

# なう



第19号

発行者  
なう編集委員会

もく米はたまかたねらん  
形はたねはたねのこころ  
まじりあはれはこころ  
食をこころえり  
私を形をかたねの時たまかたね  
たまかたねはたね  
やまかたねはたね  
神様はたねはたね  
たまかたね



## 目次

12月

タナカミセ	・・・シヨコラ食パン帰ってきます!	2
hana	・・・「忙しい」は「心を亡くす」	3
COMだより	・・・バスの車窓から	4
「なう」以外ユー・ツヨクツク	・・・「森の力京都株式会社」久保和則さん	5
すし米	・・・お家も気持ちも整えて	6
Syus Bar	・・・冬至 冬なか 冬はじめ	6
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	7・8

# 田中店 タナカミセ



いつもありがとうございます。  
今年も無事に終わろうとしていることに、感謝します。

日々の暮らしに幸せと笑いを、心・体・おうちをシンプルに、よく考えると欲張りな目標を掲げて  
そと頑張ってきたつもりですが、笑ってしまうほどに、進路をそれて熱帯低気圧に変わった台風状態。

12月の末で、タナカミセは7歳になります。すべてのことに、人に、感謝です。

今年は、創業される方のセミナーで、短時間、お話をする場をいただきました。  
自身を振り返る、大変よい機会となりました。ドラマチックな物語はなく、率直な、本音のところを  
部分的にお話させていただきました。  
パン屋になる前には、「自分は何かしら特別な存在だ」「社会に対して、何か役立てる」的な考えがあり、  
今から思うと、おこがましいヤツでした。

(そんなカン違いをしていたから、思い切ってパン屋になれたのでしょう)  
実際にパン屋になり、お客様、スタッフ、家族、あらゆる人々に支えられて、存在している、  
「実は何者でもなかった自分」に気づきました。焼かせてもらっていることに感謝、もっとおいしいパンを  
目指していきたいと、心から思えるようになりました。  
「斜め後ろから、社会に関わろうとしていた自分」から、「下から社会に存在していたい自分」に、  
シフトした気がします。  
パン屋になっていなかったら、どれほど偏った人間になっていたことでしょう。  
創業時のカン違いも、成長するために必要なことだったのだなあ、ありがたいことだなあ、と改めて思いました。

更に今年は、自分の意思とは無関係に、いろんな出来事が起こり、「逃れられないドタバタ劇」に  
端役で出演している感じがあります。時々噴火したりしつつ、やっぱり悟りきれていない自分にガックリくることが  
少なくありませんが、これもまた、自分には必然のできごとなんだろう、と思っています。

「いつか、こうなりたい、いつか、いつか、」から、「今、こうしよう」へと、1ミクリい進んだかな、  
とささやかに思いながら、「焼きま〜す、美味しいパン」と叫んで、今年を締めくりたいと思います。  
読んでいただき、ありがとうございました。

…「こんな記事載せたら、またなんか暗いパン屋やなあって思われへんやろか？」  
だんだん心配になってきて、家族に相談。  
「それでも『なう』やから、これもあり、とちがう？」

## おでかけショコラ

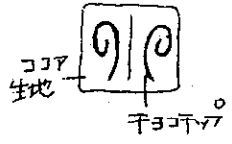
12月25日 (木) 12:00  
open

## 年末年始のお休み

12月27日 (土)  
?  
2015年1月11日 (日) まで  
1月12日 (月) より営業いたします。  
よろしく願い申し上げます。

12月は…

### ★ ショコラ食パン



今回から、  
真ん中ぞちぎれる  
形です。  
食べやすくて  
おいしいです。

### ★ モッツァレラベーコン



ベーコンD-1L  
進化です。

中にはモッツァレラチーズと少量のマヨネーズ

「今」思うこと。

ついついやってしまっていた

「1日の稼働時間を隙間なくビッシリ埋めてしまう」というスケジュール管理。時間の見込みがキツキツだから、次の予定に向かう準備不足が生じ、どんどん押していく……

できるビジネスパーソンは1日を90分単位に分解しているそう。60分の仕事であれば前後に15分の準備と整理の時間を予定する。合計90分というわけ。

場当たり的な仕事の進め方をしないように。スケジュールは前後の15分をしっかりと大切に。

さあ！ 今でも自分にしか見えない準備と整理の時間をしっかり……だな。



「忙しい」

は

「びを

とくす」



おもしろ  
中学生トーク

調理実習で「ハンバーグ」を作ったそう。

私 「お味はどうだった？」

娘 「ハンバーグは美味しかった」

私 「???' 「ハンバーグは…でどういふの？」

娘 「あー。つけあわせの野菜が自然の味やった」

『自然の味』だって！

その表現に笑ってしまったのは私だけかな(笑)

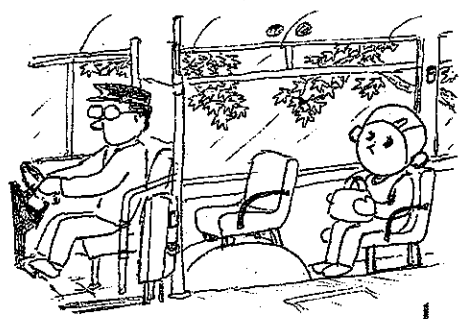
# バスの車窓から

周山発⇒京都駅行のJRバスに久しぶりに乗った。  
いつもは自家用車で市内まで出るので、若干時間  
のかかるバスは面倒だな・・・という気持ちだった。

しかし乗ってみると、いつもと違う景色が目の前  
にひろがり、北山杉の深緑の中に真っ赤なもみじや  
黄色い葉っぱがより一層鮮やかに映り、心癒される  
気がした。いつも目的地まで行くことしか考えてい  
ないが、ゆっくり景色を眺めることだけで心にゆと  
りができた感じがして、穏やかな気持ちになれた。

また運転士さんのお客さんに対する心遣いが、言葉と運転から感じ取れ、  
それだけで割安回数券を買うのをやめ、現金で1,180円払うことに(妙に)  
心地よさを感じた。時々バスを利用するのもいいかな・・・

(ほんとは常に心のゆとりが欲しいです)



## ◆ スポンサー様とのコミュニケーション ◆

～北山杉アロマと生産者様から漂う香り～



『なう』へ沢山のスポンサー様にお世  
話になりながら、お顔も拝見したこと  
ない方があり、編集委員として大変申  
し訳なく思っている今日この頃。

11月3日の「けいほくふるさとまつ  
り」で出店されていたスポンサーの方

私は洗浄剤のゼリーを  
器に入れ、アロマオイルを  
数滴おいて、楽しんで  
います!



もおられ、今回K・Kファームさん  
とお話しさせて頂くことができました。  
北山杉の若葉を使ったアロマにも魅力は  
ありましたが、お話しさせて頂いた村山  
様の、商品やこの町に対する思い「人と  
なり」を肌で感じる事ができた気がし  
ました。今回『京乃香』を購入し、自宅  
で香りを楽しんでいます。

これからもスポンサーの皆様とのコミ  
ュニケーションを積極的にとって『元気  
をいただきたい』と思います。

(米津)

# 「なう」インタビュー - ショッキング

どのようなことになっているのですか？

京都府で初めての大規模木質ペレット製造プラントとして2009年に創立。

京都市内の森林から発生する間伐材を原料とした「木質ペレット」を製造しています。

森の力京都株式会社  
くぼかずのり  
久保和則さんです。

「なう」な事は何か？

色々な職種の方たちとの繋がりをもち、木質エネルギーの普及・啓発に（森の？）力を入れています！！

屋号の由来を教えてください

森の恵  
森から生まれるエネルギー  
森が持っている力  
↓  
「森の力」



ちなみに・・・

ロゴマークの3本の木は漢字の森が3つの木から成り立っているところから。あと・・・



3人の息子達で3つの木という説もあるとか！

商品やサービスについて

お客様に伝えたいこともいろいろあります。

「木質ペレット」とは、乾燥した木材を粉碎し圧力をかけて円筒状に圧縮形成した固形燃料のことです。

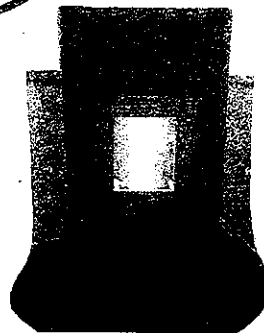
100%木のみを原料としており、接着剤等の添加物を一切使用していません。まさに、森の恵から生まれた環境にも身体にも優しいエネルギーなのです！

寒い冬・・・揺らめく炎が身体を芯からじんわり暖めてくれます。そして心も一緒に癒され、心身ともにポカポカにしてくれますよ！



夢は何か？

地域住民との繋がりをもち、（住人が出してきた木材を使い、エネルギーにして循環させる）地産地消を目指すことです。



久保和則さん  
ありがとうございます。  
ございました。

料理雑誌

# すし米

～お家の気持ちを整えて...～

◎ 年末年始の案内

『祝肴』いかにがな

お正月、御祝のお酒の肴にいかがですか？  
おせち料理とはちおと違つた味わいを...

(七寸折一段 九ツ仕切 限定20  
12月3日 15:00～受渡し  
10,000円(税別))

大人気！ 幹事さんお助け、忘年会・新年会 パウチ

寄鍋 + 飲放題 (2時間) ⇒ 6300円ポッキリ !!

いよいよ師走！

毎年、年末の大掃除をきちりとして、気持ち良くお正月を迎えようと思っておりますが...

12月13日は 正月の準備と始める事始めです。

大掃除の第一歩、<sup>おまはり</sup> 某払いから始め、  
「きちり」出来る事から「まはり」が鳴\*  
きれいになつたら祝肴の前に、「おめでとクエン」

本年もご愛顧賜り有難うございまして、来年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

## 『冬至 冬なか 冬はじめ』

一年で一番日が短かく、陰が極まる冬至。 <一陽来復>とも表わします。

何だか暗い感じの冬至ですが、<sup>こけり</sup> 氷下、悪いことが続いた後、幸運に向かっていくという意味にも使われますので、<sup>こけり</sup> 此れ境に明るい春に向かっていくパワーを蓄えましょう！！

### Syu's Bar

SUSHIYONE

① のつく食べ物と食生活

- 南京(鴨川)
- 人参
- 蓮根
- 銀杏
- 寒天
- うこん

太陽の力が弱く  
人の視覚も衰えるので  
乗り越える知恵

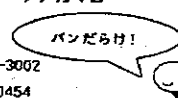
体内の砂とおとし、  
おしにせく  
食生活


小豆粥  
小豆団子  
赤飯と食生活

邪気をはらう  
風邪と風邪の  
柚子湯に入る

...というわけで Syu's Barで  
Xmasに取り入れたい

玄挽、十割  
丹国蕎麦 **物味遊山**  
山に遊び、物を味わう。  
京から岩狹へ続く、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 外記**  
田中眞理   
でんわ 090-5014-3002  
FAX 075-853-0454  
メール tanakamise@ymail.plala.or.jp  
ブログ http://tanakamiseblog111.fc2.com


山の家具工房   
Y901-0271  
京都市右京区伏見町南ノ前59  
TEL 075-853-7039  
e-mail yama-kagu@copora.net  
http://www.yama-kagu.com

http://www.facebook.com/kameyahirokiyo  
\* 北山 周山 かのーま  
**かめやひろきよ**  
亀屋廣清  
TEL 075-852-0009  
E-mail smile39@kameyahirokiyo.com

  
Dog village **green tail**  
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  
TEL 090-6732-4167 ■ greentail@docomo.ne.jp

ライフヨガFUJIMOTO  
http://lifejogafujimoto.weebly.com/  
**藤本めぐみ**  
080-5364-7000  
megukko-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 魚びす屋  
電話 0771-75-2123

ホームヘルプステーション  
  
**さくろ**  
電話 855-1510



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

  
**QOOTOFOO**  
クートフーフリエイション  
Tel 090-9052-3002 Fax 075-862-3287  
Mail nishiyama@qootofoo.com WEB http://qootofoo.com

  
**にでまり**  
今井 真子 090-5362-4695  
mail:shin@docomo.ne.jp  
藤本 めぐみ  
黒川 修子 090-7106-5538  
Clean-0656-@docomo.ne.jp  
田村 咲子

**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木27-3  
電話 (075)852-0674  
携帯電話 090-1676-8888 

ちよっと  
おしゃべり  
するの  
BAR  
  
**Syu's Bar**  
RUBHYHOME  
Tel.090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomo.ne.jp  
http://biogs.yahoo.co.jp/syu3434  
[open21:00-close24:00 遅酒あり]

京都市北山 森の中  
杉のかほりに癒されて...  
  
**杉名園 suginoe**  
  
(株)K-Kファーム  
601-0271 京都市右京区京北熊田町東田50  
TEL 075-852-1688 FAX 075-852-0804  
MAIL suginoe@gmail.com

兼料  
兼料  
**すー米**  
ご宿泊・お食事・ご宴会  
寒暑時のお食事等  
ご予算に応じて賜ります  
◆ご予約・お問合せ  
京北周山町 **075-852-0032**  
http://www.suahiyona.net

  
**岩鼻モーターズ**  
IWAHANA MOTORS  
有限会社 岩鼻モーターズ  
〒601-0531 京都市右京区京北北上町百合勇3-1  
Tel.075-854-0355 Fax.075-854-0069

  
**SOBA 菓子工房**  
さらざん  
Open 12:00-17:30 (L.O 16:30)  
Close 閉店  
〒601-0271  
京都市右京区周山町東丁田21-6  
075-852-4040  
soba27@hotmail.co.jp  
そばの新しい魅力を日夜開発・発信しています!

**Gate**  
CREATIVE SPACE

〒601-0251  
京都市右京区京北馬山町下野7-1  
TEL 075-852-6750

TEL 090-5168-1418  
URL <http://kyoban.com/>


京都 京北の地産野菜  
「さくら」の味を  
お楽しみください  
お電話ください

  
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馬山町小野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  
〒601-0213 京都市右京区京北井戸町ケケ131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail [senta@stik.plala.or.jp](mailto:senta@stik.plala.or.jp)

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

代表 大前 幹紀  
TEL: 080-6152-2439

水源地京北  
あたと園産品

**atelier  
kiku**

創業22年  
黒毛和牛を生産する

**登喜和**  
Tel 075-852-0012

**京北商工会女性部、カレンダー作りに取り組んでいます。**

京北商工会女性部では、今年度の事業として、2種類のカレンダーづくりに取り組んでいます。ひとつは、ヘルパーステーションさくらを利用されている皆様にプレゼントするための、「さくらカレンダー」です。

「京北の桜100選」さん、地域住民の皆様の協力を得ながら、1月～12月まで、全部の月が京北の桜の写真で彩られています。どの月も、満開の桜が咲き誇り、1年間京北の美しい自然を楽しむことができます。

もうひとつは、事業所紹介のカレンダーです。初めての取り組みです。役員の事業所と、今年の女性部の事業などを紹介しています。長く続く事業になればいいなあという思いで作りました。こちらのカレンダーは、町のあちこちに置かれます。毎月、お得なクーポンもついています。ぜひ、お持ち帰りくださいね！（田中）

毎月朔日発行。発行者 米津由美子 花倉祥代 田中真理 (090.5014 3002)  
表紙詩画：ヒューマンリレーションセンター 三宅裕氏