: 080-6152-2433

水源地東北を守る  
**あたご産産倶楽部**

atelier  
kiku  
made in けいほく  
kyoto japan

**岩屋モータース**  
IWAHANA MOTORS

〒601-0251 京都市右京区京北  
周山町西丁10-2

TEL: 075-852-0009  
070-6483-1120

**宇津はっぴーストリート**  
宇津の里に  
元気とHappyを♪

**魚びす屋**  
Miyama YEBISU-YA  
電話 0771-75-2123

京. 北山. 周山発の一菓  
和魂洋才菓子工房

**糖屋廣清**  
〒601-0251 京都市右京区京北  
周山町西丁10-2

TEL: 075-852-0009  
070-6483-1120

京都 魚 産  
京都産の魚を  
新鮮に届ける  
京都産の魚を  
新鮮に届ける

URL: <http://kyoban.com/>

QOOTOF-OO  
Tel 090-9082-3002 Fax 075-862-3287  
Mail [richiyama@qootofoo.com](mailto:richiyama@qootofoo.com) WEB <http://qootofoo.com>

Essence made from  
**杉弓精**

錦K・Kファーム アロマ事業部  
〒601-0271 京都市右京区京北熊田町新田50  
TEL: 075-852-1668 FAX: 075-852-0804

<http://k-senta.com/>

**仙太**  
江口 喜代志  
〒601-0313 京都市右京区京北井戸町甘ヶ市131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail: [senta@silk-piata.or.jp](mailto:senta@silk-piata.or.jp)

**にでまり**  
今井 真子  
060-5362-4655  
[imai-shikoe@docomo.ne.jp](mailto:imai-shikoe@docomo.ne.jp)  
黒川 穂子  
090-7106-5538  
[cream-9696-river@docomo.ne.jp](mailto:cream-9696-river@docomo.ne.jp)  
藤本 めぐみ  
田村 咲子

**Syu's Bar**  
SUBWAYTIME

ちよつと呑れる居らべいのBAR

Tel. 090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomo.ne.jp  
<http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434>  
open 21:00-close 24:00 (遅延あり)

親山町「料理旅館すし米」内

自然と暮らす、  
自然に暮らす

**SOUK(スーク)**  
0120-19-4848

ウツク・お土産・スーク 不変 健康

**すし米**  
TEL 075-852-0032  
<http://www.sushiyone.net>

飲料  
ご宿泊・お食事・ご宴会  
慶事時のお食事等  
ご予算に応じて賜ります

◆ご予約・お問合せ  
京北親山町 **075-852-0032**  
<http://www.sushiyone.net>

# 田中店 夕加池

田中眞理

パンだらけ!

でんね 090-5014-3002

FAX 075-853-0454

メール tanakamise@gmail.com

ブログ http://tanakamiseblog111.fc2.com



代表  
大島剛司  
ドックアドバイザー  
Dog village  
green tail  
山遊び/ホテル/しつけ相談  
〒601-0275  
京都市京北区野町広野5番地 TEL.075-852-1535  
☎090-6732-4167 ■ greentail@docomo.ne.jp



仲井 亮文  
仲井電気工事商会  
〒601-0271  
京都市右京区京北熊田町松ヶ下17-2  
電話: 075-852-0493

## ホームヘルパー ステーションさくら

『利用者様の生活の杖・  
心の杖を目指して活動中』



電話 855-1510

## 玄挽、十割 丹国蕎麦 物味遊山

山に遊び、物を味わう。  
京から若狭へ続く、丹国蕎麦紀行。

京都市右京区京北周山町東丁田13-3  
TEL 075-852-1680  
monomi-y@hotmail.co.jp  
http://monomiyuzan.okoshi-yasu.com



森の力京都株式会社  
〒601-0251京都市右京区京北周山町小柳5番地1  
tel.075-852-0010 fax.075-852-0022


## 山の家具工房

〒601-0221  
京都市右京区京北梅町宮ノ前58  
In.075-853-7039  
e-mail yama-kagu@mopera.net  
http://www.yama-kagu.com

## 山本登記測量事務所

土地家屋調査士 山本 雅史  
土地・建物・相続登記など何でも御相談下さい

京都市右京区京北熊田町東ノ本27-3  
電話 (075)852-0674  
携帯電話 090-1676-8888



ライフヨガFUJIMOTO  
http://lifeyogafujimoto.weebly.com/

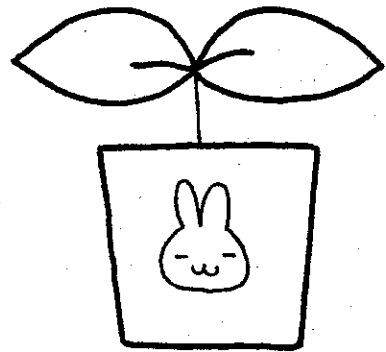
## 藤本めぐみ

080-5364-7000  
megukko-v.v.v.@docomo.ne.jp

# Gate

CREATIVE SPACE

〒601-0251  
京都市右京区京北周山町上代7-1  
TEL 075-852-6750



毎月朔日発行  
 発行着 田中眞理・花倉祥代・米津由実子  
 連絡先 夕加池 090.5014.3002  
 表紙詩画 ヒューマン・リレーションズ  
 三宝裕氏

おかげ様で第10号。  
 1/2成人式です。  
 これからも、  
 頑張ります♡