

なう



出たての米はよく
 大膽の米はよく
 米にぬく味はよく
 私を育てた米はよく
 住まわす米はよく
 出たての米はよく
 大膽の米はよく
 米にぬく味はよく
 私を育てた米はよく
 住まわす米はよく

満月も
 誰かに
 乙女は
 誰かに

出たての米はよく
 大膽の米はよく
 米にぬく味はよく
 私を育てた米はよく
 住まわす米はよく

第50号

発行所

なう編集委員会

毎月朔日発行

目次

7月

COMだより	・・・祝 50号	2
タナカミセ	・・・感謝の気持ち。	3
hana	・・・あと味のいい生き方	4
ヒューマン・リレーション・センター		
三宝 裕	・・・夢を追いかける人生	5
タナカミセ	・・・7月の営業カレンダー	6
	・・・7月のメニュー	7
hana	・・・京北お餅の唄ができました	8
greentail	・・・『なう』をイメージしてみて	9
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る (参)	10
タナカミセ	・・・「和を以って知る (貳)」を学ぶ	11
なう編集委員	・・・あなたのひと声が	
	目の見えない人の命を救います	12
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	13・14

くCOMETがより7

高いハードル50

ありがとうおかげさまで

尽きることなし

心のありようが
人生を決める



自由なる心が、
何でも創造する

運命の
逆転

ひとすじに

見る夢の大きさを負けるな。

人を思いやる気持ちで負けるな。

くらしの豊かさだけでなく、こころの豊かさでも、ぜったい負けるな。

(米澤)

感謝の気持ち。



いつもご支援賜っているスポンサーの皆様。
「たろ」に原稿を寄せてくださる皆様。
そして毎月、手に持って読んでくださっている読者の皆様。
お会いできたすべての皆様。

ありがとうございます。

おかげさまで、第50号を返せることができました。

じより、感謝申し上げます。

これからも、どうか、よろしくお願ひ申し上げます。

「まだまだ、たった50号」という気持ち。
「よく続いた、やっとう号」という気持ち。
入り混じっています。

「月刊タナカミセ」→「町のちから」
→「たろ」へと進んできました。

何となく「書く」ことが生活の一部にありましたが、

今年になって、ようやく心底実感したことがあります。

「書くことは自分と向きあうこと」

「身の丈以上のことは書けない」
月並みで、当然のことに、

やっとやっと、じから気づいたので、
自分なりに、じから納得した、
腑に落ちた、そんな感じでした。

改めて、自分のペースの遅さや、
色々なことに対して鈍感で大きぼ
なところに気づいてしまった、少々
残念な瞬間でもありました。が、
この0.1ミリの成長は、私にとって、
とても大きな意味があると思いたい(笑)

七くたって30年近くなる祖父のこぼれを
思い出しました。「ノミのハイジャンプ」。

「体長2mmのノミがものすごく高く
ジャンプしても、誰も気づかない。でも、
ノミにしたら、自分の身長何十倍も
高くジャンプするといふ、スゴイことしてる」

誰かと比べるといい。自分は自分の
道を自分のペースで生きていい。

おじいちゃんからのメッセージ♡を胸に、
これからも「たろ」のある暮らし、
楽しみたいと思います。(真理)

あと味のいい 生き方



第 50 号を記念して、少しだけ……。

忘れてはいけないこととして思っていること

それは

「人として、謙虚であるということ」

例えば

「自分のことは棚に上げて相手だけを変えようとするもの」
自分の思うように相手を変えようとしてもぜったいに変わるものではなく、
まずは自分自身が変わることで、そのぶん相手も変わるということ。
良く聞く話です。

でも……

それはいったい誰のためなのか。

単なるエゴではないのか。

そもそも相手を変えなければいけないのか。

等々、わたしの得意な「自分 100 人合議」が始まります（笑）

イエローハット創業者の鍵山秀三郎が

「謙虚な生き方をして何よりもうれしいのは、あと味のいい人生を送れる
ようになるということです。幸せな人生を送るためには、あと味のいい生き方
をすることです。」とっておられました。

50号を記念して……自分自身への言葉という意味も込めて

「あと味のいい生き方」

心がけます。



夢を追いかける人生

夢を追いかける人生が苦しいのは
耐えて、待つときがあるからでしょう

耐えきれなければ泣けば良いのです
片足をもぎ取られても
声も出せず、涙も流せない虫がいます
大声で泣くことのできる私たちは、幸せなのです

上手くいかないことを自分のこととして受け止められず
他人を責め続ける人がいます
自分では何もしないで
頑張る他人の欠点を見つけ笑うことで
自分の無力さをなくさめる人もいます

人に笑われても良い
傷ついても良い
時間がかかっても良い
何度失敗しても良い
できないことを人のせいにしないで
自分をとことん信じて
自分の夢を追いかけるあなたであってほしいのです

創り続けることと
耐えて待ち続けることは、表裏一体なのです

夢は、あなたが見捨てない限り
夢は、あなたから消えることはないのです

「なう 50号」発行によせて
ヒューマン・リレーション・センター 三宝裕



営業カレンダー

2017

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

- 27日 (木) お出かけショップ@烏丸御池 12:00 open
ご来店お待ちしております。
- 17日、24日、31日 (月)、北高店 夏休みです。

パンダ

外池

田中店

<http://www.tanakamise.jp/>

〒601-0314 京都市右京区京北大野町清水42
 電話 090-5014-3002 FAX 075-853-0454
 メール info@tanakamise.jp

お買い求めは・・・

- お店で
 - ★ ウッディ京北
 - ★ サンダイコー京北店
 - ★ 山国さきがけセンター

- ご予約
 - ご希望日前日の夕方5時までにご連絡くださいませ
 - 京北地域内は、お届けします
 - 配達 は 火・水・金 (金は食パン類のみ)
 - 当店でのお渡しも可能です

● 「発送」承ります

● お出かけショップ (月に一回)
 毎月最後の木曜日、烏丸御池東南歩道



7月のメニュー

	パン	価格(税込)	どんなパン
火曜・水曜・金曜 食パン・水曜・食事パン お届け	山食	1本 400円 1/2本200円	山型食パン。ほどよいもっちり感と、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 400円 1/2本200円	角型食パン。さめ細かい生地。 たまご・植物性クリーム使用。
	山食(ゆめちからブレンド)	1本 500円 1/2本250円	国産小麦に挑戦しています。北海道産「ゆめちからブレンド」、 香ばしくもちもちに焼きあがります。
	レーズン山食	3枚入200円 1本 600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200円 1本 600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200円 1本 600円	山食の生地+プロセスチーズ+シュレッドチーズ。
	くるみ山食	3枚入200円 1本 600円	山食の生地+ローストくるみ。
	くるみレーズン山食	3枚入220円 1本 660円	山食の生地+ローストくるみ+ラム酒漬けレーズン。
	ロールパン	2個 180円	全粒粉・ロースト小麦胚芽入り。香ばしい。
	にぎるレーズン	1本 100円	ロールパン生地に、レーズンがみっちりつまっています。
火曜・水曜・おやつ お届け サンド・おかず	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
	三角サンド	1個 200円	ハム+たまご+野菜。
	ハムとたまねぎの 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 150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。 今シーズンは、菓子パン生地で焼きます。
	スイートブール モカ	1個 170円	チョコたっぷりのパンに+コーヒー味のケーキ生地。 甘くてほろ苦い、これ、好きです♪
	カステラパン	1個 170円	メープルとバターがしみ込んだカステラが、パンに包まれています。
	モッツアレラ野菜	1個 170円	野菜が豊富な季節になりました。モッツアレラチーズにシュレッドチー ズをミックスしてもっとおいしく。
	ベーコンエッグ	1個 170円	ベーコン、目玉焼き、お好み焼きソース、マヨネーズ、チーズ。 がっつりです。
ピザ	1個 170円	季節感をのせて、焼いていきます。	



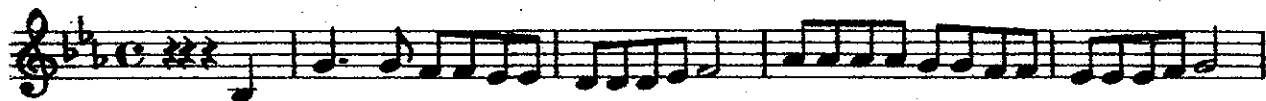
6月と同じメニューです。

京北お餅の唄が
できました

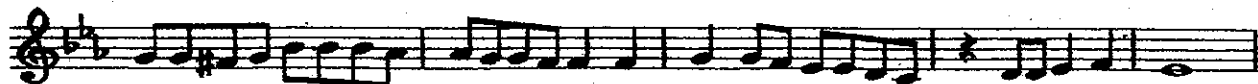
ら削りの「京蒸庵」さんには
唐臼(からうす)がある
京蒸庵の大将がうたをうたいながら
もちつきがしたいというこゝでできたのが
「京北お餅の唄」

京北お餅の唄

作詞 久保義嗣 作曲 植田昌枝



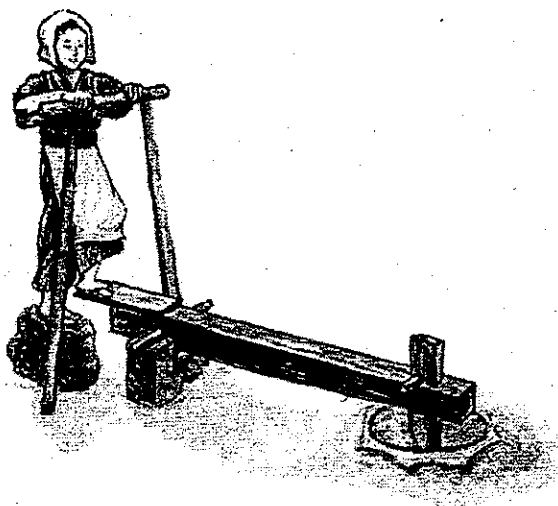
めでためでたの よきひには おもちをついて いわいます



しろくて ふっくら まるい かおひとの ころも まろやかに

12番まであるので
1番から順に毎月
ご紹介しようと思います。

①めでためでたの 佳き日よひには
おもちをついて 祝いわいます
しろしろ白くてふっくら 丸まるい顔かお
ひとひと人の心も まろやかに



『なう』をイメージしてみてください。

チクタクチクタク時間が進んでいるのに、自分は変わらないと思っている。
丸ごと自分が変わっていることに気付かずに。
自分に精一杯な時は、自分しか見えない。

でも、ある瞬間に、自分以外の世界に気付く。

その瞬間は自分の誕生日かもしれないし、
友達との別れの時かもしれないし、
道端で咲く花を見た時かもしれない。
その瞬間は無数にどこにでもあると思います。
でもそこに気付ける何かが大切。

僕は、『なう』をイメージしたら、『道端に咲く名もない花』がピンときます。

普段は気付かない。
ある時に気付く。

その花に意味があるわけではなく、
意味は見る人の心で決まるのだと思います。

以前『なう』で犬が自宅から逃げ出して見つかった記事がありました。
なんてことない記事ですが、この町でみんな一緒に暮らしているんだな〜と
読みながら感じました。

その時に京北でみんな暮らしているってことにホッとしました。
安心したんですね。
普段は自分に夢中で、自分が生きていることばかりをフォーカスして
しまいます。でもある瞬間にみんな暮らしていることがわかります。

僕はそんな瞬間に気付かせてくれる『なう』が好きなんです。



greentail 大島剛司



先ずは...

なう編集委員会の皆様

この度は なう50号達成 おめでとうございます!!

参加させて頂いていることに感謝しております。

毎月一読者としてとても楽しみにしています。

『継続は力なり』50号まで続けて来られたことは

勿論素晴らしいですが、今後100号、150号.....と

さらなる継続を期待しております。

和を以って知るの参り 『段取り八分』



着付けと習う際、着物や小物を使う順に、取る所に

全て用意し、その前には着物の組み合わせと考へまた、

それらに「たみやほっぺが熱いか冷たいか」等も教わり、着付けと始めの前の準備をしっかりとすることで、スムーズに着付けることが出来ます。

何でもそうですが、本番前、それまでの準備が大変に大切なことです。

『段取り八分』そう、全てのうち段取り八割! (ほとんどの段取りは)

その時になって「〇〇が無い!」「〇〇を忘れた!」なんて事あり得るよ。

様々な場面で、次の人が段取りをスムーズに行えるよう、きっちり片付けるといった思いやりを感じてホッとしたりします。

目に見えるその時だけと大事に考へるのでなく、陰の努力をいかに研鑽して

目に見える所が上手く違ふ。つまり、目に見える所がいつも

上手くこなされている人は、陰での努力を人一倍されていると

いふことのできる人

〜手書き〜 文月でおね... 短冊に願いを書く七夕。

これは習字が上手になるようにとの願いも込められています。

最近では手書きの文字を見るのが少なくなりましたが、

お手紙などを頂いた時、その方のお人柄や思い、気持ちが、文字に表わされていて、温かみと感じられます。

何だか手書きのお手紙が嬉しい今日の頃河 ☑

是非手書きの文字も大切に...

料理旅館

すし米

Syu's Bar
CUSHIYONE



「和を以て知る、式」を学ぶ

6月号は「メリハリ」でした。

「ハレ」(非日常・消費)と「ケ」(日常・生産)。今その区別はあいまいなものになりつつある。頑張らなくて働き、慎まじやかに生活することで、晴れやかに祝賀日の喜びがより大きなものになる。— (6月号より部分的に引用)

「メリハリ」ということばから考えてみます。ネットで検索。語源は、邦楽用語「メリカリ」だそうです。

「メリ」→音を低めること。

「カリ(ハリ)」→音を高めること。

そこから、「張るとは急と緩めるとは急の区別をきちんとしている」というような意味で使われているそうです。

私にとっての「メリハリ」は、毎月の「たろ」です。私の暮らしに、メリハリをもたらしてくれていると思うのです。

「忙しい」という言い訳のもと、気が付けば今月も終わり...という日常生活。

そんな中、「たろの原稿メロ」
という非日常(?)は、毎月やっています。

「来月のパンどうする?」「スケジュールは?」「記事書ける?」毎月1回、現在と過去を振り返ることと、

先の予定を考える、という作業をさせてくれます。

もちろん、「毎月1回」でそれだけのことが考えられるはずはなく、「常にたろのメロに向かって何とか日々を過ごし、メロの前に、がっつり考える」ということにはなります。

意志が弱く、ちよとのスキマ時間があると、パンを食べながら大好きなTVドラマの録画を何回も見よとしてしまう私にとって、「強制的に何かをする」「メロがある」という「作られたメリハリ」に本当に助けられています。

本当に「たろ」のおかげです!

もし、「たろ」がなくなったら、とても平面的で、情性に満ちた日常を繰り返していたことだと感じます...

たんとか お題からそれていっている気がします。

この四りで終わりにします。

お参りさん、来月も楽しみにしています♡

あなたのひと声が 目の見えない人の命を救います。

ときどき出会う視覚障がい者の方。

声をかけよう方がいいのか、ひっそりさせてしまうから声をかけない方がいいのか、迷って結局かけられないという経験があると思います。

私だけがその一人。

実際には、ホーム転落事故がたくさん起きているようです。

「ホーム転落をなくす会」という団体が、転落防止の普及啓発をされていて、ちらしをいただいたので、「ほう」でも協力させていたところと思いました。

命の危険がある場合は、

「白い杖を杖っている人！」でもいっから迷わず「大声で」呼びかけた方がいいそうです。

もうどうせん ひと
盲導犬の人、
とまって！
あぶない！



きけん かん
危険を感じたら、
まよ 迷わず呼びかけて下さい。



じこ ちよくぜん きんきゆうじ
事故になる直前の緊急時のみ、
うで 腕をつかんでもかまいません。



いのち きけん とぎいがい
命の危険がある時以外は、

なにかおてつだい
しましょうか？

こえ かけ くだ
と声をかけて下さいね。
(いきなり腕や杖をつかま
ないようお願いします)


http://k-senta.com/ 

工房 仙太

江口 喜代志

〒801-0313 京都市右京区京北井戸町日ヶ布131
TEL.075-853-0208/FAX.075-853-0240
HP.090-5168-1418
e-mail.senta@silk.plala.or.jp



山の家具工房 

T.001-0321
京都市右京区京北塔町番ノ前58
TEL.075-853-7039
e-mail.yama-kagu@inopora.net
http://www.yama-kagu.com

京都 蕨 庵

納豆もち そば

京都の味を
野茶を
おいしく
お楽しみ
ください

〒601-0251 京都市右京区京北下中町一丁目一五
TEL.075-852-0010
URL http://kyoban.com/



 木質ベレット

森の力京都株式会社

〒601-0251 京都市右京区京北嵐山町小柳5番地1
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

料理 旅館 **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
京北嵐山町 **075-852-0032**
http://www.sushiyone.net

ちよつと香れる隠れ家のBAR

Syu's Bar
BUSHIYONE

Tel.090-7106-5538
Cream-9696-river@docomo.ne.jp
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434
open21:00-close24:00 遅遅る!

嵐山町「料理旅館すし米」内

http://www.facebook.com/kameyahirakiyo

カメヤヒロキヨ

TEL.075-852-0009

京都市右京区京北嵐山町西丁御坊2-2
TEL.075-852-0009 FAX.075-852-0009
E-mail saile39@kameyahirakiyo.com

代表 **大島 剛司**

ドックアドバイサー

Dog village green tail

山遊び/ホテル/しつけ相談

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





<仲井電気工事商会>

075-852-0493
inazuma939926@gmail.com

T.001-0271
京都市右京区京北嵐山町
TEL.075-852-0493


〒601-0271
京都市右京区京北嵐山町
TEL.075-852-1535
090-6732-4167 greentail@docomo.ne.jp

ライフヨガ FUJIMOTO

代表 藤本めぐみ

TEL
080-5364-7000
lifeyoga.fujimoto@gmail.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 横浜

QOOTOF-00
クートウーフーリエーション
Tel 090-9052-3002 Fax 075-862-3287
Mail nishiyama@qootofoo.com WEB <http://qootofoo.com>

Gate
CREATIVE SPACE


<http://www.keihokusuehiro.com/>

SOBA 菓子工房
さらざん

〒901-0261 石川市津島町田21-8
075-835-1040
sbsara@netlab.co.jp

そばの新しい魅力を日夜研究・開発しています!

田中店 夕かぜ

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>

パンだらけ!

山田 直希

いん

〒650-0044 大阪市東区南船場4-1-1
TEL 075-748-9752


SATOYAMA DESIGN

創業62年
黒毛和牛乳牛専門店

登喜和



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・リレーション・センター 三宝 裕氏