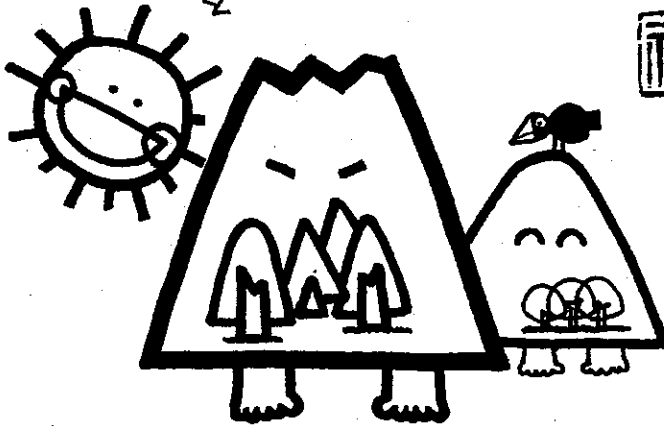


# なろう

山が  
赤い

千々石  
成功  
友松  
仕事  
君



第22号

発行者  
たの編集委員会

## 目次

3月

COMだより	・・・家族を見る⑦	2
hana	・・・明智光秀の埋蔵金	3
タナカミセ	・・・カスタードクリーム、楽し。	4
	・・・3月の営業案内	5
番外COMだより	・・・コンビニは男性の憩いの場	6
	・・・「コミュニケーション」を楽しむ!	6
すし米/Syu's Bar	・・・暑さ寒さも彼岸まで	7
ホレボレ星人の旅③	・・・新宮亜矢子さん	8
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	9~10

## 家族を看る⑦『幻覚、被害妄想』

(先月号より続き)

おじいちゃんが寝ていた部屋は日当たりの悪い狭い部屋だった。少しでも明るく目の届く場所に来てもらおう・・・と家族で相談し、我が家で一番日当たりのよい部屋へおじいちゃんを移動させた。



ところが、環境が変わったせいとおじいちゃんの言動がおかしくなった。もともと頑固であった性格がさらに頑固さを増し、やりづらくなった。お見舞いに来て下さった人に対しても『顔も見たくないし、見舞なんて来てもらわんでええ!』と大声で言ったものだから、来客者が帰られた後、父親と大喧嘩していた。

結局落ち着く気配もないため、元の狭く日当たりの悪い部屋に戻した。と同時におかしい言動も治まった。

環境を変えることは、かなりストレスのかかることなんだ・・・と後で実感した。

秋になり、幻覚や被害妄想が時々起こる様になった。『米を誰かが盗んだ』『わしが捕って干したマムシがあれへん! お前どこか持って行ったやろ!』と怒られることもあった。

吉本新喜劇のドタバタ芝居を観て

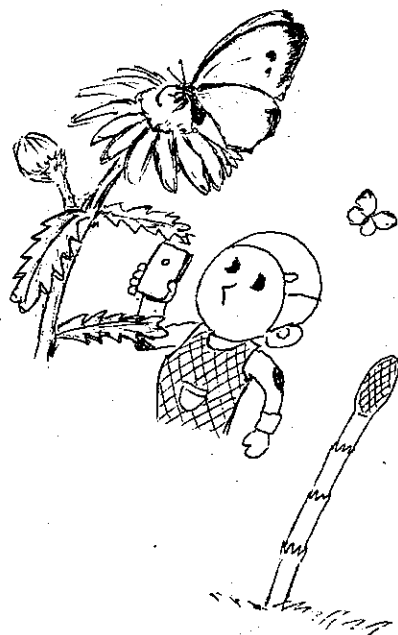
『喧嘩したはる。お前止めてこい!』

など色々言われた。

おじいちゃんは病気(肺がん)による痛みやしんどさが出ると結構正気だったが、少し身体が楽な時は、幻覚や被害妄想が出るようになった。幻覚や被害妄想の症状で、家族もおじいちゃんの体調が少しずつ分かるようになっていた。

(次号へ続く・・・)

(米津)



# 明智光秀の 埋蔵金



〈京北の昔がたり〉  
5/1

光秀が織田信長を討ったあと、  
秀吉軍と山崎で戦い、そして破れ  
退却中に百姓に殺されたという  
「三日天下」の話は、歴史にうとい  
れども知っています。  
ここからです！



光秀の弟光春のところに光秀の死の知らせがとどき、これは大変だと  
安土城の城内の武将を集めて「明智の命運はここに尽きた。  
敵の来襲までにはまだ数刻あるから残る軍用金を持って

周山に落ち延びよう」と  
城に火を放ち、山河を越え  
周山におかりと伝えられて  
います。光春は光秀が建て  
た密厳寺や周山城築城の  
ときに協力した周山の住民  
に感謝を述べたこの思い  
から周山まで来られ土地の人  
たちにわけ与えたようです。  
そしてこの明智の軍用金が  
周山にかくされているという……

生きてるだけでまるもうけ

## 続「アドラー」の教え

〈共同体感覚〉

ここに存在あること  
それ自体を喜び感謝  
「何かをする」という行為は  
関係なくて、「生きている」  
という存在が価値  
私の存在に価値がある

わがたがうなわがらないうな  
またまたつづく……

つづく

タナカミセ ☺ いつもありがとうございます

## カスタードクリーム、楽し。

2月のパン、アップルカスタードを作るのに、何度もカスタードクリームを煮ました。煮ているうちに、どんどん煮る作業が大好きになり、勢いに乗って、3月は「カスタードクリームパン」を焼きたいと思います。

学生時代、パン屋さんでアルバイトをしていました。

そのときは、ボウルの形をした大きな銅のお鍋で、1度に4リットルの牛乳を使ってカスタードクリームを煮ていました。混ぜるのが重くて重くて、腕がだるくてだるくて、でも手を止めると、すぐに焦げそうになるので、もう汗だくになりながら、カスタードと格闘していました。

火を止めるタイミングもまた、緊張の瞬間で、ちょっと苦手な作業でした。「今日はカスタードを煮なくてよい」という日は、心からほっとしたことを覚えています。

(タナカミセでは、1度に1リットルの牛乳を使ってこじんまりと煮ています！)

おうちで作りやすい分量に小さくしたレシピを紹介したいと思います。

## カスタードクリーム

A	卵黄	2個
┌	砂糖	100g
	コーンスターチ	10g
	薄力粉	20g (コーンスターチと合わせて茶漉しなどでふるう)

牛乳 350g

無塩バター 12g

ラム酒 少々(バニラエッセンス少々に置き換えても)

①ボウルに上から順に「A」を入れ、その都度ホイッパーでよくかき混ぜる。無塩バターとラム酒も準備しておく。

②牛乳をお鍋で温めて、沸騰させる。

③②の牛乳を一気にAに注ぎ、大急ぎでホイッパーでよくかき混ぜる。底から底からしっかりと！(アルバイト時代、ここでかきたま汁になったらどうしようときどきでしたが、大丈夫、キレイに混ざります！)

④よく混ぜてから、大急ぎで牛乳を温めた鍋を洗ってふく。

⑤④の鍋に、ざるをあてて、③をこしながら鍋に入れる。

⑥ホイッパーと、ゴムベラを手元に準備してから、弱めの中火にかける。

⑦最初はホイッパーでぐるぐると混ぜ続け、ホイッパーの先にカスタードが少し固まってきたら、ゴムベラに持ち替えて、絶えず混ぜ続ける。火加減はそのまま。もし、焦げつきそうになってきたら、少し火を弱める。

⑧牛乳の泡が消えて、全体がつるりとまとまり、ツヤの出る瞬間があります。急いで火を止めます！

(このとき、かなりやわらかめですが、冷めるとかたまりますので、ご安心を。)

⑨無塩バターとラム酒を加え、よく混ぜて、バットなどにあげる。

ラップをぴったりと貼り付け、そのまま冷ます。

①から⑤までは、のんびりと作業してもらってOKですが、⑥からは、緊張感と集中力、スピード感が重要です。

何度か繰り返し作って慣れてくると、なんだか楽しくなってくるのです。ぜひ、お試しください。

何に塗っても、どんなフルーツと合わせても、美味しいです。

次回は、気になる残りの卵白2個分を使ったお菓子を紹介します。お楽しみに！

# きなこクリーム

3月のパン、続きです。

もうひとつは、「きなこクリームパン」。

こちらは、きなこ、無塩バター、砂糖、生クリーム、そしてざらめ糖を使ったクリームを、白くふんわりと焼き上げたパンにはさみます。

(アップルカスタード・アップルナッツクリーム、今季終了です)

実家に暮らしているマルチーズのきなこちゃん。

3月に入院して、手術をします。

きなこちゃん応援パンでもあります。

# ハムロール+野菜

さて、もうひとつ。

「ハムロール+野菜」です。

今まで、ハムロールは、ハムと玉ねぎを使ってチーズをかけて焼いていました。

もうひとつ種類、トマトやキャベツを足すと、野菜の水分がいい仕事をしてくれて、しっとり食べやすいハムロールになることに気がづきました。

トマトがおいしいですが、季節がら、春キャベツをのせて焼く日もあります。

じゃがいもの日も。どうか、お楽しみに。

(モッツアレラベーコン、お休みです)

## 田中店 営業カレンダー 2015年3月

日	月	火	水	木	金	土
1 定休日	2	3	4	5	6	7 定休日
8 定休日	9	10	11	12	13 ////// 臨時休業 ////////	14 定休日
15 定休日	16	17	18	19	20	21 定休日
22 定休日	23	24	25	26 お出かけショップ 配達お休み	27	28 定休日
29 定休日	30	31				

からすま

鳥丸御池

12:00 open

≡来店お待ちしております

# コンビニは男性の憩いの場！？

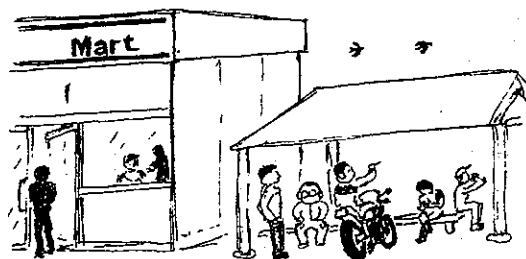
番外comだより

京北に念願のコンビニエンスストアができて数年経ちました。

「ちょっと何か欲しいな・・・」と思った時、気軽に立ち寄れるのがコンビニ。買い物客の性別をみると、どうも男性の方が多いような気がします。

スーパーマーケットの屋内外では、主婦の方がばったり出会って世間話をする、という光景をよく見かけますが、コンビニでは男性が立ち話をしている姿をよく見ます。

地元においてもなかなか顔を合わせる機会のない男性が、コンビニでたまたま会う。またツーリングの人達に声をかけ、バイクの話で盛り上がる等、男性にとってはコンビニが最適な憩いの場になっているようです。コンビニって色々な役割を果たしているのですネ。



## 「コミュニケーション」を楽しむ！

～2月22日(日)第6回コミュニケーションセミナー開催～

「人と人との関わりを大切にしたい！」気持ちからスタートした「comの会」主催のセミナー、たくさんの方にお越しいただきました。

ゲームを通じて参加者同士の自己紹介から始まり、「チームワーク・リーダーシップとは？」を学ぶ「体験学習」、午後はアロマテラピー体験。場所や用途、個々にあった香りの選び方などを学びました。



(参加者の感想)

『日頃は自分から話す機会は少ないが、セミナーでは積極的に発言する機会が多く、色々な気づきがありました。』

『多種職、幅広い年代の方と関わることができ、学びも大きかった。』(米津)

# すし米

## 弥生プラン

『暑、寒、も 彼岸まで』

春分を迎え、ようやく過ぎ去り  
なってきました。冬憶おに  
だった外仕事もしていただけます  
春と言えは、私個人的に  
変わらせて頂くイベントが  
続きます。 4月にお知らせ

4/12(日) 花降里まつり  
5/13(木) こまり★着物ショー  
6/7(日) 雄造浩10周年  
準備はそれぞれ着々と進んで  
おります。イベントに  
変わらせて頂くことで

(縁の下の力持ち)の存在の有難みがよくよ〜く  
感じる事が出来ます。陰で交えている方々の力です!  
決して表からは見えはいいですが、  
無いとイベントは成り立ちません。  
お陰様と言いますが、まさにその(陰)とあって  
下さる方。イベントに限らず、仕事でも日々の生活でも...  
お陰様に感謝です。

もう少しお鍋もお楽しみ下さい...  
(おにん鍋と合鴨鍋、両方食べた...  
という時の心お米オリジナル!!

《合わせ鍋》のプランです。  
☆ 平日2泊泊  
一泊=食付 16,000円 (税抜き)  
月~木曜日の2泊泊  
二名様=組限定

☆ 宴会  
お一人様 8,000円 (税抜き)  
※ 合わせ鍋プランは 合わせ鍋と  
東北食材で作った自慢の料理、  
それに合う羽田酒造のお酒と  
お付け致します。

Syu's Bar  
BUSHIYONE

### 50の手習い

この年になって、学んだり、習ったり、練習したり... まさか!! 想像してません  
でした。でも、目標を持って、生米を頑張る事は、パワーとなり、  
『まだまだ!! あそびまで!!』と自分に厳しくなる事、この年になって、大切な事  
お茶の師匠は、「お茶をしていると、一生退屈がとめあかんわ」と仰ります。  
お茶に限らず、学ぶという事は、いつか、いつまでという事はありません。  
そして、学んだ事は、一人占めせず、伝えていくべきと考えます。

その思い、 稟の活動...

→ 次回 お知らせ致します

# ホレボレ星人の旅③

久しぶりのほれほれ星人です。

前回ご登場いただいた「土土オルガニカ 市原正隆さん&恵美子さん」からご紹介いただきました。「新宮 亜矢子(しんぐう あやこ)さん」です。

## ★亜矢子さんのこと。

住まい	京北烏居町
家族構成	夫・息子(5歳)・文鳥ビチ(8歳)
プロフィール	1977年東京都江東区生まれ。都立芸術高等学校→石川県立輪島漆芸研修所→宇治市の長屋で8年生活→2010年8月、京北に移り住む。
仕事	①漆管制作。陶器などの金継ぎ直し。時々展示会へ出品の作品制作。 ②夫の仕事「木漆 新宮」の雑用・お手伝い。
趣味	手もみ茶づくり・淡竹(破竹)の冷凍と瓶詰めづくり。 茶道と着付け始めました。
たからもの	息子
京北との縁	工房兼住宅にできる土地と古家を探して、京北にたどりつきました。
京北好きな場所	家の近辺・山国神社周辺・ひかり保育所・すし米のお茶室
京北ここが好き	季節を感じる暮らしがあるところ(雪景色・山菜・虫・鮎・祭り)
目標・夢	地に足の着いた和女子のおばちゃん。工芸や美術、日本文化をもっと楽しみたいです。今まで身に付けたことを、おばあちゃんになる頃には、漆の製作に活かせていたら嬉しいです。

## ★「木漆 新宮」(もくしつ しんぐう) のこと。

夫、州三(しゅうぞう)さんは、木工と漆の作家さん。

伝統工芸としての「漆」は、①木地②下地③上塗④加飾(蒔絵など)、と分業で行われているそうです。

新宮さんは、全工程を自身で行う、一貫制作をされています。

いくつか作品を見せていただきました。

美しく、私のがさつな手で触れてもいいのだろうかと戸惑いつつ、使ってみたいな、似合う人になりたいなと思いました。

## ★亜矢子さんの「なう」

「京北初めて物語」…初めてのムカデ、カメムシ、草刈、雪かき、町内会、消防、お祭り、子どもの付き合い、季節の変化と向き合うこと、、、制作が暮らしの中心だった宇治時代からは、想像できない暮らしが始まったそうです。

「漆の仕事、母親であること、作家の妻として、京北での暮らしのすべてを充実させていくことの難しさを感じています。

変動的な生活の中でも、少しずつ自分らしいペースを掴みたいです。

そして、京北での出会いをきっかけに、お茶や着付けなど、ずっとやりたかったことも楽しんでます。」

「先ばかり見すぎて、『今』に言い訳ばかりしていたことに気づいたんです。

先が読めないから、『今』を大切に、楽しみたい。

趣味でも仕事でも、楽しいことしか、頑張れないですね。」

亜矢子さんのことばに、何度もうなずき、何度も読ませてもらいました。ありがとう。

「なう」のあり方そのものだなあと思いました。ホレボレ星人も、「今」を大切に、精進してまいります。

次回は、あいがも農法「小谷口 歩 さん」をご紹介いただきました。お楽しみに。



玄挽、十割  
丹国蕎麦 **物味遊山**  
山に遊び、物を味わう。  
京から岩状へ続く、丹国蕎麦紀行。  
京都市右京区京北周山町東丁13-3  
TEL 075-852-1680  
monomi-y@hotmail.co.jp  
http://monomiyuzan.okoshi-yasu.com

**田中店 好社**  
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

〒601-0271  
京都市右京区京北周山町西丁1-6B  
TEL 075-853-7039  
e-mail yuzawa@nccopers.net  
http://www.yuzawa-factory.com

http://www.facebook.com/kameyahirakiyo  
\* 五山 周山 園の一室

**かめやひろきよ**  
亀屋廣清  
〒601-0251  
京都市右京区京北周山町西丁田10-2  
TEL 075-852-0009  
E-mail swile39@kameyahirakiyo.com

Dog village green tail  
山遊び/ホテル/しつぽ相談  
〒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

代表  
大島剛司  
ドックアドバイザー

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

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

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

QOOTFOO  
クートフーフクリエーション  
Tel 090-9052-3002 Fax 075-862-3287  
Mail nishiyama@qootfoo.com WEB http://qootfoo.com

たごまり  
http://todeman.weebly.com/

今井 真子 080-5362-4665  
mail-shinko@docomone.jp  
黒川 修子 090-7106-5538  
cream-9696-river@docomone.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  
京都市右京区京北醍醐町東ノ木27-3  
電話 (075)852-0674  
携帯電話 090-1676-8888

もよおと新れる暮らしのBAR

**Syu's Bar**  
SUSHIYONE

Tel.090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomone.jp  
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434  
open21:00-close24:00 毎週酒7

嵐山町「昇蓮茶館」すし米一内

京都市北山 森の中  
杉のかほりに癒されて...

FARM (株)K・Kファーム  
601-0271 京都市右京区京北周山町新田50  
電話 075-852-1569 FAX 075-852-0804  
MAIL suginose@gmail.com

杉谷 晴

業務  
展開  
**すし米**

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  
京都市北山町 **075-852-0032**  
http://www.sushiyoune.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倉3-1  
TEL.075-854-0355 Fax.075-854-0069

SOBA 菓子工房  
さらざん

〒601-0271 京都市右京区京北周山町新田21-6  
075-852-3040  
sobaworkshop@nccopers.jp

そばの新しい魅力を日々研究・発信しています!

**Gate**  
CREATIVE SPACE

TEL 075-852 6750

竹屋から  
そば

京都  
茶屋  
京都の茶屋は  
京都の歴史を  
語る。京都の  
茶屋は、京都の  
文化を伝える  
重要な存在だ。

TEL 075-852-0001  
URL <http://kyojan.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柳5番地1  
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

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

**仙太**

江戸 喜代志

〒601-0313 京都市右京区京北井戸町田ヶ下131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail [senta@stik.pitaka.or.jp](mailto:senta@stik.pitaka.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田町松ヶ下17-2  
電話: 075-852-0493

代表 大前 幹紀  
TEL: 080-6152-2433

水源(東京)北毛  
あたご 温泉倶楽部

atelier  
kiku

創業32年  
黒毛和牛生肉専門店

**登喜和**

Tel 075-852-0014

山を守り、里を育む

**井口木材** 井口 和司

京都府知事許可(般-21)第38134号  
京都府海木村建設認定専業店

〒601-0534 京都市右京区  
京北下弓削町藤山10  
Tel 075-854-0106

森の手づくりキッチン  
**ローズカフェ**

~木の良さを盛り込んだ Cafe から発信~

編集後記

あるあるですが、1月は「行く」、2月は「逃げる」、  
3月は「去る」の言葉どおり、本当につい  
このあいだ新年を迎えたと思ったのに、  
もう3月。春の足音も聞こえてきましたね。  
私は春というと、「巣立ち」「旅立ち」という  
感覚が大きく、最近は何となく取り残さ  
れるようなさびしい気持ちになります。  
これって自己中心的な考えですよわ(シク)  
これから卒業、入学のシーズン。大人な(?)  
私も新鮮な気持ちでワクワクして春を  
迎えています。(花)

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