

あろ



誰かを
幸せにするために
仕事は
あつらひ
だから
今年も
頑張ります



令和2年
第80号

発行者
たより系編集委員会

1月

目次

三宝 裕	・・・美について	2
タナカミセ	・・・それはタイでなくてもよかったのかもしれないが	3-5
COMだより	・・・令和2年の目標	6-7
hana	・・・2020やらないことを決める	8
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る28	9
タナカミセ	・・・和を以って知る27を学ぶ	10
	・・・1月のメニュー	11
	・・・1月の営業カレンダー	12
COMだより	・・・第16回コミュニケーションセミナー	13-14
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	15-16

美について

なう 79 号で、すし米さんと田中眞理さんが「美」について書かれていたのを興味深く読まさせていただきました。

私にとっての「美」の定義は、高校1年生の時にできました。

漢文の時間に、先生が黒板に「美」の文字を大きく書きながら、次のように言われたのです。（50年以上前のことです。）

「美しいという文字は、羊が大きくなると書きます。
古代の中国では、羊が大きくなるのが美しいことでした。

羊が大きくなると、その肉は人の貴重な食料となります。
その毛皮は人の寒さを防ぐ貴重な衣服となります。
その骨も、角も、爪も捨てられることなく、大きくなった羊の
すべが人の役に立ちます。

つまり『美しい』とは、うわべの美しさを言うのではなく、
『美しいとは、全身をもって人の役に立つこと』なんだ。」

私は授業中いつも居眠りばかりしていましたが、何故かその時は目をパッチリ開けて「へえーそうなんだ！」と聴いていました。

それ以来、私にとっての「美しいこと」は「人のためにつくすこと」となりました。

私は体験学習のファシリテーター（学びの支援者）をやっています。
仕事で迷うたびに「どちらをやれば人のためになるのだろうか？」
「研修生が求めているのはどちらだろうか？」と考え決めます。
時には、自分のやりたいことではなく、自分の不利益な選択をしな
ければならず、葛藤が生じます。私はまだまだ未熟者です。

2020年「なう 新年号」発行によせて
ヒューマン・リレーション・センター 三宝裕

マ+カミセ

...それはタイではなくてもよかったのかも知れないが...



2019年9月、大学2年生のムスメとタイを訪れました。

2泊4日の短い旅でしたが、離れて暮らす私たちが同じ時間を共有できたことが奇跡。

特にタイに興味があったわけではなく、これまでアジアの国を訪れた経験もなし。私にとっては、ムスメが「ママとタイへ行きたい」と誘ってくれたことが大切でした。

せめてタイ語で「ありがとう」だけは学ばなくては、と、機中で「コーブクンカー」と唱えまくり、ドンムアン空港へ降り立ちました。

「あの時、私はママのせいにした。私は自分ができなかったことを、ママのせいにした」

ムスメが語り始めました。

時は小学校1年生の親子活動。運動公園で、流しそうめんをした時のことです。親子で竹の節を利用してそうめんの器を作成していました。

突然ムスメが泣き始め、「ママが悪い」「ママのせい」「ママが勝手にやった」といろいろ言いながらおんおん泣き続け、親子活動の和やかな雰囲気を一気にこわしてしまったのです。

何を言っても泣き続けるのです。私としては何もしてないのに何が気に入らんのかなあと思いながら、とりあえず謝ったりしつつ、何とか泣き止まそうとしました。

ふたつ年上のムスコは、とてもおとなしく、人見知りや激しく、公共の場で大きな声を出したり、暴れたりしたことはありませんでした。なので、その時初めて、人前で泣き叫ぶ我が子、というものを目にし、止められない状況を体験し、文字通り「途方に暮れた」のです。

親子活動の進行を遅らせてしまっていました。私たちふたり、少し離れたところに移動して、どうか私たちをほっといて進めてくださるようクラス委員さんをお願いしました。結局そうめんを食べ終わるところからなんとなく復活し、そのあとのレクリエーションは参加して楽しく終了したと記憶しています。

ママが悪かったのではなくて、自分ができなかったことをママのせいにした。

とても小さくて、私の記憶からはほぼ埋もれていたことだけれども、ムスメにとってはそうではなかったのだと感じました。ずっと心のどこかで、「ごめん」と思っていたよう

です。

そんなことから始まり、「あの時本当はこうだった」という話が続きました。

小さな誤解、思い違いは、たくさんありました。

過去を振り返り、あの時のボタンの掛け違いをはめなおし、前を向く作業。

今までひなとふたりっきりでこれだけ「点単位」の事柄について話し合ったことはありませんでした。

大きく深呼吸をする感じです。

未熟だった自分、というか、今なお未熟な自分がいます。自分が自身にさえ向き合えていないのに、他者である子どもを育てるという大胆な行動に出てしまったことが、奇跡でしかありません。

そりゃ失敗も失言もするわなあ

でも、そうやって私自身も、両親や姉に育てられてきたのです。

決して口には出さないだろうけれど、私を育ててくれた家族だって、きっと「あ、しもた。今の言わへんだらよかった」「あ、やばい、傷つけてしもたかも。でも親やから間違ったらあかんし、謝らんとこ」と焦ったり自己嫌悪に陥ったりしたことがあったはずなのです。

未完成な人間が未完成な人間を育てて、その人間がまた未完成な人間を育てて…

「人生ぶっつけ本番」と言われる意味が本当によくわかります。

そして、いろんなことに気が付いて、結局のところ、自分は自分で育てていくものなのかもしれないと思いました。

家族には感謝しか残らないにちがいない。

そんなことを深く考える旅になりました。

新鮮で、大切な時間。

あまりに話過ぎて、今タイに滞在中だということをすっかり忘れるところでした。

「ドンムアン空港」「アユタヤ遺跡」「バンコク」滞在したのは3つです。

しかもスターバックスや遺跡の中、移動中、ホテルではずっと話しているので、見てい

ないところはいっぱいありますが、少しだけ、タイのシーンを紹介します。

到着したドンムアン空港から、まだ薄暗い朝方、列車に乗ってアユタヤ遺跡に向かいました。

排気ガス、屋台からこぼれる複雑なパクチー系香辛料、それらをすべてココナッツミルクで煮しめたような匂いが私たちを襲いました。

列車といえば、「戦後間もない日本」(映画とか、ドキュメンタリー番組で見た画像のイメージです…)、を思わせるような、モノクロのイメージで、音と匂いが、会話を遮り、あつという間に呼吸困難になる感じでした。駅のホームには、誰も使うことのなさそうな錆っさびの公衆電話が列をなして並んでいます。廃墟感、満載です。

なのにホームのベンチでは、ほぼ 100%の人々がスマホを触っている！という漫画の世界だったのです。

「微笑みの国タイ」満喫しました。どこに行っても、タイの人々の笑顔と親切はついてまわり、騒音と匂いの衝撃をかき消すほど、心地よい旅でした。

「エキゾチックタイ」というお店では、ふたりで 20 着ほど試着し、2 着だけ購入するという嬉しくない客だったにも関わらず、レジのところで 8 人の店員さんが笑顔で見送って下さいました。「これはしっかりお礼を言わねば」と笑顔で言おうとしたとたん、頭が真っ白、「コーブクンカー」の「コ」しか思い出せなかったのです。「コ…」「コ…」と言っていると 8 人全員が大きな声と満面の笑顔で、「コーブクンカー！」と言ってくれました。

ワットポーというお寺で「タイ式マッサージ」にも挑戦しました。

「イタイ！」と思わず悲鳴をあげると、マッサージ師の方が間髪入れず「カタイ！」と日本語で応戦してきます。

「イタイ！」「カタイ！」「イタイ！」「カタイ！」「イタイ！」「カタイ！」

途中からイタイのに笑いが抑えられませんでした。

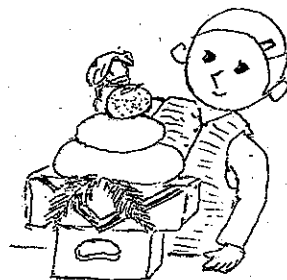
ムスメとの会話は、タイでなくてもできたことだったのかもしれませんが。

でも、すべての会話、シーン、音、匂いが一体となって、本当によき思い出になりました。

令和2年の目標 『物忘れ&シミとたたかう』

あけましておめでとうございます。

新年には「今年こそは!」と、ずーっと1年間の目標を掲げてきましたが、年末になると「今年
の目標って、何やったっけ?」と【なう】の新年号を探しては確認の繰り返し。



実際に何を書いていたか覚えていません。

(堤大二郎のファンクラブに入会した報告だけは覚えています)

そう、今年は何をかなり自覚した1年でした。

車で走っていても、どこに向かって走っているのか?何をしに来ているのか?

思い出すまでにかかなりの時間を要します。

使おうと思った道具や文房具が見当たらず、一つ探して発見しては、次に使おうとしたモノを再び探す羽目で、相当の時間ロス。

探している間に「いったい何をしているのか?」探していることさえ忘れて、場所移動してしまう。

一番怖いのは、ガスコンロの消し忘れ。火をつけたままその場所を短時間でも離れると、忘れてしまっている…。ぞっとすること幾度となく。

今後、十分注意したいと思います。

※雑誌のエッセイで『車で出勤したのに、車で来たことを忘れて電車で帰宅し、自宅に車がない状況を見て、やっと車で出勤したことを思い出した』という話を読んで、妙にホッとした私。



もう一つは顔の「シミ」

見れば見るほど左頬を中心にたくさんのシミが!!
最初はひとつふたつの少し目立つようなシミだった
のに、改めて見ると左頬全体を小さなシミの集団が
占拠しつつあります。

キレイに見せるべきはずの化粧が、隠すための化粧
と【完全】になっていることを自覚しました。



母が『どうしたん、それ?』とすっぴんの私の顔を指さしたので「シミやんか!!」
と、半分キレ気味に答えると『…』無言。

母の顔には『かわいそうに…』と書かれていた(様に見えた)。

自分でも放置しておくわけにはいかない!と、市販のシミ改善薬を飲むことに
しました。1日2回、1ヶ月分の瓶を3本服用しましたが、一向に改善せず。

再度、市販薬の説明書を読んでみると

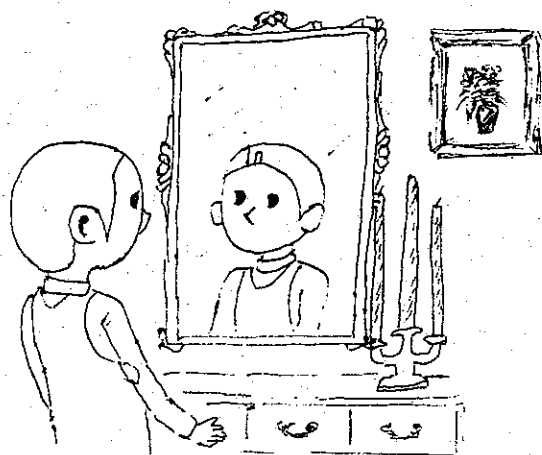
~1ヶ月服用しても効果が現れないときは、医師に相談してください~

と書かれていた。3ヶ月も飲み続けたのに、改善するどころか悪化傾向をたどっ
ている。服用はやめました。

テレビ番組に陸上競技の短距離:^{すえつぐしんご}末次慎吾選手が出ていましたが、顔にひど
いシミができていました。「ほれ、見てみ~。陸上競技してる人はシミあるやろ!」
と主人にテレビを指さして訴えていた私。(自分自身への慰め兼言いわけ)

こうなったら、今年は「何とかシミを消す方法」
ではなく、「どこまで私の肌を占拠するのか」
前向きに観察したいと思います。

今年も、どうぞ【なう】をご愛顧のほど
よろしく願い申し上げます。

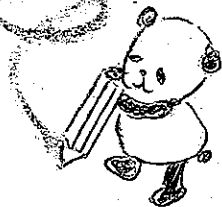


令和2年 元旦

米津由美子

2020

やらないことを決める



年初にあたり、

今年の抱負を……

いろいろ考えておくと、

やらないことに決めることにしました。

なんとなく後ろ向きでしょうか。

いえいえ全然そんなことはないです。

私は「少しでも興味があることには、どんどん手を
出してしまいます。それも割と衝動的にです。

あ木も木もと手を出して最後は疲れてしまう。

そりゃそうでおか。時間は平等、1日24時間。

やることを増やせば「時間」は減る。あたりまえの

話です。常に「To do リスト」を仕事でも日常でも

更新しながら生活をしていきます。ところが「マスト」に

なった時点で楽しくなくなってしまいます。

だから「やらないことリスト」を作ってみようと思います。

ひとつひとつの行動の目的を考えようと思います。

そもそも何のために行うのかという目的の確認をこねて

以上にして、繰り返して自分に問うことに2020年の

初めに掲げることにしました。

果たして達成できるのか！ 乞うご期待！

花 hana

和を以って知る 28⁶ ~ 美しく暮らす ~

迎春

本年もこちらで、元気に お会い 出来ませう様に...
一年間 宜しく お願い 致します。

2020年 どう 暮らしましたか...?

はい、私も 起承(転)と(結)の間くらいと 並んでいる
気持ちです。

(結)で 自分が こう ありたいと 插いて、(転)の まとめに入ろうと
決意しました。

さて、お正月に 母と 思い出の できごとが...

子どもの頃 母が、「子どもの時、お正月には お母さんが
皆の 新しい下着と 枕元に 置いてくれていて、それを 着るのが
嬉しかった。」と よく 話してくれました。

新しいものを 嬉しい と 思う 気持ち。

ずっと 今の 嬉しい とは 随分 違うのではと 想像します。

新しい物に対する 価値感も 変化しています。

でも その わくわく 感、何とか 伝わってきます。

お正月という 新年の 始まりには、

真さらの 下着と つけた 時には、
その一年 大切に 過ごす と思い、

どちらも 大切に、と 思う 気持ちは、
一年間 大切に 着よう と 思う。

丁寧に 暮らす ことに 繋がる。

私も また その いく所 に 立ち戻り、 2020年、一つ一つの 物と

丁寧に、大切に 扱っていく！ 手に入れた 時の わくわくした

嬉しい 気持ちを 思い出して...

それは 結局、美しく 暮らす こと になるのでは、と 思うのです。

料理雑誌 寸米

Syu's Bar
LUSH VINE

「和を以って知る 27

～美・大和言葉～」を学ぶ

「大和言葉」

ついつい、「簡単に誰かに伝えたい」「わかってもらいたい」という思いばかりが先行し、「その言葉が美しいかどうか、丁寧かどうか、」という観点から言葉について考えたことがなかったように思います。

印象に残っているシーンを思い出しました。

かつて習っていたピアノの先生と、私を含む2名の元生徒と3人で話をしていたときのこと。1年とか2年とか前のことです。

先生はすでに指導から退いておられ、元生徒の方は、音楽の道を進んでおられました。私は高校3年生でピアノをやめ、先生とは個人的にお付き合いをさせていただいています。

3人での再会はほぼ30年ぶり、懐かしいひとときを過ごしておりました。

先生に対して「〇〇です」と敬語でお話ししていました。そうしていたはずだったのですが、会話が弾む中、一度だけ「です」が抜け落ちた会話がありました。

私はあと思ったのですが、そのまま流してしまおうとしていました。

その時もうひとりの方が、「〇〇です」と小さな声で軽く言い直してくださいました。

先生への敬意は常にお持ちで、そして私が恥をかかないよう小さく言い直す、という彼女の気遣いに、一瞬穴を掘ってもぐりましたが、すぐに出てくることができました。

それ以後は、どんなに会話が弾もうとも、丁寧に話す、ということをとっても心がけることができました。今も彼女に感謝しています。

「大和言葉」とは少しずれてしまいましたが、わたしの場合、まずは心構えから！だと思いました。

先月も、ありがとうございます。(真理)

あけましておめでとうございます

いつもありがとうございます

令和2、今年もよろしくお願ひ申し上げます。

2020年1月
田中店



田中店

1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 450円 1/2本230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+シュレッドチーズ+プロセスチーズ
	国産小麦の山食	1本 520円 1/2本280円	北海道産「ゆめちからブレンド」の山食。香ばしくもちもちに焼きあがります
	角食	1本 450円 1/2本230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 230円	リスドオル、北海道産小麦タイプER、米粉
サ ン ド ・ お か ず	三角サンド	1個 220円	角食パン+ハム+たまご+野菜
	ハムとたまねぎの コッペサンド	1個 290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
	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。数量限定。ご注文はおひとりさま2個まででお願いいたします。
	ショコラ帽子パン	1個 170円	菓子パン生地、ほろ苦いココア、チョコレートの帽子
	ピザ	1個 180円	トマトソース、野菜、ベーコン、シュレッドチーズ



営業カレンダー

2020

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

お詫と訂正

先月号で1月6日(月)から通常営業とお知らせ
しておりましたが

通常営業は1月7日(火)～

です。申し訳ございません。

よろしくお願ひいたします。



第16回『comの会』

コミュニケーションセミナーのご案内

このセミナーは、職種や活動の範囲を超えて、楽しみながら人と人との効果的な関わり方を学んでいく勉強会です。

日時 2020年2月8日(土) 10:00~16:30
会場 西宮市若竹生活文化会館 第5集会室

(会場の住所・地図は裏面に記載)



【プログラム】

9:45~10:00 受付・オリエンテーション
10:00~10:30 「はじめまして」をスムーズに ~アイスブレイク~松尾
10:30~12:30 体験学習『七つの山ハイキング』
~チームワーク実習~米津
12:30~13:15 昼食・休憩
13:15~15:15 『アロマ体験~保湿クリームを作ろう~』
講師：鳴海朱希氏
15:20~16:00 ティータイム・意見交流
16:15 終了予定



対象者 コミュニケーション(お互いの考えや気持ちを伝達する)技術を学びたい方

参加費 一般2,000円 / 学生1,500円 (会場費・資料代)
+別途アロマ材料費として300円ご負担願います

定員 15名

持ち物 マイカップ 筆記用具 **※昼食は各自ご持参ください!**

主催 『comの会』 (松尾純子・山本満佐子・米津由実子)

■問合せ・申込みは、「comの会」まで (必ず下記のどちらかにご連絡ください)

電話(SMS) 090(8233)9712<米津> または


FAX 0774(31)6166<山本>

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

 工房 **仙太**

江口 喜代志

〒601-0313 京都市右京区京北井戸町甘ヶ谷131
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240
HP 090-5168-1418
e-mail: senta@aik.plala.or.jp

山の家具工房 

T601-0321
京都市右京区京北塔町宮ノ前58
TEL 075-853-7039
e-mail: yama-kagu@nopro.net
<http://www.yama-kagu.com>

京都 京北 京東 京南 京西 京北 京東 京南 京西

TEL 075-851-0101
URL <http://kyoban.com/>

京都 京北 京東 京南 京西

TEL 075-851-0101
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柳5番地1
tel. 075-852-0010 fax. 075-852-0022

料理 職人 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>

Syu's Bar SUSHIYONE

ちよつと寄れる居らひのBAR

京北周山町「料理旅館すし米」内

Tel. 090-7106-5538
Cream-9696-river@docomo.ne.jp
<http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434>
open 21:00 close 24:00 遅寝あり

山 田 希 **しいん**

〒601-0271 京都市右京区京北高田町松ヶ下17-2
TEL 075-748-8752

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
inaizuma@29929@gmail.com

〒601-0271
京都市右京区
京北高田町松ヶ下17-2

電気屋さんの木工
照明器具・家具などの受注製作
ダイ・マイ・グラウンド

  **DMY GND**



<http://www.keihokusuehiro.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

田中店 外ヶ池

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 ベネシードカルチャークラブ
BENESEED Culture Club

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
RII READER

京都・高雄教室
〒610-0204
京都市南区東九条一丁目4-11
Mail: info@bcs21@bcs77 FAX: 075-884-1334
mail.achiever2018@yahoo.co.jp

創業62年
黒毛和牛北牛専門店

登喜和

**編集
後記**

お正月には年賀状を!
嵐が宣伝していましたね。
ヒコが「昨年おはなりの
方から、「今回を最後に年賀状を止めよう」
というコメントとともに、SNSのアカウントが
書かれた年賀状をいただきました。
こうやってどんどん年賀状を出せる人は
減っていくのかな〜と思うと同時に、
1年に1度、こちらの状況を報告し、
宛先を書きながらその人のことを思うと
いうのはなかなか良いものだし、できれば
続けたいな〜な〜と思うのでした。
今年も「なう」をよろしくお願ひします。

サ
ル

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・ルーション・センター
三宝 裕氏