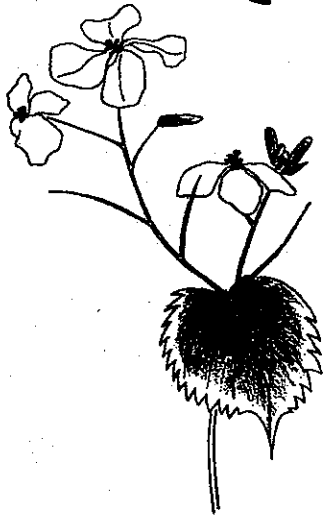


# なろう



ひまわり  
 十の字のつぼみ  
 かなを刻む  
 ぐさ  
 二重のつぼみ  
 文のつぼみ  
 花のつぼみ  
 花のつぼみ  
 花のつぼみ  
 花のつぼみ



第30号

発行 編集委員会

## 目次

11月

COMだより	・・・ 恩師のことば	2
hana	・・・ 地元の高校のこと②	3
タナカミセ	・・・ 11月のパン	4・5
すし米	・・・ 霜月、ついに冬本番、立冬	6
Syu's Bar	・・・ “あて” からだに気配り	6
こでまり通信	・・・ こでまり☆お茶会のお知らせ	7
物味遊山	・・・ 間違いさがし	7
曾根さんの手づくりレクリエーション	・・・ おじゃみ投げ	8
	・・・ 今月のハグ!	9
協賛のみなさま	・・・ ありがとうございます	9・10

# 恩師のことば

comだより

おいかいんいら

現在、ヤマダ電機陸上部監督の森川賢一先生  
私が高校生の頃、北桑田(高校)の体育教師で  
陸上部顧問でもおりました。

その後、桂高校 → 伊教大 → ヤマダ電機へと、  
日本を代表する長距離選手を数多く育ててこられた先生  
です。

そんな先生と20年ぶりに連絡を  
取ることができました。



『(世界の舞台に選手を並べさせることが  
できるのは、) あははで勉強させてもらっ  
たおかげです』 などの言葉。 「あ、なんと恐れおろし!!

今ある私の生活、精神も森川先生から学ばせて  
いただいたことが基礎にできています。

人はいろんなところで沢山の事に助けられ、育て  
られていること。これは若いときだけでなく年をとって、死ぬ  
まで続くんだと感じました。 手は一つ成長!


世界陸上大会も、あ、びり自分が出場  
した気分で見守っていたこと (by 米澤)



~PS-東業団は1年のうち200日くらい合宿  
らしい。森川先生は京都 → 群馬へ単身  
赴任したそうですよ。

## 地元の高校のこと②



北桑田高校普通科の子たち  
帰ってきましたグアムから。キャンプにサングラス 完全にグアム  
かぶれの高校生たち オートな  ← ニウいう手として  
「ほ～ぶあてい～」と言っていたハズ!

少なくともうちの子はそうだった(笑)

話を聞くと 現地の高校生はさすがアメリカ人。  
とても気さくて 交流の子以外の校内の子たちも  
「ハイ」と声をかけてくれたそう。

文化が違う人々との交流は きっと北高生の  
心に浸透したことでしょう。

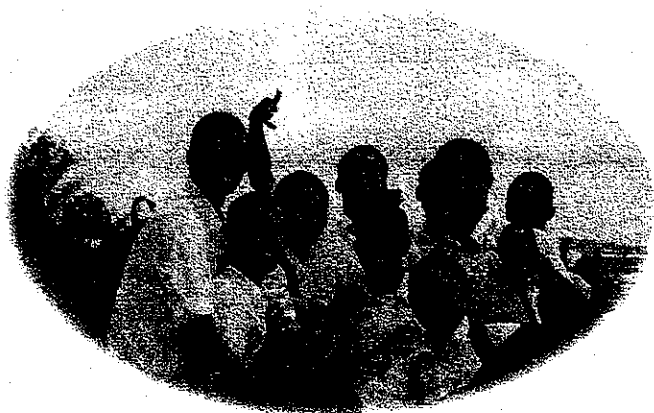
ちなみに我が子は バディと言葉の壁を  
くずすことができた。会話はほとんど

通じなかったようです。それなりに  
ボディランゲージと笑顔でのりきった  
とか... トホホ...

けれどたった4日間でも  
グアムでの経験はこの子  
たちの将来に役立つと

思わせる 初海外だったと  
子どもの話を聞いて  
感じました。

花



田中店 いつもありがとうございます。

## ◎山国さきがけフェスタ

10月11日(日)に開催された山国さきがけフェスタ。

山国神社の境内では祭典が行われ、山国隊や、神輿かつぎの人たちが出揃っています。

出店の合間にカメラを持ってうろうろしていると、老夫婦に声をかけられました。

「最近、ちゃんと歩いて神輿をかつぐところって、本当に少ないのよ。ここは、ちゃんとかついでしょ。私たち、この地域に関係のない人間だけど、かついでいる神輿が見たくて、毎年来てるのよ。本当に貴重なの。」

「それとね、毎年思うんだけど、足の形って、ほんと人それぞれなのよね。長い短いは当然なんだけど、ひざからふくらはぎ、足首までのラインと太さがね、ほんと色々だなって。」

嬉しいコメント、さらに愉快的コメント、ありがとうございました。なるほど、そういえばこれほどまとまった数の「生足」を見る機会って、御神輿の日くらいだなと。

私も、お祭りのない宇津から山国に来て、一番嬉しいことのひとつが、このお祭り。毎年、山国軍楽隊の行進と、御神輿の巡行に涙します。ずっと続いていくといいなあと思います。

11月9 おでかけショウ◎鳥丸御池

11月26日(木)

12:00 open

OIKE

\* here !

ご来店お待ちしております。

KARASUNA

☺ 11月のメニュー ☺

種類/ お届け の日	パン	価格(税込)	どんなパン
火曜・食パン・水曜・食卓パン・金曜お届け	山食	1本 360円	山型食パン。ほどよいもちり感と、あっさりした甘みです。
	山食半分	1本 180円	
	角食	1本 380円	角型食パン。小麦粉がぎっしりつまっています。ホイップクリーム、たまごも入って、よりリッチな味に。
	角食半分	1本 190円	
	レーズン山食	3枚入190円 1本 540円	山食生地+ラム酒漬け蒸しレーズン。
	シナモンレーズン山食	3枚入190円 1本 540円	山食生地+シナモン+ラム酒漬け蒸しレーズン。
	チーズ山食	3枚入190円 1本 540円	山食生地+プロセスチーズ+シュレッドチーズ。トーストすると、少しチーズがとけて、ちょっとおいしい。
	ロールパン	2個 130円	全粒粉・ロースト小麦胚芽入りです。香ばしい。
	バターロールパン	1個 120円	1回だけバターを折り込んだロールパン。バターの風味を楽しむ、こぼれないクワッザン。
	にぎるレーズン	2本 160円	ロールパン生地でラム酒漬蒸しレーズンを包んでスティックパンに。
	にぎるショコラ	2本 160円	ロールパン生地でチョコチップを包んでスティックパンに。
	フランスパン	1本 220円	リスドオル、北海道産小麦タイプER、米粉をブレンド。口当たりはやわらかめですが、かみごたえあります。やや、もちもち。
	チーズフランス	1本 180円	フランスパン生地+シュレッドチーズ。
	ソーセージフランス	1本 200円	チーズフランスに、ソーセージ、ケチャップ、マヨネーズをプラス。
レーズン・チーズ・アーモンドのボール	1個 160円	コッペパン生地にレーズンとシュレッドチーズを巻き込み、マヨネーズ、玉ねぎ、スライスアーモンド、さらにシュレッドチーズをかけて焼いています。	
サンド・火曜・水曜・おやつ・おかわしお届け	三角サンド	1個 180円	ハムとたまご、野菜たっぷり。たまごは、ふわふわのスクランブルエッグです。
	ハムと玉ねぎのコッペサンド	1個 180円	ふんわりコッペパン、しゃきしゃきスライスオニオン、ふんわり薄切りハムのシンプルサンド。
	さだこあんこ	1個 130円	さだこばあちゃん特製あんこが入った、やさしいあんパン。
	スイートプールのココ	1個 160円	菓子パン生地+ココナッツ入りケーキ生地。ココナッツ風味の帽子パン。
	クリーム大好き	1個 160円	菓子パン生地+自家製カスタードクリームをたっぷり。
	アボロン	1個 170円	ショコラ菓子パン生地+自家製カスタードクリーム+いちごホイップ。
	モッツアレラバーコン+	1個 160円	ベーコン+モッツアレラチーズ+「何か、野菜」
	ピザ	1個 170円	季節の野菜とベーコン。全粒粉入りのピザ生地、高温でサッと焼きます。

① スイートプールのココ  
ココナッツの香りの帽子パン。×ロンパンより少しあっさりめ。

② モッツアレラバーコン+(プラス)  
やっぱり野菜とセットにしたい! 玉ねぎと、何か野菜を<sup>プラス</sup>。

# すし米

霜月、ついに冬本番、立冬を迎えます。

寒い時には鍋!! 鍋と言えば「ぼたん鍋」です。

白味噌 & 自家製味のブレンドスープ。

さあ!! 年末年始、忙しくなる前に「ぼたん鍋」で

元気を付けましょー!!

<ぼたん鍋>

6,600円

(別途消費税)

付出し、汁飯、香物、  
フルーツ付

<<幹事さん応援プラン>>

<寄鍋+飲放題> ¥6,200.-

人気No1の定番プランです!!  
いろんなものが食べられて  
お腹いっぱい♡

11月からぼたんぼたん  
忘年会の声も南く様に  
お聞きね。

お早目のご予約お待ちしております♡

凛々〜  
= 和の文化を  
学び伝える〜

すし米を会場に、

お茶のおけいこ

着付けのおけいこ

としております

花嫁修業だけでなく  
生涯を通じて学ぶのに  
とても大切な和の文化。

学んで完結、満足が得る

一人でも多くの方に

伝え、皆で心も

知識も豊かに♡思っ

お問合せ

お待ちしております。

そんな... Syu's Barは誰のプランと立ち寄れる、  
場作りの Bar として存在出来れば良、なめと始めました。  
疲れやモヤモヤを生き、て次の日からまた  
頑張れる原動力に、Syu's Bar をご利用下さいませ。

... とは言え、皆様の健康も気になさるし、

なので、あえてには 気を配ってます (つもり)。

ご利用しているのは お蕎麦。

昔から お母さんが作る 普段のおかず。

季節の食材を使った お野菜たっぷりの

あじになってます。

美味しいお酒を兼ねる為、

あても考えて下さいね♡

Open 20:00 ~ 23:30

送迎あります!!

all コーヒー ☕️ 🍷 🍴 🍱 🍻 🍺

## Syu's Bar

GUSHIYONE

飲む前に先ず ♪  
Syu's Bar サイダー!!  
定番 Syu's Bar サイダーは  
大根、水菜、わかめ、豆腐の  
和風サイダーに  
オリビタ、レモン、シソで  
お上品かつ頂くサイダー。  
食物繊維とたんぱく質と  
とれます!!  
肝機能向上!!  
アルコール吸収  
緩やかに!!

大変 雨蒸沙汰しております!!

この度11月企画イベントをお知らせ致します。

～こでまり\*お茶会～ ☕

日時 11月19日(木) 10時～15時頃

場所 可児

お茶席料 ￥500.-

\* お子様連れOKです。 \* ご持参頂く物はありません。

\* 椅、座椅子をご用意します。

お茶席②(40分程のお席となります)

- ① 10:00～10:40
- ② 10:40～11:20
- ③ 11:20～12:00
- ④ 12:00～12:40
- ⑤ 12:40～13:20
- ⑥ 13:20～14:00
- ⑦ 14:00～14:40

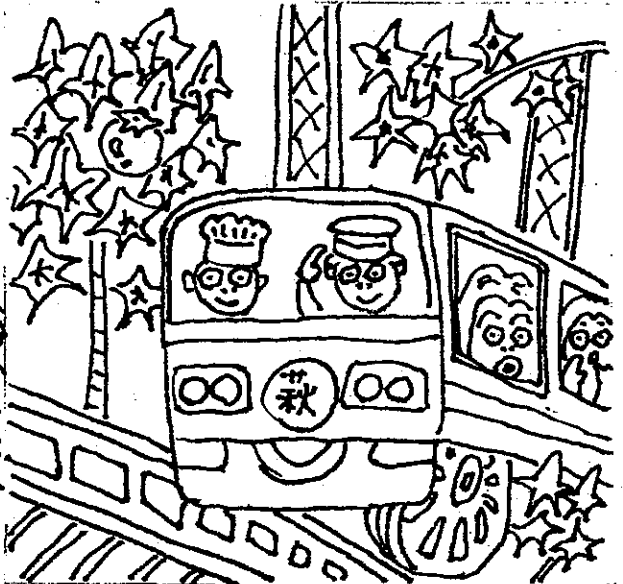
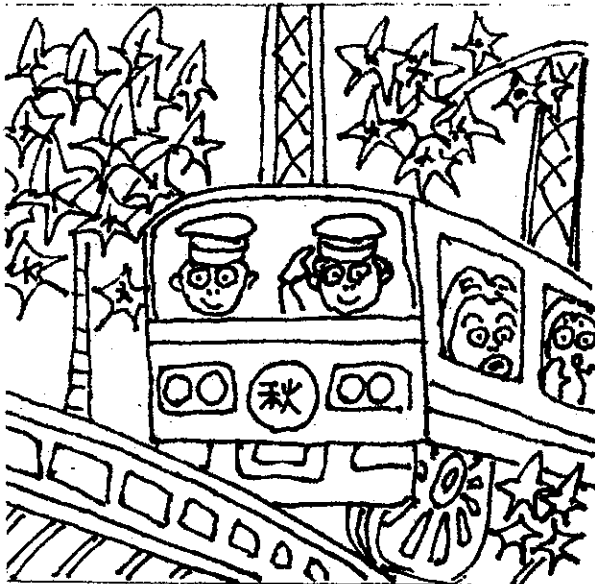
いづれかお越し頂く時間帯  
 予めお知らせ頂くこと希望您です。in  
 ※ 聖書のお茶会ではありません。  
 お茶、お菓子、お茶席を味わって下さい。  
 お気軽にお越し頂くことをお待ちしております。

-お問合せ先- 075-852-0032 (黒川 裕子)

こでまり通信

◎間違えがなし◎

左右で77a間違いがあつます。



正解は物味遊山 Facebook  
ページに (気が向いた時に)

蕎麦美庵 物味遊山  
物味遊山 で検索!!

# 曾根さんの年がくりレクリエーション

NO3

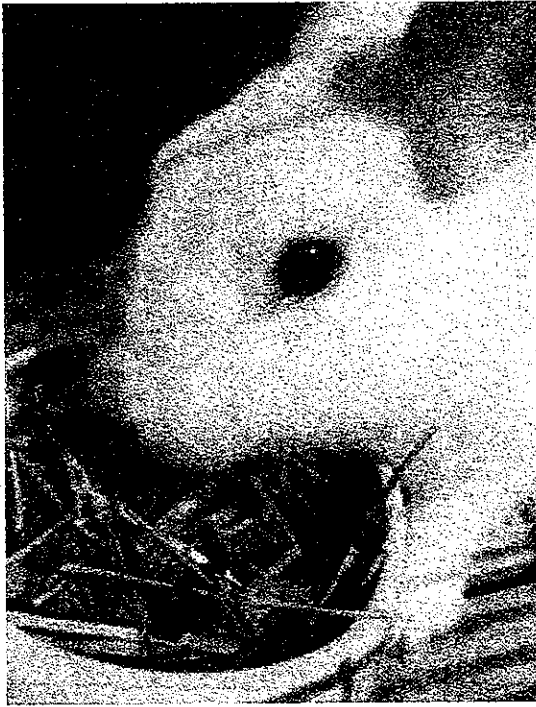
※ゲームの名称… おじゃみ投げ

※遊び方… おじゃみを半円の台の上ののせて  
合計臭を競う。

※効果… 上肢の運動と、ねらいをすますことで  
集中力を高める。







今日のハク

我が家では  
めずらしい(?!)  
カメラ目線です。  
撮影 = Hina

**Gate**  
CREATIVE SPACE

〒601-0251  
京都市右京区京北岡山町上代ノ-1  
TEL 075-852-6750

**京葉**  
京都の地産物  
京都府産物  
京都府産物  
京都府産物  
京都府産物

〒601-0251  
京都市右京区京北岡山町上代ノ-1  
TEL 075-852-6750  
URL <http://kypoban.com/>


  
水質バレット

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

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

**仙太**  
工房

**江口 喜代志**  
〒601-0213 京都市右京区京北伊賀甘々町131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail [senta@silk.plala.or.jp](mailto: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

水源地京北毛  
**あたと剛産俱樂部**

創業62年  
黒毛和牛乾牛専門店

**登善和**

 **SCBA菓子工房**  
さらざん

〒601-0251  
京都市右京区京北岡山町丁田21-6  
075-852-4040  
[scba@theplala.co.jp](http://scba@theplala.co.jp)

そはの新しい能力を日夜研究・発掘しています!

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 竹かき**

田中眞理

でんわ 090-5014-3002  
FAX 075-853-0454  
メール tanakamiese@ymil.plala.or.jp  
ブログ http://tanakamiseblog111.fc2.com

山の家具工房

〒680-0221  
京都府京都市東区東山町宮ノ前88  
TEL 075-853-7039  
e-mail yama-kagu@pcopt.net  
http://www.yama-kagu.com

http://www.facebook.com/kameyashirokiyo  
★ 京北周山産の一品

**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 FAX 075-852-2024  
E-mail smile39@kameyashirokiyo.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/しつぽ相談

〒601-0275  
右京区京北宇野町山広野5番地 TEL 075-852-1535  
☎ 090-6732-4167 ■ greentail@docomo.ne.jp

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

**さくら**

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 不慮 後援

**QOOFOO**

クートゥーフーフリーエーション  
Tel 090-9052-3002 Fax 075-862-3287  
Mail nishiyama@qootofoo.com WEB http://qootofoo.com

**たごまり**

http://togoan.weebly.com/

今井 真子 080-5367-4655 e-mail shirito@docomo.ne.jp	藤川 修子 090-7106-5538 e-mail team-9696-river@docomo.ne.jp
藤本めぐみ	田村 咲子

**MAMOTO**

山本登記測量事務所  
土地建物の調査・測量・各種許可申請・登記など  
お気軽にご相談下さい。

土地家屋調査士 山本 雅史  
(全国相続協会 相続支援センター会員)

京都市右京区京北熊田町東ノ本27-3  
TEL 090-1676-8888

**Syu's Bar**  
SHUANYONG

京山町「料理旅館すし米」内

Tel.090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomo.ne.jp  
http://blogs.yahoo.co.jp/syus3434  
open?l=00-clam2400 週休5日

山を守り、星を育む

**井口木材** 井口 和司

京都府知事許可(特-21)第38/34号  
京都府産木材取組認定事業者

〒601-0534 京都市右京区  
京北下町削町周山10  
Tel 075-854-0106

最新  
情報  
**すし米**

ご宿泊・お食事・ご宴会  
宴会時のお食事等  
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.sushiyone.net

**森の手づくりキッチン**

**ローズカフェ**

～木の息で温もりをCafeから発信～

毎月朔日発行  
発行者 米津由実子  
花倉 幸代  
田中眞理

連絡先 竹かき  
090 5014 3002

表紙詩画  
ヒューマン・リレーションセンター  
三宮 裕氏