

THE FIRST

ザ ファースト



去年は JY パークさんのオーディション「虹プロジェクト」を見て涙していました。しっかりNijiUのファンになったし、スマホカバーはNijiUカラーです。そして次の企画は解散しましたが AAA(トリプルエー)のメンバーだったラッパーの SKY-HI(スカイハイ)が手がけるボーイズグループオーディション。なんと、SKY-HI さんの 1 億円自腹企画なのです。

なにげなく見た YouTube がきっかけで私は一気にハマってしまい、15 人での 1 か月間富士山合宿のころには番組が楽しみで仕方がなくなっていました。時間的にテレビでは見られないので、TVer で見ます。ありがたい時代です。

現在は富士山合宿ラスト 1 週間。1 人落ちて 10 人になるところです。メンバー全員の顔と名前はもちろん覚えたとし、その子の個性や課題まで見えるこの企画は完全に私を虜にし、毎パフォーマンスで感動するという…
…笑

富士山合宿では、共同生活をしていて(SKY-HI も一緒に寝泊まりしている。これってすごいですよね)歌やダンスのレッスンを受けているから、どんどん成長していきます。あらためて過去の YouTube とかを見ると、その成長の度合いがハンパないです。

つくづく、私って人が育っていくのを見るのが好きだなあと思うのです。そしてしっかり推しもいます、それもたくさん(笑)

誰も落ちて欲しくない。そう思っているのはきっと私だけじゃないはず！私みたいな「THE FIRST」ファンがたくさんいることでしょう。それが証拠に YouTube のパフォーマンス再生回数は伸びて伸びて伸びまくっています。

私は最初 SKY-HI に対してあまり良い印象がありませんでした。正直パークさんと全然違って、オーディションを受けている子の前で泣いちゃうし、なんとなく距離が近いというか……。でもそれは SKY-HI の志だったので。オーディションをする理由が「才能を殺さないため」そのコンセプトは「クリエイティブファースト、クオリティファースト、アーティシズムファースト」

スト」SKY-HI は「俺がやってやる！」ではなく一緒に始めてくれる仲間を募集しているとブログに書いておられた。だから距離が近く感じたんだと思います。その違和感も今ではなくなっていて、SKY-HI の言葉ひとつひとつにも感動しています。

めちゃくちゃ心に響いた言葉があるのでご紹介します。

「自分が持っている世界が正しいことは 100%ない。ただ自分が持っている世界が完全に間違うということも 100%ない。世の中全部そうだから。揺るがない自分を持って揺るがない自分の自信を信じて、同じくらい他の人もそういうものを持っていることを認めて、愛してあげてほしい」

私の心にぶっさりましたよ。

今では SKY-HI の器の大ききみたいなのを感じています。

11人でパフォーマンスした SKY-HI の曲『To The First』は、カバーバージョンとして配信されました。すると LINE MUSIC で 1 位、iTunes でも J-POP1 位を獲得。

私が見始めたころ、誰も知らないような番組の企画でしたが、今ではグングン人気が上がっているようです。嫌がる家族の意見は聞かず、食事時に見せまくったせいで、夫も子どもたちもしっかり認識できるようになっています。(笑) 今からでも YouTube をさかのぼってみてはいかがでしょうか。オススメです🍷

 hana

面白が〜丹波音頭を踊る会〜

丹波音頭を
踊る会×マガセ



面白いわよねえ、世の中って。「老後がどう」「死はどう」って、頭の中でこねくりまわす世界よりもはるかに大きくて。予想外の連続よね。楽しむのではなくて、面白がることよ。楽しむというのは客観的でしょう。中に入って面白がるの。面白がらなきゃ、やっつけられないもの、この世の中。

樹木希林「一切たりゆき」 女春新書

「楽しむのではなくて、面白がることよ」
まさに面白がってやっている人たちがいます。「丹波音頭を踊る会」の皆さんです。
8月号では、丹波音頭のこと、踊る会のこと、練習会のこと、代表黒川修子さんと共に お伝えしていきます。

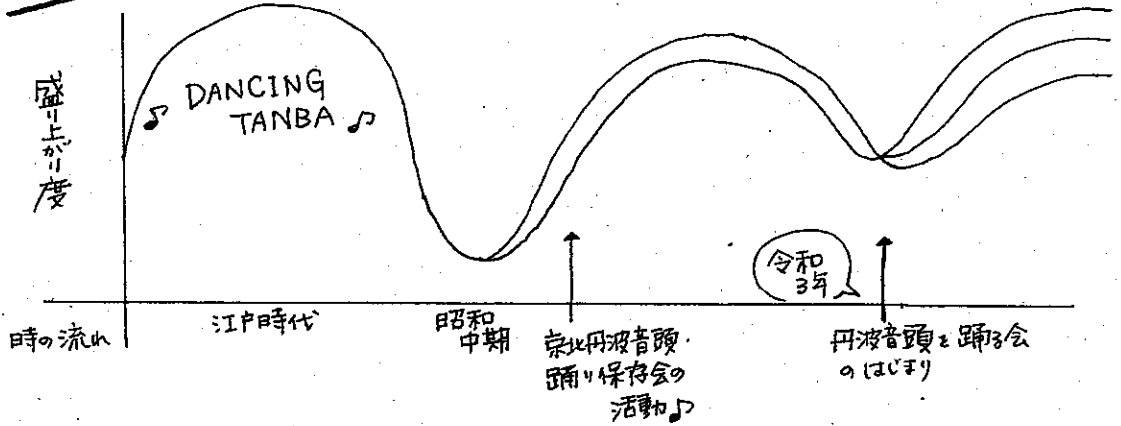
浄瑠璃くすし 丹波音頭とは

江戸時代中期、近松門左衛門の浄瑠璃の名場面の文句をとり、
それに節をつけて踊ろう！ ということになったのが「はじまり」だそうです。
以来、丹波一円に広がり、丹波地方の盆踊りの定番となりました。
300年以上の歴史があるのです。

丹波音頭を踊る会とは

代表黒川修子さん、岡本玲子さん、ふたりの浄瑠璃くすし丹波音頭の熱気持ち
—老若男女の壁がない丹波音頭が今まで継承されてきたという感動的な事実、
その伝統を守り、継いでゆきたい。自由な輪で、世代を超えて広げてゆきたい—
「京北丹波音頭・踊り保国会」より正しい指導をいただきながら、出入り自由の
練習会を開催されています。

浄瑠璃くち 丹波音頭、来た道、ゆく道 (おはては、イメージです)



伝統、異世代、色々な価値観、おはてか、それぞれに、のびのびと重なりながら 丹波音頭の伝統を守り、伝えたい、面白い。共に歩む 今と未来。素直じゃありませんか!

伝統と先輩への限られたスペースと、次世代へつなげてゆく自由な輪。まろごと面白い ふたりの代表と、活動を支える愉快な仲間たち。私も入ってみたいなと思ってる♡
 それでは 修子さんにバトンを渡します! (真理)

丹波音頭と踊る会ホームページ
 Facebookページ「有京アソビファミリー」インタビュー記事を参考にさせていただきました。

受け取りました♡ 真理ちゃん♡
 只今わかり易く、たくさんのご紹介と頂きましてので 私からは今後の素敵な情報をお知らせします。

この度 丹波音頭踊る会がご縁と頂きまして 京炎そでふれの大学生とのコラボ企画※2

丹波音頭 × 京炎そでふれ (京北パビリオン)

なわと!! 丹波音頭保存会の皆様、踊る会のみんね

→ 京炎そでふれ!!

京炎そでふれの大学生

→ 丹波音頭と!!

教え、教わり、それぞれの踊りとみんなの踊りあふ〜♡

(※1) 第3回 京都学生祭典より誕生したオリジナルの創作おどりで可 平安神宮前にて

その先に行っているのは……♡

8月29日(日) 丹波音頭、京炎そでふれ撮影会

ご協力頂いた皆様
 ありがとうございます!!

京都京北中学校 大階段
 山国神社
 粟尾峠

10月10日(日) 京都学生祭典 総おどりにて 丹波音頭お披露目!

次回練習日

8月22日(日) 10:30 ~ 12:00

多前自治会館にて

大学生のお兄さんお姉さんが教えてくれる!!

夏休み中のみなまの保護者の皆様!!

お持ちしてま——おっ!!

(※2) 京北に伝わる丹波音頭の伝統、発信、つなぐは町の活性化に繋がるお手伝いを頂けると

涙と目薬と鼻水と

COMETより



最近、目の渇きが気になり辛い日々が続いています。

目がバシバシに乾いてしまい、涙でも出せればすぐに潤うのですが、若い頃のようにそう簡単にはいきません。

先日ヘルパーの仕事で調理をしている時、玉ねぎを切っていて目が痛くなり、涙がポロポロと出てきました。

「涙、久しぶりや〜

そうや、目が乾いたら玉ねぎを切ったらいいんや」

と思ったのもつかの間、涙より鼻水の方が大量にあふれてきたではありませんか。

涙はすぐに止まってしまいました。

歳を取ると、出るものも変わってしまうのね・・・。

目薬を欠かさず持ち歩く毎日です。



(米津)

アロマセラピーワークショップ

～新型コロナウイルスの感染予防とメンタルケア～

「アロマ」について基礎知識を学び、コロナ禍の生活を豊かで楽しいものに変えていけるような、楽しいワークショップとなっています。
今回は、マスクに使用する「除菌&消臭スプレー」を作成します。

日時 令和3年 9月 19日 (日)

12:45 受付開始

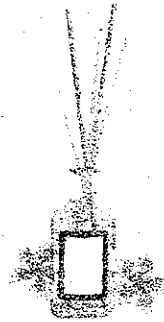
13:00 ワークショップ

講師：鳴海 ^{なるみ} 朱希 ^{あき} 氏

アロマセラピスト、専門学校講師

アロマセラピーサロン ノビリス主宰

15:30 終了



場所 京都テルサ 東館3階 スポーツ団体事務室
京都市南区東九条下殿田町70 京都府スポーツセンター内

参加費 500円 (材料費別途) ※要 事前申し込み

募集定員 先着 15 名

主催 京都市レクリエーション協会
後援 京都府レクリエーション協会

申込み・問合せ 090 (7113) 5008 (山崎)
FAX 0774 (31) 6166 (山本)

申込み締切 9月10日 (金)



京都の「街の本屋さん」を訪れて気づいた魅力と面白さ

(登喜和のお肉講座 番外編)

今回はいつものお肉について紹介する「お肉講座」はお休みです。その代わりに僕が今興味のあることや好きなことについて語る、「番外編」をお届けします。普段のお肉のお話とはまったく違う分野の内容ですが、楽しんで読んで頂けたら嬉しいです。題材は「街の本屋さん」についてです。

最近、僕は地元である京都の本屋に行くことがマイブームになっている。この本屋とは大手チェーン店の本屋ではない。こだわりを持った店主がやっている、いわゆる「街の本屋さん」である。京都にはこだわりを持ち本屋の枠組みに捕らわれないチャレンジや取り組みを行っている面白いお店が多くある。

雑誌やネットを読んでいて、京都の本屋さん特集があり興味本位でその中のあるお店を訪れてみたが、見事に自分の好みや感覚にハマった。本屋に行って並んでいる本や、ギャラリーで展示しているもの、お店の雰囲気を実際に感じるのが楽しくてしょうがない。それ以来休みの日になればどこかの本屋に足を運ぶようになった。

今回の記事では京都の本屋を何軒か回ってみて、どんなところに面白さや魅力を感じるのか、何が印象に残ったのかなどを紹介していきたい。

まずは僕の訪れた本屋の中からいくつかの店舗の名前などを簡単に紹介しておきたいと思う。まずは恵文社一乗寺店。京都の本屋の中でも特に有名で、京都以外から本好きの人たちが訪れるらしい。2つ目が誠光社というお店である。このお店は恵文社一乗寺店で長年働いていた方が独立をして立ち上げたお店である。そして3つの目のお店が古本と新刊を扱うレティシア書房である。このレティシア書房の特徴は、リトルプレス（ミニプレスとも言う）と呼ばれる種類の書籍を多く扱っているという点である。このリトルプレスとは僕が調べたところによると、個人や団体が制作した少部数の出版物のことを言う。自費出版を現代風に言い換えたものという風にして書いてあった。卸を通さず著者や出版社が本屋と直接取引をすることが多く、大手の本屋にはあまり並ばないものらしい。以上、僕が実際に足を運んだお店のうち、3店舗のお名前を挙げさせてもらった。

続いて僕が京都の「街の本屋さん」を訪れてみて、感じた魅力や面白さを語ってみたい。特に大手の規模の大きい本屋との違いについて、をメインにしていく。

まず1つ目の魅力は、大手の本屋にはない珍しい本を扱っているという点である。大手の本屋では話題の本や売れ筋の雑誌、有名出版社の本を中心に並べていると思う。それに対して僕が訪れた本屋では、そのお店の店主さんのこだわりや興味関心に基づいて本棚に本たちが並べられている。その品揃えや本の並べ方は大手の本屋の本棚とは大きく異なっていた。出版社順や作者順などではなく一見バラバラに本が並べられているのだ。本を探すときには探しづらく、分かりづらいう不親切な並びに見えるかもしれない。しかし、実はその本たちは関連やつながりを持って並べられているのだ。店主の人のこだわりやセンスに基づいて有名人気な本だけでなく、先ほど述べたリトルプレスと呼ばれる種類を含めた様々な本が取り扱われていた。そんなそのお店独自の本の並べ方などの工夫によって、チェーン店の本屋では無いような本との出会いを経験することができるのである。これが経験できたことで僕は大手以外の本屋に行くことが好きになったのである。そのときの感覚は本棚を見て「宝探し」をしているような感じで、とってもワクワクする楽しい時間であった。

2つ目の魅力は本以外の部分である。それはそのお店独自のギャラリーでの作品の展示や商品の販売、トークショーや交流会などのイベントの開催である。この展示されているものや企画されたイベントに参加したりすることで、本以外の人やモノ、考え方などに会うことができるのである。そこで新しい発見や共通の趣味や関心を持った人と出会えるかもしれない。自分の憩いの場が生まれるかもしれないのだ。そんな可能性を感じられることも魅力であると思う。

このように「街の本屋さん」は大手の本屋にはない面白さや魅力を持っている。こだわりや趣向が自分に合えばその本屋に行くことが楽しくなる。本を買いに行くのではなく、本屋に行くことが目的になる。自分にとってテーマパークのような楽しい場所にできるのではないかと僕は思っている。

僕が訪れた本屋の中にも自分の波長とあったお店がいくつかあったので、これから定期的に通いたいと考えている。行くたびに本棚に並んでいる本たちが変わっていて、新しい展示やイベントをしていけば、行くたびに新鮮な感覚でそのお店を楽しめるのではないかと今からすでにワクワクしている。大手の本屋もまた違った魅力があり大好きではあるが、それ以外の本屋の魅力にも気づくことができた。これは大きな収穫だった。この文章を読んでもくれた皆さんも今のご時世ではなかなか難しいかもしれないが、興味があればご自身の地元にある「街の本屋さん」を訪れてみてはどうだろうか。予想外の素晴らしい、充実した出会いが待っているかもしれない。

前田悠太郎

和を以て知る 47.5 ~ 凛 ~ (和の文化と学び伝えたい)

前回、前回と、悉皆について続きました。

『着物を失ったら日本人の心と伝統がなくなるよ』と言われた
悉皆屋主人のお言葉にとても感銘を受け、私の(私)も
也てます活動についてこの場をお借りして紹介させて頂くと思っております。

着物と失わばい様に...

その着物は和の文化に切っても切り離せない
日本人の民族衣装です。とは言え、今では普段着ではなくなつた
着物と一人を着るとの出来る人は少なくなつてしまいました。

それでも着物をたんに(手に入れている方や着たいと思ってるけど
習いに行く時間がたふし、通えない...方、多いはずですよ。

年中行事や冠婚葬祭では着物で...と思われることもあるのでは
ないでしょうか...? でもたんとなく敷居が高いし面倒だし、

と、いろんな理由で着物とあきらめている方に...

京北で、「一人で着物と着られる様にならないうわ」
ただそれだけの場を設けています。

始めると、「着たかったわ」と思われていた方が多いことに私自身
ビックリしています。そして一人を一人と着物美人が増えて
います。着物と着るといふことに興味を持つる様になると、
不思議と着物そのものについて、や、和の文化についても
関心が出てきます。



『着物と着てみたい』と思える方には手ぶらでもご参加頂けます。

着物を持って来ない方も大丈夫ですよ!!

思っているだけでは勿体ない。和の心、大切にしたいですね

...という凛く着物縮の活動です

料理旅館

すし米

Syu's Bar
SUSHIYONE

凛についてのお問い合わせは、

すし米迄 075-852-0032 お電話下さいませ。

和を以って知る46

～悉皆②～を学ぶ



「着物を失ったら、日本人の心と伝統がなくなる」

!! 衝撃のことはでした。

私、相当はくしかけているのでは... 〇

着物。着物姿のひとを見ると、美しい... と思う。憧れる。
声をかけたくなる。

2年前の長女の成人式。姉が成人式のために着た振袖を
着せてもらいました。落ち着いた雰囲気でしたが、
時を経ても変わらない美しさ、着物ならではの
気がしました。

私は最後に着物を着たのはいつだったか... ?

子どもの誰かの入学式か卒業式か... ?

いつか自分で着られるようになりたいなと思いつつ、
思っただけで"あつ"という間に日常の波にのまれて、その
ときの気持ちを忘れてしまっていました。

... まと日本人の心には私にもあるはず... と信じて(?)、

着物に袖とおろし余裕を持ちたいな思いました。〇

今日TシャツにGパンで原稿を書いているが

「着物を失ったら、日本人の心と伝統がなくなる」

心に刻んでおこう。(真理)

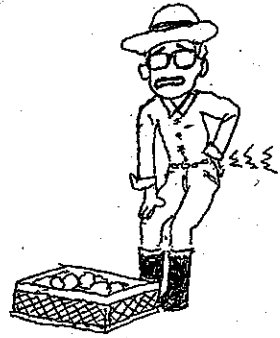
「ぎっくり腰」になってしまった時に、 やってはいけない4つの事。

「ぎっくり腰」になってしまった時に、やってはいけない、やってしまいがちな4つの事についてお話していこうとおもいます。

本格的にあつくなってきましたね(汗)
暑さに負けて夏バテがでてきやすくなります。

そんな時期に多いのが、ぎっくり腰です。

当院でも、徐々にぎっくり腰の患者様が増えてきております。
私も経験がありますのでよくわかりますが、ほんとに痛くて辛いんです(泣)



ぎっくり腰の80%は何気ない動作でおこります。
あとの2割が重いものを持ち上げる時になる「ギクッ」となつてうごけなくなってしまうものです。

海外では、ぎっくり腰のことを「悪魔の一突き」と言っています。

なつてしまった時に、それ以上悪くならないように気をつけて欲しいので、やってはいけない4つの事をお伝えします。

1、痛みの確認をしない

痛みが強い時は、安静が1番です。

「無理にでも動かした方が早くよくなるのかな？」

「どこまで動くのかな？」

と思い、痛めてしまっているのにさらにキズ口を開く動作をとってしまうと、さらに痛みはひどくなります。

これ、結構みなさんやっつけてしまっているの、やらないようにしてくださいね。

2、入浴について

ぎっくり腰になってしまった当日は患部に炎症がおこるので、患部を冷すのがセオリーです。

サツと湯船に入るぐらいなら大丈夫ですが、長時間湯船に浸かっていると患部の炎症がひどくなってしまう恐れがあります。

「温めたら痛みがやわらぐんじゃないか？」

と、思っていたよりも長く湯船に浸かってました！
と、実際に思っていた方も多いようです。

3、飲酒

この時期ビールが美味しいですが、酔うことで痛みをわすれよう！と考える方もいるようです。

これは、ぎっくり腰に限らず基本的な事です、お身体に不調がある時は飲み過ぎ厳禁です。

ぎっくり腰では、大量のアルコールが身体に入る事で、体温が上がり炎症がひどくなってしまふ事で、痛みが増す原因になります。

あと、飲み過ぎるとアルコールを分解するのに体力をうばわれてぎっくり腰のキズ口を修復する体力がなくなってしまいます。

つまり、痛みが長引いてしまいます。

4、夜更かし

睡眠中は、お身体の回復タイムです。

夜更かしをして、睡眠時間が不足してしまうと治りがおそくなります。

つらい時ほど、しっかり睡眠をとっていただきたいです。

かし、1番はぎっくり腰にならない事です。

もし、ぎっくり腰になってしまった時に一人でも多くの方に、以上の4つの事に気をつけていただき、つらい時期を最小限におさえて頂ければ幸いです。

そのべ整体院

TEL:0771-60-7597

住所:南丹市園部町木崎町正尺13-2 アーク参番館104

院長 辻 陽平



かけがえのないあなたの過去

あなたは今日までのあなたの過去の出来事に様々に対処し、その結果として「今のあなた」ができてここにいます。

今日までのあなたをふりかえるということは、今のあなたをつくってきた「あなたの過去の出来事への対処のあり方」と向かい合うことです。

人としてのあなたは「過去の出来事」でつくられるのではなく「過去の出来事へのあなたの対処のあり方」によってつくられます。つまり、「あなたが出来事にどう対処したか」の積み重ねで今のあなたの人格が形成されているのです。

それがどんな過去の出来事であったとしても、それがどんな対処のあり方であったとしても、今のあなたをつくってきたことに間違いありません。

そのように考えると、過去の1つひとつの出来事は、あなたにとって「今の自分をつくった出会い」であったのでしょう。

嬉しかったことや楽しかったことは、頑張って生きてきたあなたへの神様からのご褒美だったのかも知れません。


悲しかったことや苦しかったことは、あなたがより成長するようにと神様が与えてくれた試練だったのかも知れません。

あなたがやりとげたことは、今はどんなに小さなことでもこれから先には大きくふくらむことでしょう。

時に、どうしようもない自分の過去を言っただけで嘆く人がいます。私たちにとって大切なのは、「過去がどうであったか」ではなく「過去をどう捉えている今の自分であるか」です。過去は変わりませんが、今の自分を変えることはできるのです。

創業62年
黒毛和牛専門店

登喜和



山の家具工房 山

〒601-0381
京都市右京区京北塔町宮ノ前58
TEL 075-853-7039
e-mail yama-kagu@popora.net
http://www.yama-kagu.com

本橋寺右京区京北宇野町四丁目一五二
TEL 075-818-0101
URL http://kyobun.com/

京 京北の地産地消
茶 茶葉の香り
肴 肴の旨味
お豆腐料理

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 寿司 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

ちよつと寄れる隣りの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!!

周山町「料理旅館すし米」内

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



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
inazuma929929@gmail.com
〒601-0271
京都市右京区
京北陣出町松ケ下 17-2

電気屋さんの木工
照明器具・家具などの受注製作
ディ・マイ・グラウンド

DMY GND



杉 鮮 日本唯一、杉で包む精進し

京都 西の銘街道 湯毒司専門店 京北すえひろ

〒601-0531 京都市右京区京北上号前町段上ノ下16
TEL 075-854-0113 FAX 075-854-0151



http://k-senta.com/ 




工房 **仙太**
江口 喜代志
〒601-0313 京都市右京区京北戸町甘ヶ市131
TEL 075-853-0208/FAX 075-853-0240
HP 090-5168-1418
e-mail: senta@silk.plala.or.jp

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

Gate
CREATIVE SPACE



**SATOYAMA
DESIGN**

そのへ整体院 

お問い合わせご連絡は、お電話かLINEにて
お願い致します。
TEL 0771-60-7597



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 ヒューマン・リレーション・センター 三宝 裕氏

スポンサーさん募集しています

2013年6月、私たち自身のために綴り始めた、地域のこと、人のこと、自身の「今」「これから」「それから」。
自分たちの生き方を磨くこと、心を自分の言葉に変換することを、少しずつ積み重ねてきました。
月日を経て、誰かの心に、何かを届けることができたなら、どんなに素晴らしいだろう、と思いを広げながら、おだやかにあつく、ゆるやかにながく、ちよっぴりユーモアをのっけながら、歩んでいきます。
「なう」では、紙面広告のスポンサーを随時募集しております。
よろしく願い申し上げます。

編集後記

久しぶりに手書きで「なう」の記事を書きました。
「レットジャーナル」に書かれていた「紙にペン先を置く、
脳を活性化できるだけではなく、その勢いを高められる。
手で書けば、「考える」と「感じる」と同時にできるよに
「なう」の」という文を何とか思いだして。効果は実感
できていませんが、手書きとキーボードの二刀流、いいじゃん？
と少し思っています。面白がってみようかな♡(眞理)