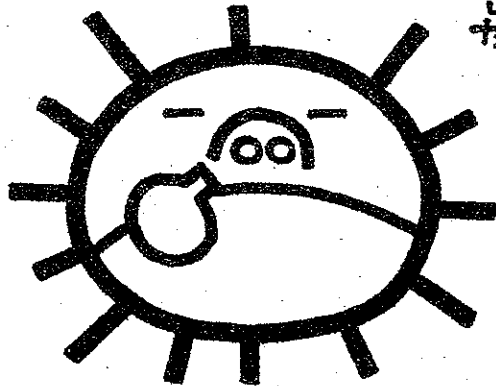


神様は
誰にも同じ才能を
与えておられない
才能を伸ばすには
自分自身の才能を
磨く必要がある
才能を伸ばすには
自分自身の才能を
磨く必要がある



なご



第69号

発行者
たけ編集委員会

目次



hana	・・・ものの見方	2
COMだより	・・・走ること	3
タナカミセ	・・・文字にする	4
	・・・2月の営業カレンダーとメニュー	5
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る17「縁起担ぎ」	6
greenmail	・・・顔を見るだけで幸せになる??	7
山国寄席	・・・第2回山国寄席やります	8
協賛のみなさま	・・・いつもありがとうございます	9~10

ものの見方



長男が成人の日を迎えました。

なんとも感慨深い・・・自分の生き方をそれなりに考えているんだろうかって思ったりしました。

思えば息子から進路や今後の人生について自分がどうしたいかといった話を聞いたことがないし、相談を受けたこともありません。

少々寂しいような気がします。

親子で自分の考えについて討論したいです。

自分の生き方は自分で決定することが大事だと思うし、

どう生きるのかは自分で考えて自分で決めて欲しいと思っています。

私の勝手な息子への期待とか願望がちょいちょい出てきて、これが彼の行動と食い違ふと腹が立ったり落胆してしまったりすることがあります。

そんな時に「あー自分！まだまだだな」って思います。

どうも人というのは、自分を中心としてものごとを考えたり判断してしまうようで、昔太陽や星は地球のまわりをまわっていると信じていた時代、地球を中心に考えると説明がつかないことがたくさんあったにもかかわらず、人々はその説を変えようとしなかった。

みんなが信じている説と真逆の説を唱えることは、相当リスクがあったようです。

手前勝手な考え方を変えられないために、ものごとの真実が見えないことが多く、また都合のよいことだけを見ていこうとする心理まで働いてしまう。私も自分が経験していないこと、想定していないことを子どもがやろうとしたとき、自分を中心に考えてしまうから、腹が立ったり、落胆したりするのかな。

私はひとり人間としてどう生きていくのか。
そろそろ明確にしたい。



「走ること」

Comだより

1月13日(日)今年も全国都道府県対抗女子駅伝が行われた。

駅伝をテレビで観た時だけ『自分も同じように走れる』と思ってしまうが、その後ジョギングをして、大きな勘違いであることに気づく。

毎年駅伝を観ると、高校時代陸上部の長距離合宿のことを思い出す。

「全国女子駅伝に出るのが目標!」とかなり高い目標を掲げて練習に励んだ日々。

陸上部長距離の夏合宿は、京都府内の高校(数十校)が合同で、兵庫県の鉢伏山(ハチ高原スキー場)にて4泊5日を2回行っていた。

トレーニング内容は・・・

朝練習 スキー場ゲレンデを周回コースで8~12km走る。

昼練習 尾根コースを1時間散歩(といっても小走り状態)の後、3分間サーキット

(腹筋・背筋・腕立て・^{もも}腿上げ・スクワット・ジャンプ各10秒×3)×3セット

午後練習 スキー場からふもと迄の道をひたすら下りて、ひたすら上る10~20km

つらい練習の上に、当時京都でも力を持っていた実業団ワコールが同じ時期に合宿に入っておられ、練習も一緒にさせてもらった。ワコールの監督も厳しく私たち高校生までよく叱責された。

練習の後、汗だくの身体をお風呂でスッキリさせたくても、人数が多い上にワコールの選手が年上ということもあり優先で、私たちは裸のまま脱衣所に並んで待つ。やっと入れたと思い、洗い場で身体を洗おうとすると「それ、私の^{おけ}桶やで!」とワコールの選手に叱られたことは、昨日のこのように覚えている。そのおかげで心身ともに鍛えられ、高校3年間でタイムはかなり伸ばせたと思う。



800m (高校1年) 2分40秒 ⇒ (高校3年) 2分18秒

3000m (//) 11分40秒 ⇒ (//) 10分16秒

(3000mを10分切れなかったことが心残りて悔しい!)

今年一年間の目標は『身体を動かす』こと。

再度身体を鍛えなおして、目標 5分切り/km 頑張ります。

(毎年言ってる?)

(米津)

「文字にする」

2018年の目標は、「文字にする」でした。ココロの中に浮かんでくることばを、できる限り拾い集めて、「文字にする」という作業をしました。

ココロの中に、無限に現れはすぐに消えてしまうことば。それらを拾っていく（反復する）ことは、最初、ほとんど無理でした。

ゆしづつ ゆしづつ、文字に交換できるようになっていました。

思っていることと、話していることと、書いていることが一致する瞬間に出会えたときは、ちよと気持ちのよいものでした。

何の脈絡もなく思っていることを文字にして眺めるだけで、何となく気持ちが整理されてくる。そんな感じがしました。

1年たって、去年の今ごろより、すごく楽ちんになりました。

文字にしている内容は、それほ
ちよ、取っつきなくて誰にも話せ
ないことだったり、自分では
ものすごく深刻に思っ込んで
いることだったりします。

しかし！文字にしてみると、実は
どうでもいいことだったり、悩む
どころかちよと笑える程度
のことだったりするので。

自分という奴は、思っていたおと、
浅くて、狭くて、よく言えば
シンプルに構成されていることか
わかってきました。

1年かけて、ココロの断捨離
をしてきたのかな。

...そして今だに舌しれている
机の上に目をやり、「あまー
整理整頓だっじでやよめー」
改めて感じています。
今年は身辺の断捨離、
できるかな...

ココロをキレイにして
笑顔にするのか、
ヒメアキが笑顔を
つくって自然とココロ
をキレイにするのか...
という話を思ひ出はる...

真理

営業カレンダー

2019

日	月	火	水	木	金	土
2月					1 定休日	2
3	4	5	6	7 定休日	8 定休日	9 臨時休業
10	11	12	13	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 臨時休業	27	28 定休日	3月1日 定休日	3月2日

● 土日曜日には「ゆず帽子」「ゆず食」を焼く予定で♥

田中店

2月のお届け用メニュー

	パン	価格(税込)	どんなパン
食 パン ・ 食 事 パ ン	山食	1本 400円 1/2本200円	山型食パン。小麦粉・砂糖・塩・イースト・ショートニング
	チーズ山食	3枚入220円 1本 660円	山食+プロセスチーズ+シュレッドチーズ
	Wショコラ食パン	1/3本250円 1本 750円	お久しぶりです!
	角食	1本 400円 1/2本200円	角型食パン。小麦粉・砂糖・塩・イースト・生クリーム・たまご・ショートニング
	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
サ ン ド ・ お か ず	ハムとたまねぎの コッペサンド	1個 180円	コッペパン+シュレッドチーズ+スライスオニオン+薄切りハム
	くるみ メープルホイップ	1個 170円	甘い組み合わせです
	キャベツ・チーズ	1個 170円	キャベツの甘みをどうぞ
	キャベツ・ベーコン	1個 180円	キャベツの甘み+ベーコンの塩味

New

New

和を以って知る 〆ノ。 ~縁起担ぎ~

「なんでうちでは 猿を“えてこ、犬を“わんこ”って言うの？」
嫁に来た時からずーと不思議でした。

勇気を出して (若かた私には聞きにくい...) 聞いてみると...
さる=去る、いぬ=いぼくなる という縁起の悪い言葉なので
岩間売のうちは、あえて、猿さる、犬いぬとは言わばい、との
事でした。 「なるほど...」



右は
お金

左は
お客様

を招いて
ますヨ

他にも 毎月一日 (おついたち) には、あらめの湯がき汁と
店の玄関に撒き、お稲荷さんにあげたお揚げさんと
炊いて食べると“芽が出る”と、続けています。

おついたちにお基定が入ると「縁起え之わへ」と喜んで、
店の玄関には招き猫が大勢で並んでお客様を招いています。

日本では 日常でも気付けばよく縁起を担いでます。

特に、新年にはスタート、人生の節目、勝負の時等は
縁起の良い物を選んで 動いたり、持ったり、食べたり...

いすれも物事が上手く進む様に、健康や安全を願う
商売繁盛と、そして皆の幸せを祈る意味は頼りにものです。

縁起を担ぐことで 少しでも運氣が良い方へ向かって欲しいものです。

考案
100%
お稲荷

2月には...

☆ 初午に 商売繁盛、五穀豊穡を願う、稲荷大社へ初午詣へ!!

☆ 節分には 豆まき、歳より多く食べ、格闘と玄関に!!
恵方巻も食べま(巧心)



お米

Syu's Bar
CUSHIYABE

顔を見るだけで幸せになる??

こんにちは greentail です。
今年になってワクワクする日々が続いています。
バタバタとも言いますがね^_^



さて今回は幸せについて。
アメリカのフラミンガムという町ぐるみで3世代を追って調べた比較研究からの結果です。3世代なんてすごいですね~
その中で面白いことがわかりました。隣人で何が1番幸福度を高めたか??

- 第1位 近所の友人
- 第2位 近所の隣人
- 第3位 近所の薄い友人

☆簡単に言うと近くに友人がいて、ご近所と仲良く暮らしていたら幸福度が上がる。

遠くの友達は下位になってます。。
まあ動物行動学的には近くの存在が1番心身に影響するのは当然ですね。

ん??近くの存在が幸せと関係するならば犬はどうなんだ!?

これは色々な論文で、ペットはかなりの幸福度を上げてくれると発表されています。
ペットの中でとりわけ犬は優秀です。

だけど!!ここで大切なポイント!!
なんと犬が飼い主の顔をどのくらい見ているかによって効能が変わります^^;
細かくは僕に会った時に聞いてもらうとして、ザックリ説明すると、飼い主をよく見る犬の時に人・犬共にオキシトシンの幸せホルモンがたくさん出るので。
つまり飼い主をよく見る子に育てると、人も犬もとっても幸せになるんです^_^
なのでたくさん見つめ合っちゃいましょう~

もしもあまり飼い主を見ないという方がいましたら!!大丈夫ですよ~!!
ちゃんとやり方ありますので^_^

そのことはまたの機会に~



greentail 大島剛司

第2回 山国寄席、開催します。



皆さまと、笑いに包まれた時間を楽しみたいと思います！

ご予約、お待ちしております。

日時：2019年5月12日(日)

午後2時開演 (午後1時半開場)

会場：大野公民館

出演：桂塩鯛

チケット：前売り おとな1,000円

子ども500円 (小学4年生以上)

当日 おとな1,500円 子ども1,000円

お問合せ：田中眞理 (0758530454 または 09050143002)
または山国寄席実行委員のメンバーにお願いいたします

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

田中店 夕加池

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!

Gate
CREATIVE SPACE

**SATOYAMA
DESIGN**

BCC BENESEED Culture Club

ベネシードカルチャークラブ
スマートフォン&タブレット教室

オーナー兼インストラクター
新井 要
KANEKO

京都・高雄教室
〒616-8264
京都市右京区崎ヶ畑敷ノ下町4-11
Mobile: 090-1480-8377 FAX: 075-854-1334
mail: kchever2019@bcoe.co.jp

創業62年
黒毛和牛牝牛専門店

登喜和



編集後記

節分と立春
立春は旧暦で1年の節目
なのでおね。そしてその
前日は節分。運気も
変わるらしいです。
神様に新年はお願い
をしておろかな。



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