

犬好きだよと
抱きしめられる
そだねと
私ほ強人
生きた二十一年



なほ



令和2年
第83号


発行者
ナほ編集委員会

目次

4月

タナカミセ	・・・感染拡大希望	2-3
	・・・4月のメニュー	4
	・・・営業カレンダー	5
hana	・・・そこに見える果てのない旅路へ	6-7
登喜和	・・・登喜和からのごあいさつ	8-9
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る「31」	10
タナカミセ	・・・和を以って知る「30」を学ぶ	11
COMだより	・・・私の好きなテレビ番組	12
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	13-14

感染拡大希望！

夕ヶカセ 

コンサート、ライブの中止が相次ぎ、キャンセルつながりの3人、I先生とAちゃんとランチを共にしたのは3月8日のことでした。

3月号「なう」で、「私は今年、『大殺界 停止』の1年です」という内容の記事を書いておりました。

おふたりは、そのことを大いに笑い飛ばしてくださって、私としては嬉しい限りでした。

3月11日、Aちゃんから届いたその本は、「こころの深呼吸」

添えられた手作りの葉と、「大殺界の眞理ちゃんへ」と書かれたメッセージに、息が出来なかった。

「こころの深呼吸」
「1日ひとこと、あなたの心に新しい風」と帯に書かれたその本は、1ページずつ、366つの文章からなっています。

少し、引用させていただきます。

幸せの秘訣

幸せになるのは、とても簡単。
幸せになりたいなら、
もう出来なくなったことを嘆くのをやめ、

まだ出来ることがあるのを喜びましょう。
まだ持っていないものをうらやむのをやめ、
もう持っているものに感謝しましょう。

静かな震え

心の深みから発せられた言葉には、
心の静かな震えを
相手の心に伝える力があります。
心の深みから発せられた言葉は、
喜びの震え、悲しみの震え、
感動の震えを乗せて相手の心に届き、
相手の心に同じ震えを呼び起こすのです。

言葉をあたためる

頭で考えただけの言葉は
冷たく響きますが、
心の中から湧き上がる言葉には
ぬくもりがあります。
心を満たした優しさや思いやりが、
言葉をあたためるからです。
相手に差し出す前に、
言葉を心の中であたためましょう。

心のどこかで、過去のどこかで、「ああ、
こういう感覚、大切」と思ったことのある
気持ちを呼び起こしてくれます。

日常のあわただしさにかまけて、忘れがち、おざなりにしがちな感覚。

3月号「なう」『hana 最優先にすべきことは』で触れられていた「緊急ではないが重要」という箇所^①に当てはまる気がします。日々、少しの時間であっても、こういう感覚を呼び起こす時間を持ったら、心は潤い、平常心を保つ手助けをしてくれそうです。

どのページをめくっても、「心を震わせてくれる」ことばがあります。

平明なことばの大切さも、あらためて思い出させてくれます。

この本を届けてくださったAちゃんの、「笑い飛ばして、そしてハグする」あたたく素敵なお人柄に、改めて惚れ直しました。

I先生は、高校卒業までお世話になったピアノの先生。Aちゃんと私は、同じ時期にお世話になり、その後Aちゃんは声楽家の道に。I先生も、今は合唱団で活躍されています。音楽が日常生活であるおふたりなのです。

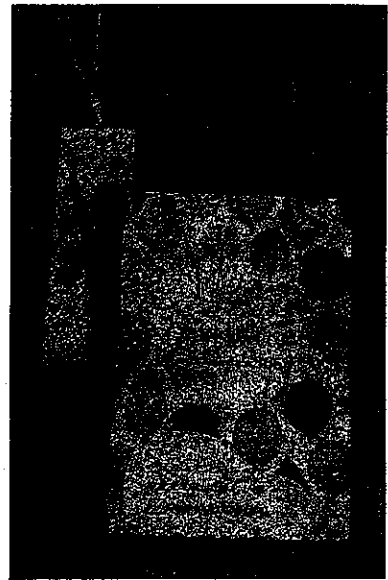
耳に届く音楽が、心を震わせてくれるように、ことばもまた、音符のように紡いでいくと、心を震わせてくれる。

しみじみ感じる「よきできごと」でした。

私も、まねっこして、「こころの深呼吸」感染拡大に向け、大切な人たちにお届けしたいと思います。

まずは、「なう」で、ご紹介。

気になられた皆様に、手にとっていただけたら嬉しいです。



「こころの深呼吸」

かたやなぎ ひろし

片柳弘史 / 教文館

田中店

4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
	モカレーズン食パン	3枚入250円 1本 750円	新発売です。コーヒー味の食パンに、ラム酒漬けレーズン… New
	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
	さだこあんこ	1個 160円	あんぱん
	Wクリームパン	1個 170円	カスタードクリーム+ホイップクリーム
	ココナッツロールパン	1個 170円	菓子パン生地に、バター風味のココナッツがしゃりしゃりします New
	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

新しいパン

☺ モカレーズン食パン



☺ コーヒー味の食パンは
たまご、牛乳を使った
やさしい生地。ラム酒漬
レーズンと、おいしパンです。

☺ ココナッツロールパン



☺ ロールパンを巻くときに
ココナッツ、バター、
砂糖のフィリングを
たっぷり塗っています。
ココナッツのシャリシャリを是非～

営業カレンダー

2020

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

コナ、去ん!

「あんたんとこのパン飽きてきた」

きょうだいならではの距離感で核心をつかれた。

「だって」

と言いつつも、同じパンをいつも焼いている、その通りなだけに、返す言葉が見あたらない。

「こだわり」なのか「言い訳」なのか、両方なのか。

毎回、パンを取り巻く環境は、微妙に異なります。温度や湿度の変動、季節の移り変わりなど。なので、焼く側からすると、同じパンを焼き続けていても、飽きてくるということはなく、毎回新鮮な挑戦なのです。

違う環境でも、同じ焼き上がりを目指す。変わらぬ味を目指す。というところにやりがいを感じた

りして、視野が狭く深くなっていくイメージです。

そんな中で、「もっとおいしく」を目指していくと、もう、どんどん、同じパンを焼き続けてしまうわけです。

大切にしていることの一つではあるけれど、食べていただいている皆様の気持ちも、大切にしたい。

「こだわり」を押し付けるのは本意ではありません。

そこで4月は、少し新しいものに挑戦しています。前から焼きたかったけれども、なかなか試作の時間を取れずに、寝かせていたパンたち。

お試しいただいたら嬉しいです!

もしに見える 果てのない旅路へ

Like
Real
Stone

「受かったー！電話してきてくれた」

娘から私のスマホにメッセージが届きました。

高校卒業後、最後まで受験勉強をしていた娘の友人が第一希望の大学に合格したのです。

娘のクラスは12人、うち女子は彼女と2人だけ。

3年間JKライフを共にした大切な友であり、一緒に励まし合って受験勉強をがんばった友なのです。

クラスメイトがどんどん進路を決めていく中、彼女は最後の最後まであきらめずに受験勉強をがんばっていました。しんどかったと思うし、その気持ちを考えて私は胸が苦しくなっていました。

そんな彼女を私たち親子は心から尊敬したし、良い結果が出るよう祈り続けていたので、娘から届いたメッセージを見た時、胸が熱くなり涙があふれ、出張帰りで運転中だった私は車を止めて涙を拭きました。

うれしくてうれしくて、ママにもすぐにおめでとうメッセージを送ってまたウルウルしていました。

ちょうど、メルマガで戦前の総理大臣である浜口雄幸（おさち）氏の「成功のひけつ」というのを見たばかりで、この嬉しいお知らせがピピピーッとつながったのでした。

その成功のひけつというのは8つあって

まず、第一に「自分がやる仕事は、世の中のためになる仕事であること」

そして、一番大切なこととして「最後の5分間のふんばり」と書かれています。

もうだめだと、一步も歩けないときに、あと一步、前が出る。

「最後の5分」、その最後のところで、もう一步だけ、前に進む。

たとえば勉強なら、
あと1ページ、読み進めましょう。
あと1語、漢字を、単語を、覚えましょう。
あと一歩、前に進めるのです。
そうすれば、どんな結果であっても、
きっと次につながります。

そう書かれていました。

私も言われたことがあります。

毎日たとえ1ミリでも成長すれば、1年たったら3メートルを超える。
なにもしないのと3メートル以上差がでるのだと。

結果が出ない……そもそも結果ってなんだろうと、苦しくなってやめたく
なることもあるけれど、この言葉を思い出して、前を向こうと思うことが
よくあります。

いよいよ大学生になる彼女たちに

失敗してもいい。挑戦しよう！

そして後悔しないために「最後の5分」をやり抜こう！

とエールを送りたい。

ついでに私自身にも。

花hana



登喜和からのごあいさつ

皆さまはじめまして！僕は京北の周山で登喜和というお肉屋さんを家族で営んでおります前田と申します。

ご縁があって、この「なう」4月号で初めて文章を掲載させて頂きました。今回はごあいさつと登喜和の自己紹介をメインに書かせてもらって、次回以降は登喜和で販売しているお肉の情報や豆知識などをご紹介していこうと考えています。それでは拙い文章になると思いますが、気軽に暇つぶしにでも読んでもらえたら…。

登喜和は京北の周山で営業しているお肉屋さんです。A4・A5ランクの「黒毛和牛牝牛」という高品質な牛肉にこだわって、こま切れなどの日常使いをするものから、誕生日などの特別な日のための、または大切な人などへの贈り物として重宝されるステーキ、すき焼き用のお肉などを扱っています。

ありがたいことに京北に住んでおられる方々、さらには遠方からお越しの方々から「登喜和のお肉はめっちゃ美味しい！」というお言葉をたくさん頂いて信頼され、あと数年たてば70年になろうかという長い間、この京北でお店を続けてくることができました。

またお肉の販売と併設してレストランの営業もしています。販売しているお肉と同じものを使った、手は込んでいないけどシンプルでお肉本来の美味しさを味わえる料理をリーズナブルな価格で提供しております。

扱っているお肉は長野県産のA4・A5ランクの信州牛を現在はメインに販売しています。この扱っているお肉の種類や品質についても、今後この「なう」の中で紹介をしていこうと思って

おりますので、詳しくはまた次回！！ ということで…。
以上、簡単ですが登喜和の自己紹介でした！

今回の所はここまでにして来月以降は、「登喜和のお肉講座」と題して投稿を続けていきます。読んで頂いた皆さまがお肉を食べたい、買いたいとなった時の参考になれば嬉しいです。

(前田悠太郎)

○登喜和の営業情報

精肉販売：営業時間10:30～19:00

定休日 水曜日

レストラン：営業時間 11:30～17:00

※ラストオーダー 16:30

定休日 水・木曜日

(火曜日は前日 15 時までにご予約の方のみ営業)

※レストランは臨時休業の時もあるのでご予約をお願いします

※お座敷でのすき焼き・水だきは3日前までのご予約のみです

TEL 075-852-0014

FAX 075-852-0314

以前、「書く」ということについて取り上げた記憶があります。
変わらず、私は 手書き大好きなので頂く時にお渡し
する時も 手書きが嬉しいです。

美の3ハツ

<楷書>

美

文字の形、くせ、大きさ等で人柄、
筆圧、運び等でその時の気分、意外に読み取れ、
手書きは おもしろいですね。

和の文化の中では筆文字が必要な事もあり、
美文字に憧れ、練習しようと思つた時、

「字を練習する人だったら、千字文で稽古したらええ。」
とお茶の先生に教わり、直ちに本を講入しました。

<行書>

美

朝、嫁入り道具の硯箱とひばり虫、墨ととり、
一日一文字と 細く書いて練習です。

「三体千字文」には一つの字に楷書、行書、草書の
字本があり、草書なんて いづ書く？ それぞれ

<草書>

美

読めへんしよと思いつながら書いていますが、意識
していると時折 出合います。

筆文字の草書がさらさらと書けて、読める様にならな
かったいなあ〜と 目標を持ってます！

美しい字と書きたい時、やはり美しいお手本を基本に
練習が必要で、美しく身辺を整え、気持ちを整える
事が大切だと今さらながら気付きました。

千字文... 中国の伝わり、
4文字づつが1つの句、
250通りで構成されて
合計1000字、1文字も
重複していません!!

心が乱れてると書けないのです
まだまだ修業です。

料理飲席

すし米

Syu's Bar

(HISHIYANG)

和を以て知る 30, も学ぶ

「美しい立居振舞い」

3月号も、普段offになっているツボを押して
いただきました。

ありがとうございます

↓

「普段から出来ていないとは急には出来ない」

「染みついて癖になった動作はなかなか直せず、
ともすれば”人柄の一部”になってしまいます」

耳痛し、です。

思われる赤面シーン、あります。

「誰も見ていないとき」に顔をただ雑な行動、
それはやはり、「自分を大事にしている」という
ことだと思いました。 やらかす前に、

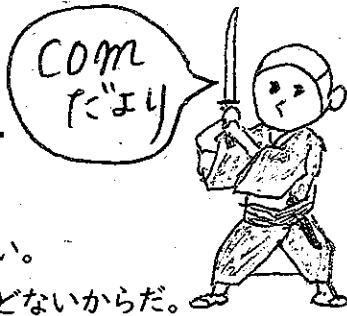
「たあいふるまい」、ひと呼吸 おいてみよう。。。!

自分に対しても ていねいに暮らしたいです。

楽しい教え、ありがとうございます♡

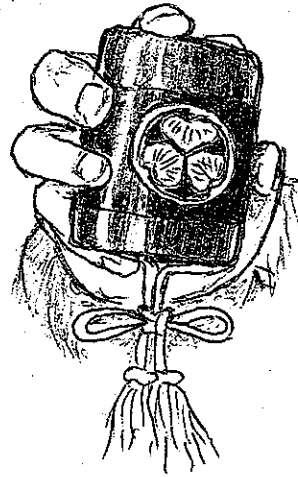
(真理)

私の好きなテレビ番組



最近、テレビはあまり観ず、ラジオを聴くことが多い。
私たち夫婦にとって、観たいテレビ番組がほとんどないからだ。
唯一、必ずと言ってよい程観る番組は、KBS 京都放送でやっている昔の
「必殺仕事人」と「水戸黄門」である。

何が楽しいと言ったら、悪人を成敗^{せいばい}するところだ。
悪党どもを斬^きったり、印籠^{いんろう}で頭を下げさせる場面だ。
食後の片付けなどで席を立たざるを得ない時でも、悪党をやっつけるシーン
になると、絶対にテレビの前に座って最期^{さいご}を見届ける。



そして

「めっちゃ気持ちいいな～。仕事人や黄門さんに斬ってほしい人、いっぱい
おるな～」と毎回話す。

でも、ふと(どこかで誰かが『斬ってほしいと思う一人』に私を入れている
のではないかと)と思うと、

日頃の言動を慎まなければ…と思うのであった。

(米澤)


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々市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 

Y601-0321
京都市右京区京北塔町宮ノ前58
TEL 075-853-7039
e-mail:yama-kagu@popo.net
http://www.yama-kagu.com

京都 森の力 

京都府京都市右京区京北岡山町小柳5番地1
TEL 075-852-0010
FAX 075-852-0022
HP 090-5168-1418
e-mail:senta@silk.plala.or.jp

URL http://syobun.com/

 木質ベレット

森の力京都株式会社

〒601-0251 京都市右京区京北岡山町小柳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
宴会時のお食事等
ご予算に応じて賜ります

◆ご予約・お問合せ
京北岡山町 **075-852-0032**
http://www.sushiyone.net

ちよつと書れる臨いのBAR

Syu's Bar
SUSHIYONE

Tel.090-7106-5538
Cream-9696-river@docomo.ne.jp
http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434
open21:00-close24:00 毎日営業

岡山町「料理旅館すし米」内

山崎 直希

いんてん

〒601-0275 京都市右京区京北野阿豆野5番地
TEL 075-6732-4167



代表 大島剛司

ドックアドバイサー

Dog village **greentail**




山遊び/ホテル/しつけ相談


〒601-0275
右京区京北宇野阿豆野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
jnazuma9299299@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
DIY END
DIY・マイ・グランド



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 夕加社

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
BEHESEED 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
RI I KA SANO

京都・西尾教室
〒616-8294
京都市右京区嵯峨小倉野/下町4-11
06914.186-1429-8277 FAX.075-884-1324
mail.achever2018@yahoo.co.jp

創業62年
黒毛和牛専門店の

登喜和



編集後記

「ナユ」に新しい風が吹きはじめました。
登喜和の前田悠太郎さんによる、「登喜和のお肉講座」です。
ギュウギュウに凝
モッリツに楽しみ
よく お願い申し上げます。(眞理)

肉

本物の美味は
縮した連載
です!

無料UP!

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