

死が来たらは  
 のが来たらは  
 死が来たらは  
 のが来たらは  
 私がいまは  
 死が来たらは  
 のが来たらは  
 死が来たらは  
 のが来たらは  
 大切にする日  
 死が来たらは  
 のが来たらは

なご



令和2年  
 第81号

発行者  
 ナゴ系編集委員会

目次

2月

三宝裕	・・・努力について	2
COMだより	・・・私のなまえ	3
タナカミセ	・・・終わり始まり	4-5
	・・・2月のメニュー・営業カレンダー	6
hana	・・・「捨てる」ことのむずかしさ	7
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る29	8
	・・・和を以って知る28を学ぶ	9
丹波音頭 踊る会	・・・丹波音頭を踊りませんか?	10-11
COMだより	・・・ウォークラリー大会のご案内	12
協賛のみなさま	・・・いつもありがとうございます	13-14

# 努力について

ヒューマン・リレーション・センター 三宝裕

なう73号で、花倉さんが「努力は嘘をつく」というタイトルで、  
羽生選手とイチローさんの言葉を次のように紹介されていました。

「努力は嘘をつく。でも無駄にはならない。」

羽生結弦選手

「努力が報われるとはかぎらないですね。

努力と感じている状態ではまずいでしょね。

人には努力とみえる。でも、本人にとってはそうじゃない・・・  
という状態が作れば、それは勝手に報われることがある。」

イチローさん

私が以前テレビで、ゴルフトーナメントで優勝した選手へのインタ  
ビューを見ていた時のことでした。


インタビュアーが優勝者に「プロゴルファーであることの条件で  
一番大切なものは何ですか？ やっぱり努力ですか？」と尋ねました。  
その時優勝者が即座に答えたのは、次の言葉でした。

「プロであることの条件に『努力すること』はありません。

プロが努力するのはあたりまえです。

努力すればプロになれるとしたら、苦労する者はいません。」

君が  
どんな  
頑張  
でも  
君の  
夢に  
半が  
届か  
ない  
と  
思  
う  
と  
も  
君が  
必  
死  
で  
頑  
張  
る  
の  
は  
確  
実  
に  
君  
の  
夢  
に  
近  
づく  
か  
ん  
ぞ  
す



# 私のなまえ ~ COM だよ! ~

訪問介護の仕事で、利用者さんから  
『下の名前、何ていうの? 漢字は?』と聞かれ

「自由の由に、笑るの笑、子どもの子です」

(『笑』じゃはいの?) と言われることが多く

たいていはい。

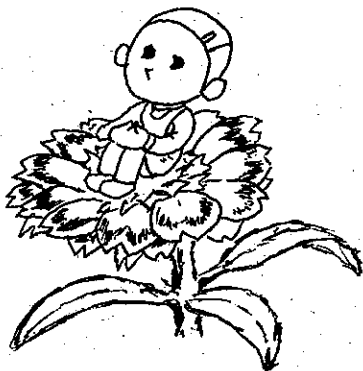
「美しくっくら良か、たんですけど、残念なだけ美人じゃない  
ので笑(みゆ)たんですけど〜。」と返す。

とその利用者さんは、

『美しい花が咲いた後に、笑をつけるから「笑」  
じゃはいですか?』と言われた。

目からウロコ

そうか、花が咲いた後の笑というのは初めて気がいた。  
自分のなまえを改めて好きになれた瞬間。




まだ私自身笑るところまでいかない。  
たくさん美しい花を咲かせて、  
たくさん笑がつけられる様  
努力、精進が必要だと再認識  
したお話 (vol.1)。

~ Hさん、Tさんには良いと言うじゃはいか〜

(by 米津)

# 終わりはじまり

タ+カミセ 

「京北第二小学校に行ってほしい」

ムスメからの依頼でした。彼女たちが小学4年生のときに書いた「二十歳になった自分へ」という手紙を、二小で預かってもらっているらしい。

今年成人式を迎えるムスメたちは、そのときに手紙をそれぞれに返すことになったというのです。

今年の3月で閉校になる京北第二小学校。久しぶりに入る校舎の香りが、いきなり涙腺を刺激します。

「娘さんから聞いております」

いらした先生が、手紙の入ったおかきの缶を持ってきてくださいました。

「ありがとうございます」

ムスメたちがいたころの先生がたは、今はひとりもいらっやらないけれど、職員室は昔のまま。整頓されているような、混とんとしているような、落ち着ける雰囲気でした。

「二小が、二小であるうちにお渡しできて、本当によかったです」

(先生、泣かさなてください…)

涙をこらえながら、写真を撮るお許しをいただいて、校舎の中を歩きました。

昇降口から2階に向かう階段の踊り場には、ムスメたちの卒業記念制作のステンドグラスがあります。

いたるところに思い出が散らばっています。

一瞬で3人の子どもそれぞれの学校生活が順不同によみがえり、鼻水がとまりません。

あちこちで写真を撮りながら、気持ちがこみ上げてきました。

きっとひとりでここにきて、こんな時間を過ごすことはもうないに違いない。

「ひとり閉校式」だと思いました。

「始まりがあるから終わりがある」「始まったときから、終わりはいつかくる」

僧侶を目指すムスコの友人が、大学4年生にしてムスコに語った言葉を思い出します。まさにそんな気持ちになりました。

逆もまたしかり。

「終わり」を迎えるからこそ、こうやってしみじみと学校との思い出にふけり、涙する時間を持つことができた。

そして、「終わり」が、前を向いて歩いていく「始まり」のきっかけになっている。

閉校という終わりが、立ち止まって考え、前を向く新たなきっかけをくれたというか。

新しい一貫校では、また、新しい歴史が始まろうとしています。

そこでまた、色々なできごとが起こり、誰かにとってのかけがえのない思い出が残り、そしていつか終わりを迎える。

まだ始まってもないけれど、そんなことを考えました。

そうやって歴史は作られ、時代が流れていくのだなあ。

玄関を出ると、二宮くんは今日も一生懸命読書に励んでいました。

ジナン1年生のときのこと。

友人のAくんが、「おばちゃん、あたらしいおともだちできたよ」

と、二宮くんのところに連れて行ってくれたことを思い出し、ちょっと声を出して笑ってしまいました。違う鼻水が出ました。

ありがとう京北第二小学校！

おめでとう京都京北小中学校！

— 終わりばかり かじゆい58

今月号のタイトル  
こちらからお借りしました  
好きな歌 ♪

進んで行く手に光あれ ♡

# 営業カレンダー


2020

日	月	火	水	木	金	土
2月						1
2	3	4	5	6 定休日	7 定休日	8 臨時休業
9 臨時休業	10	11 建国記念の日	12	13 定休日	14 定休日	15
16	17	18	19	20 定休日	21 定休日	22
23 臨時休業	24 振替休日	25	26	27 定休日	28 定休日	29

↑  
天皇誕生日

## 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 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
	Wショコラ食パン	3枚入250円 1本 750円	ココアとチョコチップたっぷりのやみつき食パン 
	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 200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
	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

# 「捨てる」ことの おすかしさ



平昌オリンピックの前に靱帯損傷と大けがをされた羽生結弦選手が66年ぶりとなるオリンピック2連覇という結果を出されたのは、記憶に新しいですね。

この優勝直後に、スポーツキャスターの松岡修造さんが「どんなオリンピックでしたか？」と尋ねられたときの羽生選手の言葉がとても印象的なのです。

羽生選手はこう言いました。

「とにかく捨てて、捨てて、捨てる作業をしたオリンピックでした」そしてラストは「(このオリンピックで) 幸せを得ました」と締めくくる。

なんとも「深いい〜話」だと思いませんか。

私は「なう」お正月号に、今年の抱負として「やらないことを決める」と掲げました。書き初めでは「手放す」と書きました。

年が明けて、1月が終わろうとする今どうなったかというところ……。残念なことにはやらないことは決まっています。

「捨てる」という作業は、とてもむずかしいです。

私はこれまでから、やりたいと思ったことはだいたいやってきて、そしてあまりやめていません。イヤイヤやっていることがあまりないからかなあなんて思ったりします。

でも心の中ではいつも「もっと時間に余裕を持ちたいなあ」と思っています。丁寧に生きたいとも思っています。

だから捨てたほうがいいのですが、たぶん「欲」が邪魔をして捨てることができない。そしてその「欲」によって苦しめられたり……。

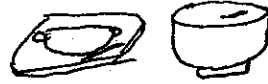
今言えることは「あ〜私は煩惱の塊だあ〜」ってことです(笑)

さて、どうする私。また仏教の教えに向かいそうです。



和を以って知る 29<sup>0</sup> ~美・忌み言葉~

一月の事だ。お茶の先生のお宅で初釜があり、  
一年に一度のお茶事に ワクワクしながらも、チヨビリ  
ドキドキしながら行ってきました。



勿論、掛軸、花、結び柳、茶碗、お菓子...

どれもが お正月らしく、炭のいる音、香の 良い 香り。  
お点前も含め 全てが美しく 全てが心にしみる 一瞬一瞬。  
そんな中、お玄関の棚の上、ちゃんと飾られた 花嫁姿の  
ねずみちゃん。

「可愛い〜」、「嫁が君やで〜」、「???」、「ねずみのことや」  
ねずみのこと「嫁が君」と言 忌み言葉。

元々、結婚式のスピーチや手紙などで 縁起の悪い言葉と  
違う言葉に 変えて表現するものとして 知っていましたか... これは...

普段 現れると 嫌われるねずみ。 でも 大黒様 の 使いと  
される一面もあるんですよ。

めでたい正月三日は イーシの 良くないねずみとねずみと  
言わす「嫁が君」と言っ て 歓迎してあげる。

おそらく 何十年も前から大切にされ、一年に一度  
日の目を見る 花嫁姿のねずみちゃん。いい感じに古く、  
奥ゆかしく、でも 嬉しそうに 座っている様子が とても 優しく  
大きな声では 言えませんが、今年の初釜で一番 印象に残った  
のでした♡

懐く  
美しい  
日本文化  
研究。

笑物 お見せ嫁姿のねずみちゃん

料理旅館

すし米

Syu's Bar  
GUSHUYONG



# 和も以って知る♡28♡を学ぶ



## 28「美しく暮らす」

新年を迎える、はじまりの時、1年を大切に過ごそうという思い  
お母様の「新年には新しい下着を用意してもらった」というエピソードとともに、真っさらの下着をつけたときには1年間大切に着ようと思う  
一つ一つの物を丁寧に、大切に扱う一年にしたいというお話でした。そのことは「美しく暮らす」ということになるのではないだろうか。

心引き締まる気持ちになりました。

丁寧に暮らすということは、一番最初に「自分を大切にする」という視点があると思うのです。自分に対して丁寧な気持ちになれずして、物を大切にしたり、人を大切にしたりすることはできにくいのではないかという気がします。自分を振り返って。

そんなことをあれこれ考えさせていただきました。

それから、「起承転結」の「転」と「結」の間くらいを生きているという言葉も、とても印象的でした。

そうやって客観的に人生を眺められる視点に、あこがれます。

また、自ら切り開いてこられた人生、を感じます。

自分はどうかな。

生まれたときから自分の人生の前を歩くお姉ちゃんの存在があり、お姉ちゃんというお手本を基準に、お姉ちゃんの足跡をなぞって生きてきた子ども時代がありました。

お姉ちゃんと自分が別のものであると気づいてから、ようやく自分で切り開く道、というものを意識しました。模倣が大好きだったので、長い間迷走していましたが、ようやく自分の道が見えるような気がしてきたところです。

まだまだ、ですな(笑)。(真理)

# 丹波音頭を踊りませんか？

京北にながく続く丹波音頭。  
このたび、丹波音頭の踊りを、一から教えていただけることになりました！  
ぜひ、一緒に丹波音頭を踊ってみませんか？

＊ ＊ 練習日 ＊ ＊

2020年2月25日（火）

20時から

右京区役所京北出張所  
3階 3-2

踊ったことがあるかたもないかたも  
少し踊れるかたもまったく踊れないかたも  
伝統の踊りを最初から教えてもらえるすごいチャンス  
ぜひ、お気軽にいらしてください♪

ご質問などございましたら・・・なんでも  
090-7106-5538（クロカワ）  
090-8944-3207（オカモト）  
までお願いいたします♪

# 丹波音頭 踊る会

企画趣旨： この京北に長い歴史を持つ丹波音頭は、丹波音頭保存会のみなさま、多くの音頭とりのみなさま、踊り手のみなさまのご尽力で、きょうまでの歴史がつくられてきました。

そのようにして長く続いてきた京北の丹波音頭を、後世絶やすことなく引き継ぐために、京北のすべての世代が、丹波音頭の踊りを基本から教えていただき、正しいかたちで学びながら、継承していくことを目的として、企画したものです。

また、高齢化少子化の進む京北で、丹波音頭は老若男女問わずに楽しめるものであるという、その特性を活かしながら同時に、京北の歴史を正しく引き継ぎ守る、という、おおきな想いを持ち、共感していただいた多くの皆さまと共に、踊る練習の場、踊れる環境づくりを、確立定着していくことを、目的としています。

対象： 京北全域 すべての世代のみなさん

指導： 丹波音頭保存会のみなさま

活動計画： ◆練習 月に1回程度の練習日を設けます

- ・第1回目は、弓削自治会館において午後8時から実施しました。
- ・練習日は、SNS、及びご協力いただいた各方面での掲示等でお知らせいたします。
- ・今後の日程、時間、場所、回数については、参加者の皆さまのご意見を取り入れながら、柔軟に対応していきます

◆目標 2020年の丹波音頭フェスティバル

(※2020年は京北が担当で開催地は京北だとお聞きました。  
京北夏祭りを経て、まずはその日を目標にしましょうということになりました)

責任者： 踊る会代表 黒川 修子 (京北周山町)  
実施責任者 岡本 玲女 (京北下宇津町)

連絡先： 090-7106-5538 (くろかわしゅうこ)  
090-8944-3207 (おかもとれいな)

ふれあい COMEより

# ウォークラリー大会

令和2年4月26日(日)

場所：京都市山科区 醍醐周辺  
(予定)

地図(コース)を  
見ながら歩きです。



コースの途中で  
出されるゲームや  
クイズに挑戦し  
ながらゴールを  
目指します。

大会の詳細は  
次号の「たけ」  
でお知らせします!!

主催：京都市レクリエーション協会


http://k-senta.com/ 

**仙太**  
工 房

江口 喜代志

〒601-0313 京都市右京区京北井戸町ケケ131  
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240  
HP 090-5168-1418  
e-mail:senta@silk.piala.or.jp



山の家具工房 

〒601-0321  
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 森の力

TEL 090-851-0001  
URL http://kyoban.com/

京都府右京区京北下中町西一五〇一  
TEL 090-851-0001  
URL http://kyoban.com/

納豆もち そば

 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 雑 穀 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>

周山町「料理雑穀すし米」内

**Syu's Bar**  
SUSHIYONE

ちよつと書れる猫のBAR

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

山 風 布

**ていけん**

〒601-0275  
京都市右京区京北周山町松ヶ下17-2  
TEL 075-748-9752

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  
[inazuma9289299@gmail.com](mailto:inazuma9289299@gmail.com)  
〒601-0271  
京都市右京区  
京北熊田町松ヶ下17-2

電気屋さんの木工  
照明器具・家具などの受注製作  
アイ・マイ・グラウンド





<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 夕加池**

田中眞理 パンだらけ!

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

**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**

京都・高槻教室  
〒616-8284  
京都府右京区網野橋本/下町4-11  
Mobile: 090-1485-0377 FAX: 075-854-1334  
mail: achery@26188@bcca.co.jp

創業62年  
黒毛和牛牝牛専門店



**登喜和**

編集後記に於て...

# 来たい 円波音頭踊り会

詳細は10-11頁を  
ご覧下さい

楽しむから  
伝統を愛し継ぐ  
**Let's Dance**

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 ヒューマン・リレーション・センター 三宝 裕氏