



第15号

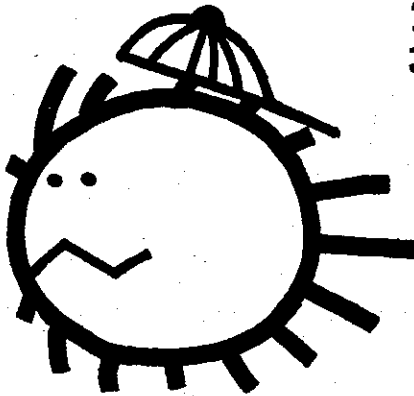
発行者
なう編集委員会

折り返し地点を過ぎると
風が全身にぶつかってきた

僕は今日まで

追風^{おまづかぜ}に助けられて
生きていたんだなあ

おまづかぜ
僕の力だ
と思いきした...



目次

8月

COMだより	・・・家族を見る④	2
hana	・・・相談力強化研修で感じたこと	3
タナカミセ	・・・塩の力 おまつち	4
ほれぼれ星人の旅	・・・天土オルガニカさん	5・6
すし米	・・・「日本人の心」を大切に	7
物味遊山	・・・ちよつと北の国から ～初行い一家の山里移住記～	7
なうインタビューショッキング	・・・アトリエキクさん	8・9
SOBA 菓子工房さらざん	・・・地域を元気にしたい...	10
Syu's Bar	・・・夏バテを梅で吹き飛ばそう	10
森の力京都 (株)	・・・猫ちゃんにも人気!?なペレット	11
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	11・12



家族を看る④ ~お盆を家族で過ごそう~

夏はお盆の季節。ご先祖様を盛大にお祀りし供養する大切なときでもあります。亡くなった方に対しても、心のこもったおもてなしを家族そろって行うことに意味があることを、若い世代に伝える機会になればよいですね。

- ・ 祥月命日 = 霊界の誕生日
- ・ 回忌供養 = 盛大な誕生日
- ・ お盆 = お祭り

パーティー



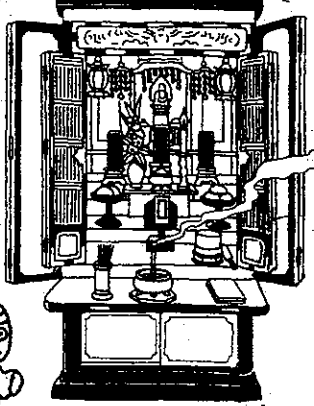
お膳をおくときは、お箸が位牌側にほるように。仏様も元々は人間です。ちゃんと食べられる状態でお供えしてね。



※このまつは、ご先祖様が、1ヶ月前にしている行事。

お供え(食べ物)は、ロウソク、線香が消えたら「ごちそうさま」の合図。できる限り早めにお下げしよう。

※長時間放置するとご先祖様以外の邪気、邪霊が寄ってきます。



はみこし(お盆)般若心経して霊にと、はキラキラ+光ってとても気持ちが良いらしい。でも、あまのこ(お盆)鳴らすと、悪い霊も寄、くるから、特に夜中にあげたタマシイ(お盆)して!?

一番の供養は、

家族みんなで、故人の思い出話をする事!!

故人はあちゃんの思い出

「おしが死んだら泣いてくれよ」という言葉に「その代わりに、死んでも化けて出て来んといてや」と返した私。その約束は今のところ守られている。



故人はじいちゃんの思い出

小学生の頃冬に一人で氷遊びをしていると「おじいちゃんはおじいちゃんの上になら、坂道を滑っていた...



by 米津

相談力強化 研修で 感じにこ



コミュニケーション(主観と客観)

「いっぱい」「たくさん」「高い」などの形容詞
 「いつも」「ときどき」「ために」などの副詞
 これらはすべて主観なのだそうです。
 なにか問題が発生して解決するために話を
 聞いたとき、相手がこのような形容詞、副詞を使って
 表現すると誤解が生まれやすいそうです。ビジネスなんか
 だと起りうる現象ですよ。そんなときはなぜそう思っ
 ているのかを確認し、具体的な根拠や例を確認して誤解が
 生まれないようにする必要があるのでそうです。

くれと

日常会話では主観同士でコミュニケーションが
 とれれば、その方がおもしろいような・・・
 ビジネスコミュニケーションや問題が発生したケ
 家の用事などでは相互にわかりやすく伝える
 技術は必要ですが、会話の面白みにスポットを
 当てると・・・擬音ばっかの我がが息子の話、
 結構おもしろい・・・(笑)



主観と客観・・・

使い分けが必要かもです。

とはいえ、会話はキャッチボールといいま
 日常でも・・・

コミュニケーションは
 投げ"る方と受ける方の両者で
 成り立つもの。キャッチボールで
 投げる方が暴投すればボールを
 取ることはできません。そんな
 とき投げた側に「おめえ」が
 「ごめん」と言ってもらえ
 何回も同じことを言わなければ
 いけないのは伝え方が悪いと
 いうことになりませんか？

「OO」
 「え？」
 「OO」(くりかえし)
 「OOって？」
 「もうええわ！(怒)」

ついやってしまいそうな会話



我が身を振り返れば・・・やっぱり日々反省だな(笑)

夕かせ いつもありがとうございます ☺

塩、3g

7月から、角食パンの材料を少し変更しました。
スキムミルク → ホイップクリームにしました。

生地のはきは、ずっと触っていたいくらい、しっとり、やわらかです。
焼き上げると、見た目は前と同じですが、味は、少しまるく
なりました。砂糖の分量は変更していないのに、甘く感じ
られるような気がします。

友人夫妻のコメント。

「もう少し、塩を入れたら、もっと甘みが引き立って、ま
ととおいしくなる！」
シエフである だんな様のことばは、とっても説得力が
あり、さっそく 塩 3g、増量してみました。

試食していただいたところ...

「良くなった。香りと風味がよい感じですよ。
一口食べたときに、自然と唾液が出る感触がよいのだ！」

わかりやすく、とても嬉しいお言葉、何回もメールを
読みました。目指していくおいしさのヒントを頂戴しました。

そして、終わりのないおいしさの旅、まだまだ続きます。

8月の「ほれほれ星人の旅」、野菜作家 市原さんのつくる
お野菜にも ほれほれ。

お野菜に対する姿勢や、自然との関わりはもちろん、
市原さんご夫妻のお人柄が作りだしていくお野菜たちの
味、ほんとうに ほれほれ。



ほれほれ星人の旅 2

ほれほれ星人第2号は、野菜作家
 あまつち いちはらまさたか えみこ
 「天土オルガニカ 市原正隆さん&恵美子さん」です。



天土オルガニカのお野菜と農法のお話

天土オルガニカ

天土オルガニカが野菜作りでもっとも大切に考えていることは「活性・調和の循環」。この3つのバランスが取れた土作りです。

肥料で与えるのではなく土壌の生命を活性化させ循環サイクルを高めていく「炭素循環農法」の理念に基づき、天土オルガニカでは土の中にある土壌菌を活性化させる為に農薬・化成肥料を一切使用せず木のチップ・籾殻・雑草・糞という天然資材を土に混ぜ込み常に土壌が発酵状態であるように日々促しています。

自然の時の流れを待つだけでなくより活性化された状態へ。

見た目も大切だと思います。大きくあることも大切だと思います。ですが天土オルガニカが一番大切に思っていることは「食べて元気になれる野菜作り」。活性土壌で健全に育った野菜も食べる事で身体も活性・抗酸化の方向へ向かうことを目指しています。これから先、日々実践し進化していくこの農法を「自然力活性農法」と名付け、さらにより良い野菜作りを研究していきたいと思えます。

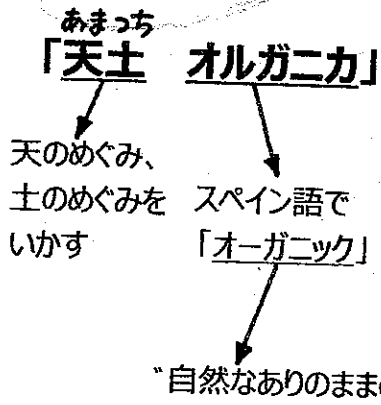
天土オルガニカFacebookページで詳しい情報を
www.facebook.com/amatsuchiorganica

「天土オルガニカ」で検索
 郵便個人宅配のご相談はメールでも受け付けています。

天土オルガニカ
 〒091-0022 取手市有馬1-1-15 1500の元6
 TEL/FAX 029-552-6170

パンフレットです。2回も訪問してお話を伺ったにもかかわらず、どうしても農法について文章にすることができませんでした(泣)。パンフレット、わかりやすい!!

屋号の由来



野菜の魅力

「植物のすごさ。植物は、地球と空間を繋いでいる生命。2つのめぐみをしっかり受けた野菜を作りたい。」

「自然は、行き着くところのない、完成のない世界。野菜づくりは、一生の仕事だと思いました。」

どんな野菜？

肥料分を入れず、土の生命力を高めて育った野菜は、雑味が少なく、爽やかな味で香り高く、やさしい甘みのあるお野菜が育ちます。

野菜作りへの姿勢

畑をよく観察し、日々の積み重ねで少しずつ生き活きとした畑を育てていきたいと思っています。

プロフィール

市原正隆さん

1976年大阪府枚方市生まれ。
25歳のとき、京都市内でアジア・アメリカの古着、日本の雑貨などを扱うショップ「REAL FREE」開業。
2009年、家族で京北辻町に移住。
農業にインスパイアされて、2013年、野菜作家として、農業ひとすじに。

恵美子さん

1972年三重県伊勢市生まれ。
アメリカ村の古着屋やエスニック衣料店で働いたのち、夫・正隆と共に「REAL FREE」を開業。今は名前を変えて活動中。「洋服大好き！」。
正隆さんの農業人生を支えつつ、子育て、洋服の仕事、京北での暮らしを満喫中。

感謝

この土地との出会い、人々との出会い、つながり、すべてに感謝しています。

子どもを介して、助けてもらい、教えてもらい、本当にたくさんの友達に支えてもらって楽しい暮らしを送ることができています。

こうやっていつも支えてもらってる友達や仲間、少しでも感謝の気持ちを返していけるように頑張っていきたいと思います。

集落のみんなで力を合わせて京北を盛り上げようと頑張っているこの京北が好きです。

たからもの

正隆さん：子ども！

恵美子さん：家族&仲間！

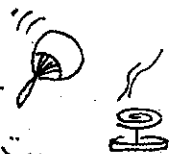
山国さきがけ祭り

家族全員、山国さきがけ祭りが大好き！
正隆さんはお神輿をかつぎ、
恵美子さんは追っかける。
京北に暮らす醍醐味だそうです。

貴重なお話、たくさんありがとうございました。自宅のお庭からは山国神社の美しい姿がよく見えます。改めてふるさとの魅力を感じました。
(田中真理)

すし米

『日本人の心』を大切に

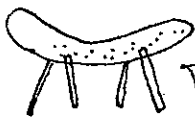


暑い暑い8月^^ まだまだ盛夏という感じですが...
 暦の上では 大暑から立秋そして処暑。そう秋に移ります。
 処暑、暑い? いえいえ(処)とは(止)おという意味で、ぼらぼら
 朝晩の涼しさを感じる事が出来る季節だということです。

盂蘭盆会 うぼな

8月は日本人にとって大切なお盆を迎えますね。
 ご先祖様が帰って来られる準備をし、お迎えして、またあの世へと
 お見送りする... ご先祖様と大切にやる心、伝えていきたいです。

お盆の馬



先祖の乗り物
『精霊馬』
しょうりょうま

早く帰って
来られるように

先祖の牛



ゆくり
あの世へ
行けるように

◎ ちょっと北の国から ◎ — 初行、一家の山里移住記 —

オ3回 夏休み

「ダテイ! 夏休みドコ行く?」
 海? 山??
 (馬) (山)

①

「郷に入れば郷に従えヨ!」
 Go 甘えろ!! 虎国奴が!
 (素) (虎)

③

「バカヤロ-! オストラクは」
 今からオストラクへ
 (素) (雪)

②

「たっラ、日本の風習に
 おはし 命せらヨ!
 (素) (雪)

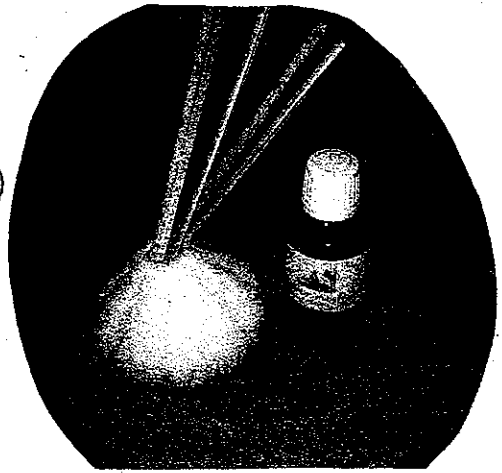
④

丹國蕎麦 物味遊山 中島 物味遊山を探索! (味) らいびす。

なうインタビュー ショッキング

アトリエキク
前川珠生
さん

まえかわ
たまお



Q1 アトリエキクさんのこれまでの経緯や特色、またどのようなことをされているのか教えてください。

A1.

住宅、店舗のインテリアコーディネーターをしながら、メーカー品ばかりの提案に、ちょっと疑問を持ち、その頃趣味で始めていた陶芸で、照明器具を作り提案した所、気に入っていただけました！それをきっかけに、不揃いの手作りのインテリアを提案し始めました。結婚を機に京北へ移住し、今まで作っていなかった食器を作り始め、今現在は自作食器のカフェへの夢を膨らませてます！

Q2. アトリエキクという屋号の由来も教えてください。

A2

フリーランスで始めた時に、殺処分直前の迷子犬を引き取り飼う事に。その子が男の子で、菊次郎と名付けました！（笑）ちょうど、陶芸も並行し始めた頃だったのですが、迷子犬繋がりでお仕事のお話を頂き、当初の注文数が、なぜかドンドン増え、気付いたら2倍ほどになりました！〇〇の恩返しでしょうか？！そんなこんなで、あやかって「キク」を頂きました（笑）

Q3 商品を通じてお客様に伝えたいことなどありますか？

A3

みんな同じ、ピカピカ、ツルツルのメーカー品にはない、手作りの不揃いの中で、過ごすゆるさとか温かさ、豊かさをお伝え出来るようになったらと…そして、それらを使う楽しさも、一緒に味わえたらいいなあと思います。まだまだですが…(◇◇)

Q4 今取り組んで"おられること
がんばっておられることについて
教えてください。

A4

奥京都美人、親子にっこり製作所の活動を、少しずつですが、重ねて
いっています！

◎この素敵な京北を、体感して頂けたらと思い、
「奥京都美人」という活動をしています！
この自然溢れる環境を、市内の方や、県外の方にも、
体感して頂ける1日を企画し、ひと月に1回、ミニ講
座、ヨガ、ランチ、ボディトリートメントで、リラ
ックス&リフレッシュな1日を過ごして頂いています！
京北在住のご参加も、もちろんOKです！

ご興味ある方は、

是非お問い合わせくださいませ



<http://oku-kyoto-bijin.weebly.com/>

Facebook:



「親子にっこり製作所」で検索！

◎「親子にっこり製作所」親子で、この京北の環境を、
めいいっぱい堪能しよう！！という活動もしています！
京北での子育てを、ママ自身が楽しんで過ごしていける
環境や、企画を展開中です！共働きで、じっくり遊ぶ時
間がないママも、サポートしてくれるスタッフの元で、
親子で泥んこになって遊んだり、大きな絵をみんなで描い
てみたり、子供と一緒に参加できる音楽鑑賞会などなど…
感じる心のままに、親子で一緒に過ごして、楽しもう！！
Facebookで、企画の応募や、活動報告をしています！
どんどん、ご参加して頂けたら嬉しいので、是非、チェック
してみてくださいませ。夏休みも盛りだくさんです！

Q5 最後に
「夢」も語ってください。

A5

まだまだ未熟なのですが、自作の食器を使ったカフェのオープンを夢に
がんばってます！そしてカフェをする事で、少しでも京北の紹介も出来
たらいいなあと。お野菜の生産者さんや、同じクラフトマンの作品も展
示販売も出来たら…京北を知って貰える事で、市内や他府県から通っ
て来てもらえるようになればいいなあとと思っています！

たまちゃんありがとございました。

SOBA菓子工房さらざん

みなさまこんにちは。周山の旧夕からがネマとに2, そば粉でお菓子を作っています, SOBA菓子工房さらざんです!

そばで日本の地域を元気にしたい...!! という想いの元,

今までにないそばの新しいおいしさ・楽しさをお伝えするべく,

日夜研究・発信しております! お菓子の他, そばと“ザ”などの軽食, 喫茶メニューもご用意しております。どうぞお気軽にお立ち寄り下さいませ!!

夏のギフト, 帰省土産に...
京都産そば粉のお菓子の
つめ合おせも承っております。
店頭・お電話にてご命じ下さい!!

Open 10:00~17:30
Closed 月・火
Tel 095-585-4040



京北に来てから8月で約10ヶ月。
いつもこの地域, 近所の方の
みなさまに助けていただくこと
ばかりで本当に感謝いたします。
いたらないこともありましたが,
これからどうぞよろしく
お願いいたします!!



夏バテを梅で吹き飛ばそう♪

『先生で!!』くあ〜!! うまい...
幸せは笑顔のお客様を見ると
私も幸せ—!! です。か...

クーラーと冷たいビールを飲んでばかりでは...

体は酸性になり、イライラ*頭痛*肩こり*不眠...

バテバテがどんどんひどくなるばかり...^①

そこでミネラル豊富なアルカリ性食品の梅をとってみては...^②

老化防止

食物が体に入って
排せ出すまでに

解毒 殺菌
浄血

健康促進

病原菌や酸の
過剰生産を抑える



腎臓と肝臓の機能
を高めます

カルシウムを吸収しやすく!!
イライラ防止
酸性に傾きやすい体を
中和させる*

腸内に入らぬ
細菌をブロック

...というところで
Syu's Barの
梅×2-を
どうぞ!!



猫ちゃんにも人気!? ペレット



ペレットが快適
トイレ! 気持ちいいなー!

ある日 1人の女性が遠路遠く、大阪からペレットを
買いに来られた。ストーブはシーズンオフの時期。
何に使われるのかはさぞと内心思っていたら、
「猫ちゃんのトイレにさ」とのこと。

その日は、定期的には餌を買いに来る入りの
「おたくのペレットはいい感じに出来て、原材料の匂いも少ないからトイレ臭もよく
本当に希望しているところよ」と嬉しいコメントも。

そこのうちに「〇〇ちゃんから紹介してもらったよ」という方が一気に増え
たのだった。ほんだから嬉しい原因... 「ロジックスグイ... かわいい」と
ロジの力を思い知らされたのであった。

ちなみに... 「うさぎちゃんのペレットもいいのさ〜」
って方もおられるんですよ!



森の力京都(株) TEL 952-0010

ペレットのペットで
スヤスヤ... 寝る



自然と暮らす、
自然に暮らす

SOUK(スーク)
0120-19-4848
スーク 不動産 検索

QOOTOF-OO
クートーフフリエイション
Tel 090-9052-3002 Fax 075-862-3287
Mail nishiyama@qootofoo.com WEB http://qootofoo.com

ごでまり
今井 真子 069-5362-4655
塚本 めぐみ 069-5362-4655
三ツ咲子 069-5362-4655

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
京都市右京区京北願出町東ノ水27-3
電話 (075)852-0874
携帯電話 .090-1676-8888

Syu's Bar
BURNING
Tel.090-7106-5538
Cream-9696-river@docomo.ne.jp
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3454
open21:00-close24:30 営業あり

京都市北山 森の中
杉のかほりに癒されて...
信子園 suginosei
FARM (株)K-Kファーム
601-0271 京都市右京区京北野原町南段50
TEL 075-852-1669 FAX 075-852-0804
MAIL suginosei@gmail.com

兼料
飯
す
ー
米


ご宿泊・お食事・ご宴会
喪事時のお食事等
ご予算に応じて賜ります


◆ご予約・お問合せ
京北黒山町 075-852-0032
http://www.sushiyone.net

岩摩モーターズ
IWAHANA MOTORS
有限会社 岩摩モーターズ
〒601-0531 京都市右京区京北上弓削町百合森3-1
Tel.075-854-0355 Fax.075-854-0069

SOBA 菓子工房
さらざん
Open 10:00-17:30 (L.O 16:30)
Close 閉店
〒601-0801
京都市右京区京北丁田21-8
075-856-4040
soba@tobitokyo.co.jp
そばの新しい魅力を日々研究・発信しています!

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

田中店 外カセ
田中眞理 
でんわ 090-5014-3002
FAX 075-253-0454
メール tanakawasefyna@plala.or.jp
ブログ http://tanakawaseblog11.fc2.com



山の家具工房 
〒601-0021
京都市右京区京東成町東ノ宮58
TEL 075-853-7039
e-mail yuzawa-kagu@necopora.net
http://www.yama-kogu.com

http://www.facebook.com/kameyahirokiyo
山崎 川崎 かのー
かめ川ひろきよ
亀屋廣清
〒601-0275
京都市右京区京北周山町東丁田13-2
TEL 075-852-0009
E-mail swile39@kameyahirokiyo.com


大島剛司
ドックアドバイザー
Dog village
greentail
山遊び/ホテル/しつけ相談
〒601-0275
右京区京北宇野町広野5番地 TEL. 075-852-1535
☎ 090-6732-4167 greentail-docomo.ne.jp

ライフヨガFUJIMOTO
http://life योगふじもとweebly.com
藤本めぐみ
080-5154-7000
megukko-v.v.v@docomo.ne.jp

焼き鯖ずし
京北すえひろ
yakisabazushi.com
854-0113 

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

ホームヘルプステーション
 **さくろ**
電話 855-1510

Gate
CREATIVE SPACE
〒601-0251
京都市右京区京北周山町下代ノ1
TEL 075-852-6750


京都 茶 楽
〒601-0251
京都市右京区京北周山町下代ノ1
TEL 075-852-6750
URL http://kroshun.com/

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

http://k-senta.com/ 
 工 房 **仙太**
江口 喜代志
*901-0313 京都市右京区京北戸町サウザン131
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240
HP 090-5168-1418
e-mail senta@silk.plala.or.jp

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

代表 大前 幹紀
TEL: 080-6152-2433

水源地京北
あなたに贈る音楽詩

atelier kiku

毎月朔日発行
発行者
米津 由実子
花倉 祥代
田中 眞理
連絡先
タナカミセ
090-5014-3002
表紙詩画
ヒューマン・リレーションセンター
三宝 裕氏

臨時タナカミセ

夏休みのお知らせ

いつもありがとうございます。

下記の日程で、夏休みをいただきます。

長い夏休み、ご不便をおかけしますが、なにとぞよろしくお願い申し上げます。

★ 夏休み：8月18日(月)～9月7日(月)

★ 8月のお出かけショップもお休みです。

次回は9月25日(木)です。

田中店(外灘)

でんわ：090-5014-3002 / F A X：075-853-0454

メール：tanakamise@ymail.plala.or.jp