

# なう



第36号

発行所  
十の編集委員会

丸太小屋の中にて  
草花に心を動かし  
小さな虫にやみかみをもち  
葉水ゆく雨に心をとめ  
友と語り盃を交し  
人に媚ぶる心なく  
人に威張る心なく  
生涯未だ成のまま  
に三り吹って生きていこう



## 目次

5月

こでまり & Syu's Bar	・・・5月の企画《参加者募集!》	2
すし米	・・・阜月	3
物味遊山	・・・間違いさがし	3
COMだより	・・・けいほくの今昔	4
hana	・・・人生は悪い時もあれば良い時もある	5
	・・・北桑田高校さん開校記念日に 全校生徒による地域清掃!	6~7
(hana)	・・・今月のリキ	7
タナカミセ	・・・5月のメニュー 営業カレンダー・「なうありませんか?」	8 9
Dog village greentail	・・・ノンビリするってなんだろう	10
(タナカミセ)	・・・今月のハグ	11
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	11~12

5月の企画

輝く女性の生き方 Part 2

参加者募集!!

裏千家の茶師範 北風宗照先生をお招きして

講演会とお食事会と企画しました!!

日時: 5月12日(不) 10時~14時

会費: 4000円(講演料・お米松花堂弁当)



\*14時~お茶のお稽古としております。

見学・体験大歓迎可(お抹茶・お菓子付500円)

日程: 10時 開場  
10時半~講演会  
12時~昼食  
13時~交流会  
14時 終了

お申し込み・お問い合わせはこちらまで ↓↓↓

定員: 14名(題に別添部切り紙  
頂きます)

あなたと誰かが出会う時間  
あなたと何かをつなぐ場所

**こでまり**

こでまり 検索

黒川 修子 090-7106-5538  
藤本めぐみ 080-5364-7000

このところ、お米の二次会に Squis Bar を  
ご利用下さる事も増え、有難く思っております。  
場所を変えて、お茶やお米に茶とほめて  
下さりませ〜♡

場所が変わるとお酒やビール、お茶も変えて...

アルコールが飲めずの方にも楽しんで頂けるかと...

あえて、お抹茶もメニューの一つに ... **お菓子付**

お米ではお生じ可能なところもあるお抹茶が、

この度、Squis Bar にもメニューに加えました。

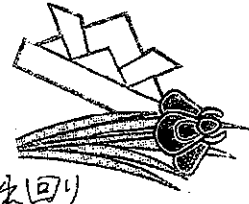
実はお抹茶にはすごい力があるんですよ!!

- \* リラックス効果 ~ テアニン ~
- \* ストレスに対する抵抗力 ~ ビタミンC ~
- \* 疲れと引き活力が溜る ~ カルシウム ~
- \* 美肌効果 ~ ビタミンC・サポニン・カフェイン ~



お茶の先輩の方  
みんな若くてきれい!!  
とずっと「なんで??」と  
思っていました。  
秘密は抹茶!  
特に女性の皆様。  
お抹茶を頂いて  
美しく若々しく!  
いらして下さるのね〜♡

# 新緑の季節



④ 早月さつき

新緑の美しい季節ですね。  
新茶や野菜等食物も新物が次回り  
身体にも優しい時となります。

④ 端午の節句

おし米の献立にも 山菜、新物と  
くみ込んでおります。

④ 母の日

見て、食べて、楽しんで頂けたい嬉しく思っています。

端午の節句には菖蒲を飾り  
菖蒲湯に入ったりして邪気をはら  
がれています。

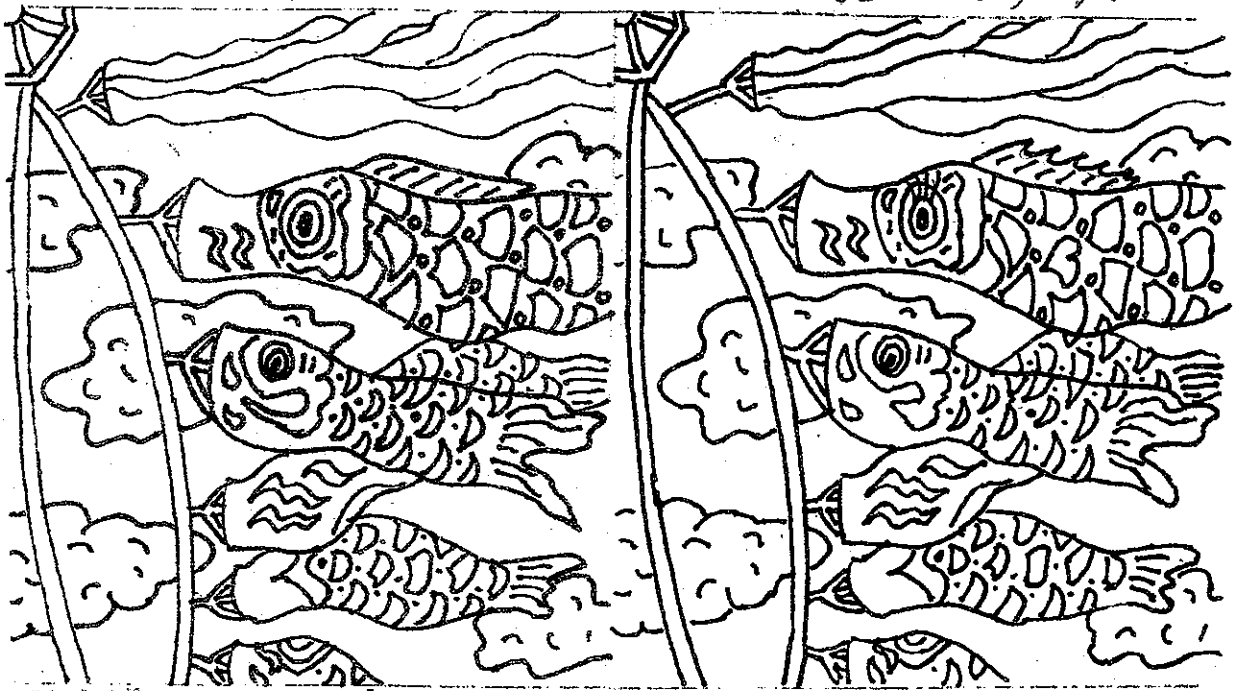
子どもの健康と成長を願い、  
そしてもう一つ、母の日には  
日頃の感謝「ありがとう」の気持ちを  
込めて、それぞれの日を大切に  
過ごしたいものです。

Memo ④ <衣更>

G.Wの頃になると 半袖姿と  
見かける様になる程 暑  
い。昨今ですが、  
着物の常識「単は6月」とい  
う事にも変化が... 5月中頃、妙  
巧度と越えれば 単の着物を  
着るのも良いのでは

④ 間違ったおかし

左右で7つの間違えがあります。



鎌倉鶴所に印を付す店舗はお持ち下さい。  
正解者の方に蕎麦茶(16分)進呈します。(食事のあと)

蕎麦美庵  
物味遊山

# けいほくの今昔

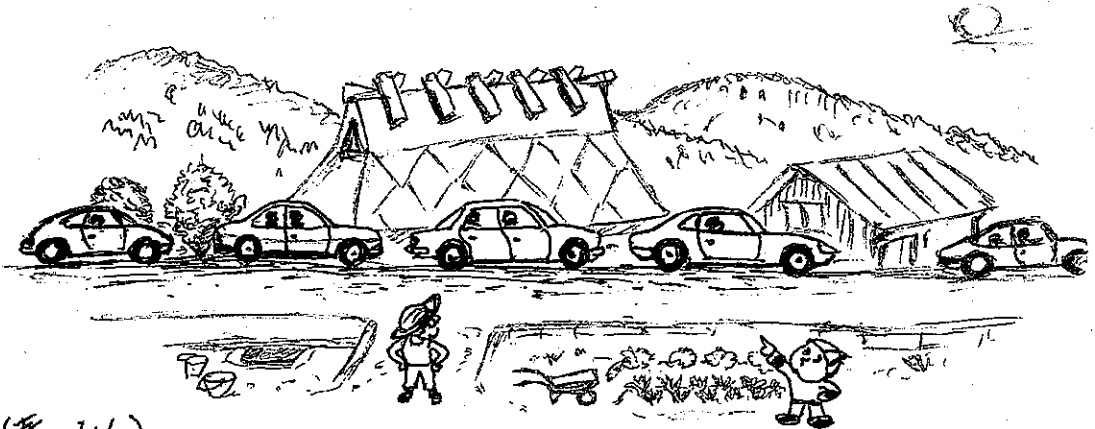
COMだより

休みの日には、人より廣の峯を深山見る今日この頃。  
 私たちが子どもの頃には、山は光景をありし。



(夏)

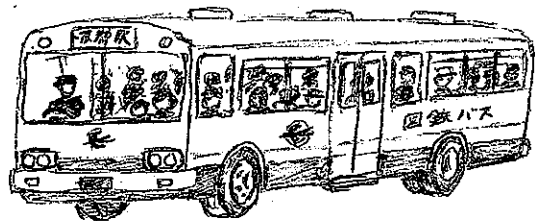
若狭・小浜までのルートは国道162号線がメイン  
 でした。そのため海水浴シーズンになると弓削地域  
 の道路は小浜から京都市内に向かう車が渋滞が  
 起り、最後尾は上川地区にまで及んでいました。



(春秋)

常照堂寺への拝観者は国鉄バス(現JRバス)  
 で訪れる人が多く、岡山までバスに乗るときは  
 「山国御陵前」だと数十人の行列ができて、  
 満員に近いため、親に1つ寺前のバス停「江口橋」  
 まで車を送ってもらい、バスに乗っていました。

(by 米津)



# 人生は悪い時もあれば 良い時もある



「人生万事塞翁が馬」  
これは我が家で呪文を  
唱えるおのぶにことある  
こと出てくる言葉です。

お釈迦様は、この世の  
中は「一切皆苦(すべてのものは苦しみである)」  
と説かれました。

フェイスブックどうも例え  
られました。

さらにお釈迦様は  
「諸行無常(全てのものは  
移ろい変化するので)」と  
説かれました。

「苦はいつの日か楽にも  
変化ある」というわけだ。

とは言え、そう簡単には  
いきません。子どもたちが  
学校に行く、部活に行く  
遊びに行く... そんな時

私は、事故や事件に巻き  
込まれないかといふことで  
なりません。けれど私が  
守ってやれることなどなく、  
それならば「この子達が  
自分で決めたこと、やりたい  
ことをさせてやるしかないな  
と思うのです。というか、  
思うしかないのです。  
特に高校生の上の子は  
何かが多く、ハラハラ  
させられますが、自分に  
起きるすべてのことは、  
何か意味があり、それは  
何かを得るために必要な  
ことなのだろうと思うように  
努力しています。

お腹がすいて美味しいものを食べるのは「楽」ですが、  
食べ過ぎると「苦」になってしまう。  
睡眠不足でやっと寝ることができる「楽」ですが、  
いつまでも寝ていなければいけなとしたらこれは  
「苦」です。何事も楽から苦になりやすいものです。  
苦と楽は表裏一体の関係なのです。

## 「人間万事塞翁が馬」

すべては自分自身の受け取り方次第...  
というわけで(ほうか)。



# 北桑田高校さん 開校記念日に 全校生徒による 地域清掃!



昭和19年5月10日創立  
今年創立72周年を迎えます

北桑田の地に高等学校教育の場を渴望し、その実現に情熱を注がれた先人の熱き願いを継承していくため、本校は毎年5月10日を開校記念日としています。

先達により旧弓削村の土地や資材等が提供され、指導者とともに地域の人たちが汗を流して開墾し、北桑田の地に高等教育の礎が築かれたのは昭和19年のことでした。

本校正門付近の道路を隔てた一区画には開校に寄与された方々の記念碑や銅像があります。

全校生徒による  
地域清掃を実施します

往時の人々の願いと功績を胸に刻み、今も変わらず支えてくださっている地域の皆様に感謝の気持ちを含めて、全校生徒による地域清掃を実施します。

日時：5月10日(火)  
13:30~15:20  
(雨天順延)

わが子が通う北桑田高校。

こんなにも地域に密着した高校は他にはないのではと思います。  
身近なことでは、高校野球の公式試合の会場が北桑田高校になる  
ことがあります。その時の応援の数といたら、私立の高校も  
びっくり！というほどなのです。野球部OBの方はじめ、北桑田  
高校のOBの方、地域の方が応援に来られます。

本当に地域に支えられていると実感します。

そして、吹奏楽部のみなさんは、地域の行事には必ずと言っていい  
ほど、演奏を披露してイベントを盛り上げてくれます。  
地域とのつながりを大切にされている証だと思っています。

京北に住んで驚いたことのひとつに、北桑田高校の生徒さんたちが  
顔見知りでもない私にいつも「こんにちは」とあいさつをしてくれる  
ことがあります。北桑田の高校生は、あたりまえに地域の方に  
あいさつをするのです。ほんとに気持ちがいいです。

京都府で一番小さい高校かもしれないけど……。

その取組みはすばらしいと思うのです。



## 今日のリキ

散歩中に出会う

高校生のお兄さん

お姉さんが

声をかけてくれるのが

うれしい //



# 田中店 5月のメニュー

2016年5月

	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 1/2本180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。 小麦粉・砂糖・塩・イースト・ショートニング
	角食	1本 380円 1/2本190円	角型食パン。きめ細かい生地。 たまご・ホイップクリーム使用。
	レーズン山食	3枚入190円 1本 540円	山食の生地+ラム酒漬けレーズン。
	シナモンレーズン山食	3枚入190円 1本 540円	山食の生地+ラム酒漬けレーズン+シナモン。
	チーズ山食	3枚入190円 1本 540円	山食の生地+プロセスチーズ+シュレッドチーズ。
	ナッツ山食	3枚入200円 1本 600円	山食の生地+ローストくるみ+ローストアーモンド+ココナッツ。
	ロールパン	2個 130円	全粒粉・ロースト小麦胚芽入り。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。バター風味を楽しむ、こぼれないクワッパン。
	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
	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。高温で溶けたチーズ、とまりません。
	ソーセージフランス	1本 200円	チーズフランス+ソーセージ。
	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+レーズン+シュレッドチーズ+マヨネーズ+玉ねぎ+スライスアーモンド。 レーズンとチーズの相性にノックアウト!
	ショコラローフ	1本 360円 1/2本180円	小型のショコラ食パン。ココナッツケーキの生地を巻き込んでいます。
サンド・水曜・おやつ・おかずお届け	三角サンド	1個 180円	ハム+たまご+野菜。
	ハムと玉ねぎの コッペサンド	1個 180円	チーズコッペパン+スライスオニオン+薄切りハム。
	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。
	さだこホイップ	1個 170円	さだこあんこ+ホイップクリーム。
	カステラパン	1個 170円	バターのみみんだカステラパンに、ココナッツ生地をたっぷりかけて焼く、スペシャルなパン!スタッフ押しパンです!
	いちごクリーム	1個 170円	ショコラ生地、チョコチップ、そしていちご味のホイップクリーム
	モッツアレラベーコン +野菜	1個 160円	モッツアレラチーズ・ベーコン+野菜でバランスよく。
ピザ	1個 170円	季節感をのせて、焼いていきたいと思ひます。	



タナカミセ

田中店 営業カレンダー

2016年5月

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

いつもありがとうございます。

烏丸御池交差点  
南東



ご来店お待ちしております

12:00  
Open

「なよう、ありますか？」

3月の おでかけショップ開催中のこと。  
ひとりの女性が「なよう、ありますか？」と  
たずねてこられました。

「なよう」を祭行して3年。  
パンの販売中に、パンではなくてなようをお求めにたまった  
お客様に、初めて出会いました。

「ちょっぴり複雑系嬉しい気持ち」  
では一句(!?)

今月も心を尽くして届けます  
なようの祭行 パンも祭行  
たんちやて。

# ノンビリするって なんだろう



いつもノンビリしたいと僕は思っています。ノンビリしないと嫌だなど。それが強くなってノンビリしないのはダメなことだと思うようになってる時もありました。

『ノンビリ』と寝たりゆっくりしたいなとつい思いますが、本当の『ノンビリ』はそんなことではないですね。



心にゆとりがあるかどうか。

『ゆとり』...

1つ1つの行動を大切にしているか。

1つ1つに感謝なり幸せなりを感じて生きているか。

その辺が『ゆとり』への道と思ってます。

思ってます。

思ってます。

思ってます。

が、、、 なかなかできません(\*\_\*)

ゆとり世代ではありませんが、『ゆとり』を持って生きていきたいです。

犬を見ていると、心の安定・安心・肯定感が高いと『ゆとり』があるワンコになります。



やはり心って大切だと思う  
今日この頃です(^o^)

Dog village greentail 大島剛司

# 今日のバグ

背中に走っている  
白いスジは、  
毛なみが"よい証拠"だそうです。  
ま、あてし、自分で  
見たことないけど！



ホームヘルプステーション

 さくら

電話 855-1510

 QOOTOFOO

クートクーフクリエイション

Tel 090-9052-3002 Fax 075-962-3287  
Mail nishiyama@qootofoo.com WEB http://qootofoo.com

ライフヨガFUJIMOTO  
http://life-yoga-fujimoto.weebly.com/

藤本めぐみ

080-5354-7000  
megukko-v.v.v@docomo.ne.jp

 山本登記測量事務所

MAMOTO

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  
(全日本地産協会 相談支援センター会長)

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

ちよっと香れる暖かいのBAR

 Syu's Bar  
BUSHIYONE

岡山町「料理旅館すし米」内

Tel.090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomo.ne.jp  
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434  
open21:00-close24:00 随時予約

山を守り、里を育む

 井口木材 井口 和司


京都府知事許可(後-21)第38134号  
京都府産林業振興協会の認定事業者

〒601-0534 京都市右京区  
京北下弓削町勝山10  
Tel 075-854-0105


飯 箸  
箸  
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  
京北岡山町 075-852-0032  
http://www.sushiyone.net

 森の手づくりキッチン

ローズカフェ

~木の良さと温もりを Cafe から発信~ 

 SOBA 菓子工房  
さらざん

〒601-0534 京都市右京区京北下弓削町勝山21-6  
075-852-0032  
0302217@shibusaibee.jp

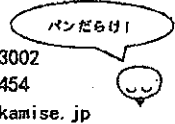
そばの新しい魅力を日夜研究・発信しています！

玄米、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 外記**

田中眞理 

でんわ 090-5014-3002  
FAX 075-853-0454  
メール info@tanakamise.jp  
ブログ http://tanakamiseblog111.fc2.com

**山の家具工房 山**

〒601-0251  
京都市右京区京北周山町甘ヶ谷58  
TEL 075-853-7039  
e-mail yama-kagu@nopro.net  
http://www.yama-kagu.com

http://www.facebook.com/kameyashirokiyo

京北 周山の 一景

**たなかみせ**  
**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 075-852-0028  
E-mail seife39@kameyashirokiyo.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  
F 090-6732-4167 greenail@docomo.ne.jp

代表 **大島 剛司**  
ドックアドバイザー

みなと麓みが出逢う時間  
あなたと何かをつなぐ場所

**こでまり**

Facebook **こでまり 検索**

黒川 修子 090-7106-5538  
藤本めぐみ 080-5364-7000

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

自然と暮らす、  
自然に暮らす

**SOUK (スーク)**

0120-19-4848  
スーク 不燃 検索

**Gate**  
CREATIVE SPACE

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


**京都 養老**

京都府京都市右京区京北周山町甘ヶ谷58  
TEL 075-853-7039  
URL http://kyoban.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瀬路地1  
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

http://k-senta.com/ 

**仙太**

江口 喜代志

〒601-0312 京都市右京区京北戸町甘ヶ谷131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail senta@silc-plaza.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 京北 水

**あたご画壇倶楽部**

**益国 和**

毎月朔日発行

発行者 米津由美子・花倉祥代・田中眞理

連絡先 タナカミセ 090-5014-3002

表紙詩画 ヒーマン・ルーショウ・セナー 三宝 裕氏