

# なご



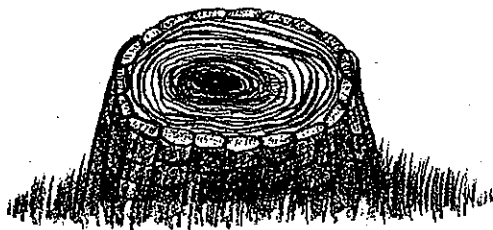
山は無限にやまはく  
山は無限に嶺はく  
どきらも同じ  
なご

いろいろな人はいます  
夕暮は人もいます  
山は無限にやまはく  
山は無限に嶺はく  
なご



## 第38号

発行者  
なご編集委員会



7月

### 目次

|                       |                        |       |
|-----------------------|------------------------|-------|
| hana                  | ・・・人生は思い通りにはいかない パートII | 2・3   |
| タナカミセ                 | ・・・7月のメニュー             | 4     |
|                       | ・・・メニューの紹介             | 5     |
| COMだより                | ・・・便利さが不便を生みだす         | 6     |
| hana                  | ・・・周山中学校体育祭 今年の感想      | 7     |
| Dog village greentail | ・・・LINE グループ参加募集!      | 8・9   |
| すし米                   | ・・・真. 行. 草             | 10    |
| Syu's Bar             | ・・・浴衣でGo!!             | 10    |
| 協賛のみなさま               | ・・・ありがとうございます          | 11・12 |

# 人生は思い通りにいかない

## パートⅡ

前号では四苦八苦の二を書きました。  
今回は、その苦しみから解放されるには  
どうすればよいかについて、お釈迦様の  
お話を紹介する。



それは、「四諦八正道(したいちはうどう)」と  
いう教えに示されています。これは苦しみの  
メカニズムを説き明かし、煩惱をコントロールして  
生きる方法を具体的に示してくださったものです。

### ★ 苦諦(くたい) 苦に関する真理(人生は苦である)

- ・生も苦しみである。老も苦しみである。病も苦しみである。死も苦しみである。
- ・愛さないものと会うことも苦しみである。愛するものと別離することも苦しみである。
- ・すべて欲するものを得ないことも苦しみである。

日本では  
生れる二は  
「あめでう」と言わ  
るが、  
古代インドの人達は、  
苦と捉えていたた  
そう... 苦は

### ★ 集諦(じたい) 苦の原因に関する真理 (苦の原因は妄執(もうしゆ)である)

「愛」(欲望や執着)が苦の原因ということ。「愛」と言えば私たちは肯定的イメージの「愛」を想像しますが、仏教ではあまりいい意味ではありません。相手が自分を受け入れなければ憎しみに転じるような、そんな「自己都合」の「執着」の含まれた感情を指します。仏教では見返りを求めない愛のことは「慈悲」といいます。

「思い通りに  
ならないもの」  
を意味して  
いるのだ。

### ★ 滅諦(めつたい) 苦の滅に関する真理 (妄執(もうしゆ)を滅すれば苦はなくなる)

原因である欲望や執着をなくせば、苦はなくなるということ。ただし限度を超えて捨てるということではなくて、例えば自分が我慢しすぎるのも、他人に押し付けるのも正しくないということ。

☆ 道諦 (どうたい) 滅する方法に関する真理  
(苦の止滅にいたる道が八正道である)

人生は苦である。(苦諦)。苦は欲望から生まれる。(集諦)。欲望を減することにより、苦をなくすことが可能だ。(滅諦)

その修行として、「八正道」と呼ばれる8つの正しい道が挙げられていて、それを実践すること。

つまり、お釈迦様は「生きるというには  
思いやりにならないものだから、執着を  
捨てなさい。執着を捨てれば、  
涅槃(ねはん)に達する事ができるから  
そのために修行をしろ」と言われて  
いるのだそうぞう。

さてさて、それでは「八正道(はつしょうどう)」とは・・・  
それは来月のお集し ...

ていうか...

お釈迦 いったい

誰やねん!! ついに自分で入れてしまう(汗)



20年以上前に学問としてほんとに  
「仏教」を学ぶ。その知識(りか)  
今になってフツフツとよみがえって  
いることが不思議...

|                       | パン                | 価格(税込)              | どんなパン   |
|-----------------------|-------------------|---------------------|---|
| 火曜・食パン・水曜・食事パン・金曜お届け  | 山食                | 1本 360円<br>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。<br>小麦粉・砂糖・塩・イースト・ショートニング                                    |
|                       | 角食                | 1本 380円<br>1/2本190円 | 角型食パン。きめ細かい生地。<br>たまご・ホイップクリーム使用。   |
|                       | 金ごまチーズ角食          | 1本 500円<br>1/2本250円 | 角食パンに、たっぷりの金ごまと、プロセスチーズ・シュレッドチーズ。   |
|                       | レーズン山食            | 3枚入190円<br>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<br>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<br>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<br>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。  |
|                       | ショコラローフ           | 1本 360円<br>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。  |
|                       | 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。  |
|                       | 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。   |
|                       | ちーゴマ              | 2個 160円             | 6月から仲間入りしています♪ AKARIデビューパン!!<br>ごまが香ばしい、もちもちのパン。中にはしっかりチーズ入り。<br>おやつや朝食、サンドイッチにもGOODです。 |
| 火曜・サンド・水曜・おやつ・金曜・お出かけ | 三角サンド             | 1個 180円             | ハム+たまご+野菜。  |
|                       | ハムと玉ねぎの<br>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。   |
|                       | アンモナイト            | 1個 150円             | ショコラ生地とチョコチップ。<br>あんが無かった...のではなくて形がアンモナイト的。  |
|                       | メロンパン             | 1個 160円             | えっ、田中店ってメロンパンないの?ほな、何のパン売ってはるの?茨木市のパン屋さんに驚かされていました。あります。がんばります(汗)。                      |
|                       | ピザ                | 1個 170円             | 季節感のをせて、焼いていきたいと思ひます。   |
|                       | バジルちゃん            | 1個 170円             | 夏メニューのバジルちゃん。今月も本気です。詳しくは次頁で。   |

お知らせ いよいよ、本気の暑い季節。生クリーム関係のパンは、お休みに入ります。  
ソーセージフランス、お休みに入ります。

7月のおどかけショウワ◎鳥丸御池は 7月28日(木)

7/9(土)  
臨時休業します。

12:00 open 三来店お待ちしております。

# 7月X=ユ-話

Mayonnaise Lovers



マヨネーズが大好きです。特に、焼けて、香ばしくマイルドになったマヨネーズが、大好きです。野菜、お肉、魚、卵、パン... 相手を選ばず、誰にでも仲よくやっている。うらやましいヤツです。

そんなマヨネーズに頼りすぎの傾向にある。悩みのタネでした。大好きから依存に走っている。健康面も気になります。

「マヨねて、おいしいおかずパンを作る▽」  
挑戦が続いています。答えは素材の組み合わせにあるはず(?)

6月から夏のレギュラーX=ユ-です

## 卒マヨX=ユ- ① バジルちゃん

シレットチーズ



コッパ生地

トマト  
ブロックバコン  
プロセスチーズ  
乾燥バジル  
乾燥オレガノ  
黒コショウ

今までならまよわすマヨネーズをいぼって焼いていたはず。ぐっとこらえて(泣笑)、具材とスパイスに持ち味も發揮してもらいます。

## 卒マヨX=ユ- ② 新じゃがのバターサンド

くるみ

塩黒コショウ



←モッパン

有塩バター

ロースト新じゃが

土曜日、ウッティ東北で販売中

新じゃがとバター、くるみのかみじ地が新鮮です。季節の野菜で色々やってみたいです。

# 便利さが不便を生み出す

COMたより

現代の生活は便利なものがたくさん出揃い、昔と比べてたいへん楽に生活できるようになったと思います。

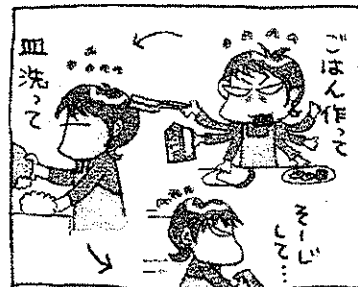
例えば、洗濯機。昔は一枚一枚洗濯板で手洗いし、冬でも氷のような冷たい水を使って洗っていましたが、今ではボタン一つで洗えます。移動だって、何日もかけて歩いて行ったところを、今なら車や電車で日帰りもできます。

昔と比べ時間短縮された分、生活にゆとりができたかもしれませんが、でも、必ずしも生活や心が豊かになったか、というと「???」がつくのではないのでしょうか？

～私を感じる不便さ～

## ① 時間に追われる

パソコンや電化製品等が便利になった分、一日にできる仕事量が増えたので、結局たくさん仕事をしなくてはならない状況。常に時間に追われて、寝る前は疲労感たっぷり！



## ② 考える力が落ちた

自分で字を書くことが少なくなり、頭を使わないので漢字や言葉が出てこない。暗算ができにくくなった。インターネットなどから情報がたくさん入ってくるので、五感をはたらかせて情報収集することが減った。体験から身につく知恵などが減った気がする。

## ③ 体力が落ちた

車で移動することが多いため、たまに市内を歩くと短時間で疲れる。わざわざ筋力トレーニングをしないと体力維持できない。

最近は昭和（レトロ）が人気を呼び、昔の歌を聴いたりレトロな物を集めるなど流行っていますが、みんな不便でも不便なりの良さがあったんだろうと思います。ちょっと不便な生活を取り入れることも大事な時代になったのかなあ～

(by 米津)



# 周山中学校体育祭

## ～ 今年の感想 ～



中学校の体育祭を初めてみた時、迫力を感じ

「さすが中学生！」と感激しました。

あれから5年

今年は下の子も中3になり最後の体育祭となりました。

実は上の子のときに楽しみだった競技が、ひとつ減り

ふたつ減り、新しい競技に代わってきたんだけど、

今年の体育祭のプログラムを見てまた……。

当日までの子どもの話を聞きながら、最上級生として  
一生懸命チームをまとめようとしていたり、勝つために  
がんばっているのを見て応援する親の気持ちはかわりません。

そして当日の体育祭はほんとにすごく良かったです。  
最後まで真剣勝負。両チームとも自分が競技に出ていない  
ときには応援し、勝てば喜び、負ければくやしがり。  
オーラスの生徒会長の言葉ではもらい泣きだよ。  
すごく感動しました。



メニューがどうだ、人数がどうだ、時間がどうだ……

どうでも良いとは言わなけれど、もっと大事なものは

「勝ちたいという気持ち」「そのための努力」「取り組む姿勢」

「楽しむ心」「勝者をたてえるということ」

すべては「人の心」。周中生にちは各チームの心をひとつにして

取り組むことができる素直さをもっているんだな……と

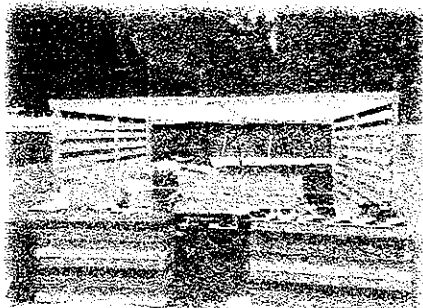
思いました。

見えていることより見えていないことがどんなに大切かに

見せてもらった気がします。



# LINE グループ参加募集!



先月のイベントはとても満足できました。主催者が満足しているのかわかりませんが。

と言うか夢中で写真撮るのを忘れていた。

それだけ楽しかったと言うことです。

来られた皆さんには、普段体験できないことと、犬を飼うことの意味をたくさん感じてもらえてたら嬉しいです。

そしてそして大切なこと!!

このイベントからLINEグループを使ってこれからの greentail をどうするかみんなで考えています。どの方も参加可能ですので入りたい方は御一報下さい^^

自分のやりたい事を言いたい放題です。

願いが叶うかもしれません。

次回のイベントはその中で考えます。  
なんになるかは、天運にお任せです。



Dog village greentail

大島剛司



みんなで一緒に作ったらもっと楽しいじゃないか??  
と、思っただイベント



greentail はお客様・仲間みんなで作っていきます。  
現在ドッグランは 3 面ありますが  
『日陰を作るために木を植えよう』  
『ピザ釜をここに作ろう』  
などボヤ〜と考えますが白紙です。  
そこでみんなで greentail のドッグランを少人数で  
ワイワイ話しながら考えます。決まるもよし決まらぬもよし。  
ワイワイみんなで考えよ〜とって感じです。  
みんなの技術・趣味・人柄・思考をワイワイ出し合っ  
何が見えるかはその時のお楽しみです。

① 同建いさがし ②

左右で7つの同建いさがしがあります。



該当箇所に印を付け店頭までお持ち下さい。  
正解者の方に蕎麦茶(10分)進呈します。(食事の方のみ)

蕎麦美庵  
物味満山

# すし米



文月、鮎本番!

夏限定の《鮎すし》 お盛りから始り、雑炊です。

鮎反釣りもそうだが、季節のものを味わうという事も次の世代に伝えていきたいですね。

真・行・草 と言えは 何を思い浮かべますか?

字(書)やお辞儀で使うとは知られていますが、他にも **和** の世界では 様々な所で表現されます。

最も格が高く整っていたり、正格な真、それと対極でくずした風の草、その中間の行。

真が基本となっているんですね。 何の世界でも真あての草、行。 基本がきっちり出来ていないとくずし方が無く中身の無いものになってしまいます。人もそれが心とピリッとした。

今年もやってきました!!

浴衣の季節

浴衣姿で  
Syu's Bar!

お越しのお客様!!

フットリンクサービス終了



浴衣で  
Syu's Bar

夏のお酒もありませんか?

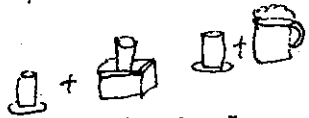
濃いお酒は口もくもお好み!

暑に冷たいお酒、ビールを

たくさん召んで頂けます。

以前にご紹介しました。

「やわらか氷」を飲んで下さいね。



お体のために...♡

## Syu's Bar

GUSHIYONE

夏には スーとする物。

**クエン酸** が強い味方

酢の物、酢漬、梅...

Syu's Barにも並びます。

一日のお疲れをとる為にも

選んで食べて頂きたく思います♡

今年も梅子・梅酒。

梅酒-ス etc たくさん漬けて  
ました♡

あなかと誰かが出送る時刻  
あなかと何かに逢う場所

**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

代表  
大島 剛司  
FAX アドバイザー

Dog village  
**green tail**

山遊び / ホテル / しつけ相談

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

山の家具工房 山

〒601-0224  
京都市右京区京北塚町南ノ崎58  
TEL 075-853-7039  
e-mail yama-kagu@nopro.net  
http://www.yama-kagu.com

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 |

http://k-senta.com/

工房 **仙太**

江口 喜代志

〒601-0313 京都市右京区京北丹波川村131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5155-1418  
e-mail.senta@silk.plala.or.jp

創業62年  
黒毛和牛化牛専門店

**登喜和**

**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.fo2.com

パンだらけ!

ライフヨガ FUJIMOTO  
代表 藤本めぐみ

TEL  
080-5364-7000

lifeyoga.fujimoto@gmail.com

～木の良さと温もりを発信!～  
「森の手づくりキッチンローズカフェ」

京都市右京区京北下弓削町勝山  
Tel/Fax 075-854-1068  
営業日:土・日曜日・祝日

「井口木材」  
Tel 075-854-0105・Fax 854-0215

ちよつと寄れる居らぬBAR

**Syu's Bar**  
SUSHIYONE

Tel.090-7106-5538  
Cream-9696-river@docomo.ne.jp  
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434  
open27:00 close24:00 酒類あり

周山町「丹波産産物すし米」内

兼料  
簡便  
**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  
京北周山町 **075-852-0032**  
http://www.sushiyone.net

http://www.facebook.com/kameyahirokiyo

本北山 周山の一品

**亀屋廣清**

〒601-0224  
京都市右京区京北周山町白丁10-2  
TEL 075-852-0009 FAX 075-852-0026  
E-mail smile99@kameyahirokiyo.com

**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



http://www.keihokusuehiro.com/

 木質ペレット

**森の力京都株式会社**

〒601-0251 京都市右京区京北周山町小原5番地1  
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

**魚びす屋**

Miyama YEBISU-YA 山産物すし屋

電話 0771-75-2123

**Gate**  
CREATIVE SPACE

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

SOBA 菓子工房  
さらざん

〒901-3261  
石川県金沢市山手町2丁目2-4  
075-686-4040  
sobasara@sofusa.co.jp

そばの新しい魅力を日夜研究・発信しています！

QOOTOF-OO

クートウ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

京都府立総合体育館  
〒600-8501  
京都府京都市中京区錦町  
TEL 075-751-1111  
URL http://kyobun.com/

京都府立総合体育館  
〒600-8501  
京都府京都市中京区錦町  
TEL 075-751-1111  
URL http://kyobun.com/

代表 大前 幹紀  
TEL: 080-6152-2433

水泳地京北を  
あたゝ副産倶楽部

熱い夏は、すぐそばに☺

「編集後記」を書くべく、もやもやしていたときも、歴史は時を刻んでいたのです。

「第98回全国高等学校野球選手権京都大会

選手宣誓は、北桑田高校！」

盆と正月がいつべんに、みたいに、  
鳥肌とナミダがいつべんにやってきました。

もう、泣くやん！

あの舞台で、選手宣誓をするのが、  
花倉さっちゃんJr。  
輝く北桑田の星たちを代表して、がんばって！

泣けます。

みなさん、

7月9日(土)、開会式はわかさスタジアム京都。

7月11日(月)、初戦はVS 京都明德高校 太陽が丘球場(第一試合)。



リキ

応援  
してね

編集後記

6/25(土)は、北桑田高校、選手宣誓のニュースに鳥肌。  
6/26(日)は、京都市交響楽団の生音に鳥肌。  
イベントのたかい平穏な暮らしも大好きだけど、本物の  
熱い情熱イベントも、やっぱり大好きです♡(まり)

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 ヒーマン・リレーソン・センター 三宝 裕氏