

進志 私人の道 明日は 今も 昨日も



なな

令和2年
第88号

発行者
なな編集委員会

目次

9月

hana	・・・禍は福のよるところ 福は禍の伏すところ	2
タナカミセ	・・・ずがいこつ	3
	・・・9月のスケジュール/七十二候	4
	・・・9月のメニュー	5
COMだより	・・・犬のはなし	6-7
登喜和	・・・登喜和のお肉講座(4)	8-9
すし米&Syu's Bar	・・・和を以って知る(36)	10
タナカミセ	・・・和を以って知る(35)を学ぶ	11
三宝裕のひとりごと	・・・青春というには悲しすぎるあの頃	1-2
協賛のみなさま	・・・ありがとうございます	13-14

禍は福の伏すところ
福は禍のよるところ

京北で暮らし始めて21年
はじめて夏祭りのないお盆を過ごしました。
そしてどこにも行かない夏になりそうです。



我が家には大学生が2人いて、息子は4回生、海外旅行に行くつもりだったようですが、どう考えても行けそうにない……。先日「パスポート切れるわ～」と嘆いていました。娘は1回生、希望する大学に行くことができ、晴れて花の女子大生（花の女子大生って死語かな？笑）になれたわけですが、現実、入学式は中止、講義はオンラインで一度も大学へ行くことなく、もちろん学部学科の同級生たちや教授に会うこともないまま前期が終了（実際はある教授がご自身の個人活動に誘ってくださり参加し、新入生何人かと会うことができたみたいですが）

後期もオンライン講義が決定しています。バイト、サークル、旅行、いろいろ思い描いていた計画は全部おじゃんです。

同じ1年でも生徒や学生にとっては、その時にしか経験できないことも多く、また経験で得る学びだってかなりものだから、大人の1年と一緒ににはできませんよね。不安もいっぱい、マイナスな感情がどんどん出てくるし、つい悲観的に未来を予測してしまいます。

But!

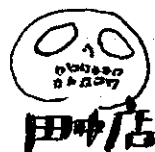
「人間万事塞翁が馬」

幸福や禍、その度に一喜一憂してしまうけれど、瞬間だけをとっていい悪いを見るのではなく、人生の点に過ぎないよってクールダウンさせて、一喜一憂の振り幅をできるだけ小さくしたいものです。そしてやっぱり「今」を大切に、笑顔でいられるように自分の心を持っていきたいものです。これがなかなかできなくて、つい愚痴ってしまったたりもするけど、そういう気持ちだってあっていいでしょ。愚痴も笑い飛ばしておおらかにいければいいですね。

私自身はこれに仏教でいう因果の法則（善因には善果、悪因には悪果が訪れるという業の因果の法則のこと）をかぶせたりして、ゆっくり考えるという時間があり、そんなことを考えるいつもとは違うお盆を過ごしました。

花 hana

ずがいつ



「なう」3月号から、話題沸騰中の「そのべ整体院」さん。

ずっと外反母趾に悩まされている長女と私。はける靴がどんどん減り、私、室内で履いている健康シューズも履けなくなりました。

8月7日、思い切って扉をたたきました。ふたりまとめて、診ていただくことにしたのです。

長女の次に診察していただきました。

頭、首を触ってもらっているときの辻先生のひとこと。

「頭蓋骨、娘さんとそっくりですね…！」

「…?!」

その衝撃発言、今でも笑えます。

自他ともに認める「似てない親子」歴20年。

似ているところは外反母趾だけだったのに、まさかの「頭蓋骨そっくり親子」だったとは。じわりと嬉しくなってきました。

辻先生にとって、人体はスケルトン。骨から見えている。きっとそうに違いないと思いました。

足だけではなくて、身体全体を診ていただけるのがとてもありがたく、自分の身体をもっと大切にしたいなとか、そうだ。毎日パンを焼くことができるのは、身体が動いてくれるからなんだとか、当たり前なのに、身をもって気づかせてもらっています。

おかげさまで、ふたりとも順調に治療進行中です。(眞理)

2020年9月 営業カレンダー-with七十二候

日にち	田中店	★	二十四節気	七十二候		
1日 火			処暑	次候	天地始肅 (てんちはじめてさむし)	
2日 水				末候	禾乃登 (こものすなわちみのる)	
3日 木	定休日			いはいは稲が実り、穂を垂らす頃。「禾」は稲穂が実ったところを表した象形文字。		
4日 金	定休日					
5日 土						
6日 日						
7日 月			白露	初候	草露白 (くさのつゆしろし)	
8日 火				草に降りた露が白く光って見える頃。朝夕の涼さが際立ってきます。		
9日 水						
10日 木	定休日					
11日 金	定休日					
12日 土				次候	鶺鴒鳴 (せきれいなく)	
13日 日				せきれいが鳴き始める頃。せきれいは日本神話にも登場し、別名は「恋教え鳥」。		
14日 月						
15日 火						
16日 水						
17日 木	定休日			末候	玄鳥去 (つばめさる)	
18日 金	定休日			燕が子育てを終え、南へ帰っていく頃。来春までしばしのお別れです。		
19日 土						
20日 日	臨時休業					
21日 月		敬老の日				
22日 火		秋分の日	秋分	初候	雷乃収声 (かみなりすなわちこえをおさむ)	
23日 水				雷が鳴らなくなる頃。春分に始まり夏の間鳴り響いた雷も、鳴りをひそめます。		
24日 木	定休日					
25日 金	定休日					
26日 土						
27日 日				次候	蟄虫坏戸 (むしかくれてとをふさぐ)	
28日 月				虫たちが土にもぐり、入口の戸をふさぐ頃。冬ごもりの支度をする時期です。		
29日 火						
30日 水						

「私の根っこプロジェクト 日々は活き生き暮らし歳時記」より引用させていただいています。

9月のお届けメニュー



	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
	シナモンレーズン山食	3枚入220円 1本 660円	ラム酒漬けレーズンとシナモン
	国産小麦の山食	1本 520円 1/2本260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 や つ	おまかせ たまご野菜サンド	1個 200円	玉子焼きの日もあれば、サラダの日もある
	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
	練乳バター	1個 170円	暑い季節ですが、冷やしてどうぞ♡

シナモンレーズン山食、いかがでしょうか？ 9月も、続いて焼きます。

8月から、シナモンを30パーセント増量、レーズンは、一部生地に練りこんでレーズンの雰囲気をも強めています。前よりも、色が濃く、しっとりしています。

練乳バター、嬉しい声をいただき、ありがとうございます。

9月も、よろしくお願ひいたします。

犬のはなし

うちの家には柴犬が一匹いる。
名前は「ナナ」^{めす}雌犬だ。
年齢は14~15歳くらいか？
私が嫁に来た時から居た。



COMだより

最初は人になつかず、脱走ばかりして近所の人々が家まで連れて帰ってくれていた。

あんまり可愛くないから『うちで犬を飼っている』という感覚がなかった。

昔の広い鶏小屋^{とり}に犬を入れて飼っており、常に紐^{ひも}が付いていなかった。なので、鶏小屋のドアを開けて長い紐でつなぎ、できるだけ撫^なでたりブラッシングしてスキンシップを図るようにした。

歳を取り、数年前から「ワン」と鳴くことをやめてしまった。鳴き方を忘れたのか？(一時期、認知症とやらの夜泣きはあったが、今はもうない)

昨年^{しんねん}の春、迷い犬がやってきた。仕事から帰宅すると『犬が2匹おる』と主人が言う。迷い犬に小屋とエサを乗っ取られていた。迷い犬はナナの小屋から出てきて、ナナを押しよけるようにエサを食べて、また小屋に入る。ナナは何も言えず、迷い犬の後ろを歩いていた。

昨年^{しんねん}の秋、眼が回るような症状が起きて、ナナは全く動くことができなくなった。食べることもできず、排泄もない。「もうあかんかなあ？可哀^{かわい}そうやけど…」

明日は二人とも仕事。もし、朝死んでいたらすぐに埋めてやることもできないし、と2人で栗^{くり}の木の下に穴を掘っておいた。

翌朝、犬は起き出してエサを食べ始めた…。

それから 10 か月が経^たった。足腰が弱り、転倒ばかりで散歩もできなくなった。

小屋の前から庭をウロウロする程度だが、犬の残存能力を活かすためできるだけ朝夕は小屋の扉を開けてウロウロさせる。たまに変なこけ方をして自力で起き上がることができず、そんな時は子どもが叫ぶような声で『助けて!』と鳴いている。「ワンワン」ではない。

排泄も決めた場所ではなく、寝ながら・歩きながら出てしまうこともあるが、排泄がある間は大丈夫(介護職の経験から)と体調を観ている。そんなナナだが、この猛暑の夏も何とか乗り越えようとしている。

老犬の世話をするのも 4 匹目。
犬も人間も老いていく経過は同じである。

もし、家の前を通り掛かる方があれば、ナナに「ガンバレ!」と言ってやってください。



(米津)

登喜和のお肉講座（4）

先月に引き続き9月のテーマは「和牛とは何か」で話を広げていこうと思います。具体的には和牛の牛肉とそれ以外の牛肉（国産としか表示されていない牛肉や輸入の牛肉など）は何が違うのかについて紹介していきます。

まず前回で紹介した和牛の定義について振り返りたいと思います。和牛とは、日本に古くからいた在来種を基に品種改良を長年かけて行ってきた日本固有の品種の牛のことです。現在、和牛として認定されている牛は4種類とその4種の間で交配された牛のみとなっています。

くろげわぎゅう あかげわぎゅう にほんたんかくわぎゅう むかくわぎゅう
黒毛和牛・褐毛和牛・日本短角和牛・無角和牛

この4種類の品種の牛のみが和牛であると認められた牛たちです。つまり和牛の牛肉とそれ以外の牛肉の違いの1つは、「これは和牛です」という認定をされているか否かです（この認定は国の法律に基づき、お肉の業界団体が決めています）。要するにルール上で違いがあるという事です。しかしこれだけでは具体的に何が違うのかはよく分かりませんよね（味とか品質とか）。そこでここからはお肉の味や品質等の違いをお話していきます。

※今回は和牛の中でも一番有名で、うちのお店でも取り扱っている黒毛和牛をメインに紹介させていただきます。

① 美味しさの違い

和牛のお肉と言われてパツと思いつくことと言えば、「普通のお肉よりも美味しい」が挙げられるかと思います。確かに僕自身も、「うちのお店のお肉はやっぱり美味しいな」と思うときがあります。ここからは僕の個人的な意見になりますが、和牛の美味しさの違いを述べさせていただきます。

僕が思う一番の違いはお肉そのものに味があるか否か、という点だと思います。和牛のお肉には旨味と言えるようなものがあり、フライパンで焼いて塩コショウをかけるだけで美味しさを味わうことができます。調味料をあれこれかけたりするよりも、シンプル is ベストな調理でお肉本来の美味しさ

を楽しむことができるのです。これを品質の良くないお肉でやると、美味しさを感じることは難しいと思います。何故ならお肉自体に味がないので、調味料の味しか感じるができないからです。美味しく食べようと思ったら、たくさん調味料を使って濃い味付けにしたりする必要があります。

お肉本来の美味しさを楽しむことができる。だから和牛のお肉は美味しい特別だと言われるのだと思います。

② 品質と価値のちがい

和牛と呼ばれるお肉の多くが品質がよい、というイメージを多くの人たちが持っていると思います。この品質が2つ目のちがいです。和牛はこの品質の改良のために農家さんや研究者の人々など、たくさんの人たちが長年研究を続けてきました。その長年の研究の成果により、日本の和牛は日本だけでなく世界中で「美味しい」と言われる特別な存在になりました。

この品質を維持するために必要な牛を育てるときの時間やコスト、工夫が和牛とただの国産牛の大きなちがいを作り出します。

まずは時間、つまり牛を育てる期間の長さです。和牛が生まれてからお肉になるまでの育てられる期間は約2年6ヶ月。和牛でない牛の場合は約2年2ヶ月になります。和牛の方が期間が長く、長く育てることで牛に脂肪がより多く蓄えられ、いわゆるサシが入ったお肉となります。

育てる期間が長いということは必要になるお金もより多くなるということです。エサ代や様々な費用がほかの牛を育てるよりも多くなる。一頭の牛を育てるのにかかるコストが大きく変わってくるのです。

そして、育てる際にかかる手間や工夫も異なります。与えるエサを特別なものにしたり、より牛がリラックスして過ごせるように環境づくりにこだわったり、様々な工夫を凝らしています。

以上のように和牛は高品質を保ち、より良いお肉にするために時間をかけコストをかけ、工夫を凝らして育てられています。そのためお店で売られている和牛のお肉は、価格が高くなり価値が高いものとして扱われています。和牛のお肉の価格の高さは、農家さんたちの長年の研究や工夫、こだわりの積み重ねが現れたものだと言えらると思います。

以上今回は2つの点から「和牛とは何か」を紹介させていただきました。

和を以て知る ♡36♡ ~ロ伝~

ロ伝(くでん)の意味を調べると

- ・言葉で伝えること。くらがにえ。
- ・師が学問や興義などと弟子に口で伝えて授けること。等々とあります。

人から人へ伝えていく時に 資料や映像、文献ではなく
言葉で...という所が とても深い!!

このころ、このロ伝の大切さを考えるのですが、そこに思いが
至った背景を何回かに渡り書いてみます。

♡9年前、ひとつの出会いがありました。

お米のお客様としてお迎えした方は、お越しになった日、
夕食の時、朝食の時、全てがお着物姿でした。

(何か普通じゃないな...♡)と感じていましたが、

お通した部屋で、「ここはお茶室やね」と言われ、やっぱり
と確信した私は、おもいきり「お茶の先生ですか??」と
尋ねてみました。何かよくオーラがありましたから...

ハイ!的中!!! それから猛アタックが始まりました。

お米にお茶室があるものの、お客様のお食事の部屋として
利用してなくて、ここでお茶のお稽古したいなあ~♡と

かねてから思っていました。独身の時にはお茶を習っていた事
あり、もう一度!とチャンスと狙いました。

そんなこんなと話していると、お茶の先生であつたお客様は
なんと周山にとっても縁の深い事がわかったのです。

それから話は嬉しい展開に!

料理旅館

すし米

Syu's Bar
GUSHIYANE

和を以て知る 35を学ぶ



35「和を以て貴しとなす」がテーマでした。

タイトルとも共通することばは、聖徳太子が作った十七条憲法の一つ目で、「思いやりをもって、尊重しあって、分かり合えるところまで話し合う」ということだそうです。

シンプルでわかりやすい。

聖徳太子は飛鳥時代(6から7世紀)のひと。こんな昔から言われていたにも関わらず、「和を以て貴しとなす」という場面は、なかなか体験し難しい気がします。シンプルだけど、わかっちゃいるけど、大切だけど、「自分が、自分が」となりやすい…

若いころは自意識過剰と自分本位により、人とぶつかることもありました。

「自分は正しい」とか思っていました。かわいくないわ。

だんだん年が大きくなり、

言葉を選んで丁寧に言うこと。相手の意見を聴くこと。相手の立場を尊重すること。

場の空気を大切に、沈黙を守ること。色々挑戦できるようになってきました。

それでも、うまくいかないことは多々あります。

自分は相手を尊重しているつもりでも、相手から見ると、そうは受け取っていただけない場面もあります。自分の話が、スルーされてしまうこともあります。

そして思います。

自分も相手の真意を理解できず、解釈を誤っていること、あるんだろうな。

自分が誰かの小さな意見をスルーしていること、きっとあるに違いありません。

「あ、言いすぎちゃったごめん」と反省することも、まだまだあります。

と、年を重ねて50年。

自分を省みる、よいきっかけになりました。

まだまだ、ですが…和を以て貴しとなしていけるよう、コツコツ、です。

8月も、刺さるネタ、ありがとうございました。(真理)

青春というには悲しすぎるあの頃

いつも人に無関心の顔をしていましたが
人に認めてもらいたくてたまりませんでした。
人から「すごい!」と言ってもらいたくてたまりませんでした。
人から「好き」と言ってもらいたくてたまりませんでした。

人を認めるなんて考えたこともなく
人のやったことに「すごい!」と感激したこともなく
人を好きになろうとしたこともなく
ただひたすら自分に何かをしてもらうことだけを考えていました。

そんな自分の姿を鏡に映してみることもなく
人からの苦言は耳を通り過ぎるだけで、心にとどまらず
何と遠まわりをしていたあの頃だったのでしょ。

「人を認めないかぎり、人からは認められない」こともわからず、
ただ自分が欲しいだけで生きていました。

「この人のためだ」と言いながら、何度も人を傷つけました。
その傷が大きくなって自分に返ってくることも知らずに・・・

失敗を恐れて行動を起こさず、言い訳をして笑っていました。

こうなりたい自分と、現実の自分との差を嘆きながら
やさしさを求めてさまよっていました。
さまよっても安らく場所はみつけれず、心は癒されることなく
いつもイライラしていました。

目の前にあるものしかみえず、みようとせせず、
人が自分のために何かをしてくれても、その有難さに気づかず
大切なものを置き去りにしたまま過ごしていました。

何と傲慢で自分勝手なあの頃だったのでしょ。

創業62年
 京七和生花生花商店

益壽和



山の家具工房 山

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

京都 京七和生花生花商店

あんな 京七和生花生花商店
 京七和生花生花商店
 京七和生花生花商店

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

飲料 飲料 飲料

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

届山町「料理旅館すし米」内

Tel.090-7106-5538
 Cream-9696-river@docomo.ne.jp
 http://blogs.yahoo.co.jp/syu3434
 [open21:00-close24:00 遅延あり]

山崎 山崎 山崎

山崎 山崎 山崎

山崎 山崎 山崎

山崎 山崎 山崎

代表 大島剛司

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
 inaizuan@22929@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

杉鮮 日本唯一、杉で包む鰻寿司

京都 西の鯖街道 鰻寿司専門店 京北すえひろ

〒601-0531 京都市右京区京北上弓削町段上ノ下16
 TEL 075-854-0113 FAX 075-854-0151

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**

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@silk.plain.or.jp

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

編集後記

9月号の編集会議は「整体」の話で大盛り上がりでした。
人ほみほ。どこから体の不調はあるもので。たまたま昨日
々々を送っているものも思っていて。それこそ私も肩こりや頭痛とは
仲良く付き合っていくものだと思っていました。今春、息子が
顎関節症で口があかないどころか、何もいなくても激痛だと私に
泣きついてきた時、ふと思いついて「そのへん整体院」さんを紹介したら、
ワラモツかお勢いで駆け込んだところ、みるみるうちに痛みが
治り、ついにはなんともなくなるという回復ぶりを目の当たりに
して、なるほど今では私も治療をしていただいているという……
間違いないくトレンド1位です(笑)

花hana