

## スローライフ

定年退職したので、八十八歳の母と昨夏から月の半分ほど同居をはじめた。スローライフが流行りだというから、冗談だと思った。母は足腰が弱って身動きがままならず、すべてに人の三倍かかる。冷蔵庫を開けたままずーっとのぞいている。「さっさと閉めて!」、つい声が大きくなる。しかし母は耳が遠く、悠々としている。ごはんものんびり。箸をとめたまましばし大きな音の響くテレビに見入っている。同じことを何遍も話す。うん、うんそうかとナマ相槌。何度も何度も薬を数えている。(スローライフだ!)と、すこし腹を立てながら水をもっていくと、「ありがとう、すまないね」とてもいい笑顔だ。家にくるダスキンさんは親の介護を十二年つづけ、三つルールを作ったと教えてくれた。「恩を着せず、自然体で、一日に一回でも一緒に笑う」ことと云っていた。姉と介護を分担しているが、意地や義務感では続かないことはこの半年の経験でよく分かった。母がお茶を飲んでいる、「おかあちゃんイチゴ食べるか」。

—— 大津市のお客様からのおたよりです。大変なことも多いでしょうが、自然体でおだやかに暮らせる日々がお二人につづいてほしいと願っています。

写真・市谷健「鼻に花。ハナ遊び」

no.504

# 喜びのタネまき新聞

読む人の幸せを心に願って作る

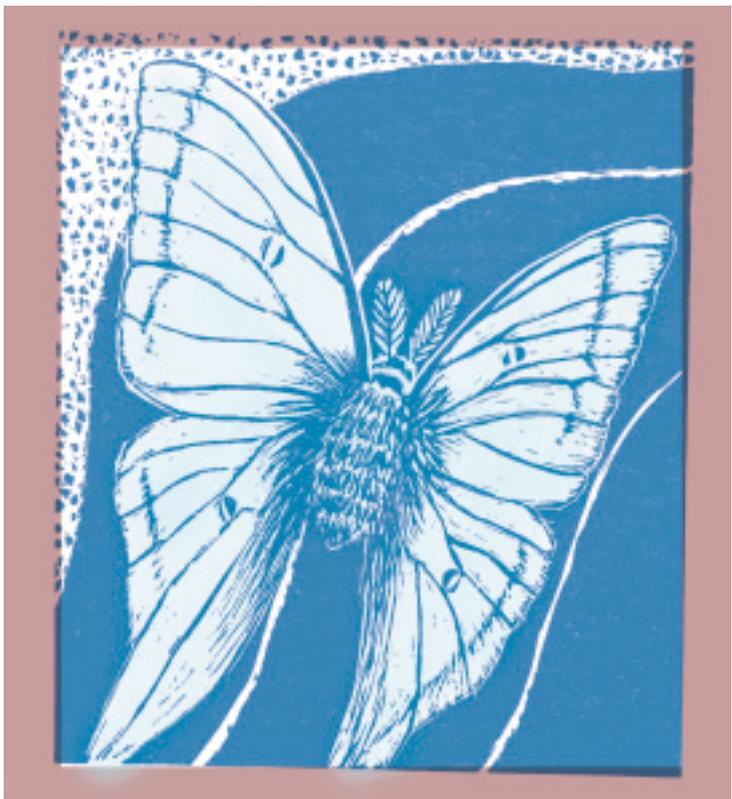
株式会社ダスキン会長

伊東英幸

うさぎ追いつくと口ずさめば思い出す  
ふるさとの自然。その懐かしい心象風景は  
ただ、郷愁を誘うだけではありません。  
未来へのたしかな活力の源にもなるのです。

### 3 「ふるさとの音」

だんだん畑に登り、畑を耕す。去年  
開墾したので、今年は楽だ。自分の生  
まれた土地を耕すのは何かが違う。  
一つクワを振り下ろすたび、山の空気が  
鳥の声、土くれの感触、草の根の張り  
具合。僕の魂と共振する。  
去年はこの畑でカボチャが55個穫れ  
た。兵庫県に住む友人が地元の種を  
送ってくれたのだ。今年は生ゴミを  
堆肥化して埋めているので、もっと収  
穫があるだろう。



海岸へ出て、ゴミを  
拾い、キラキラ輝く  
石ころ浜を歩く。立  
ち止まり、じっと波の  
音を聞く。この音に  
は島の歴史が詰まっ  
ている。父も母も、  
祖父も祖母もこの波  
の音を聞いたはずだ。  
島に最初に渡って  
来た遠い先祖の人達  
も、この波の音を聞  
き、この浜辺を歩  
いたのだろうか。今、  
僕のはほをなでて行  
く潮風も当時とあまり変わっていない  
のではないか。

僕は片手で軽く持てるぐらいの手  
頃な石を拾い、家に持ち帰った。表面  
の凹凸をバテで埋め、その上に白いペ  
ンキを塗った。裏は石の地肌を残し、  
丸い石のキャンバスが出来た。  
そこに何を描くのか。

ペンキの臭いが消えるまで外に放置  
し、イメージが生まれ来るのを待つ。

## 自然の中で

### 絵と文 版画家 中野洋一

版画家、陶彫家。鹿児島生まれ。故郷の風物等をテーマに木版画や陶彫を制作。  
1995年には朝日新聞日曜版のカットを連載。  
オランダ国際版画ビエンナーレ展入選など国際的にも活躍。

## カリッとおいしい「根菜チップス」

ゴボウとレンコンのスライスを素揚げし、味付パウダーを絡めて出来上がり。ふん  
ん、新感覚！とほめられるおやつやビールのおつまみになります。野菜がキレイな  
お子様もついパクパク。ヘルシーなのが嬉しいね。

お料理研究家 こいけりえ

### ◎作り方(4人分)

#### ●下準備

ゴボウ2本(約200g)は洗って泥を落とし、包丁の背で皮をこそげ落とす。ゴボウ1本は斜めに5mmくらいの厚さに切っておく。残り1本はピーラーを使って、縦の方向に長く薄く、そぐようにスライスする。ポウルに水カップ2と酢大さじ1を入れ、その中にゴボウを入れてあく抜きをする。レンコン150gは皮を剥いて、5mmくらいの厚さに輪切りし、酢水につける。斜め切りしたゴボウ、レンコンは酢水につけたまま、ラップをかけて電子レンジで3分くらい加熱する。加熱したらザルにあけて水分を飛ばすために広げて並べておく。縦長にスライスしたゴボウは加熱の必要なし。



#### ●味を付ける

フタ付きの密閉容器に、お好みの量の塩とガーリックパウダーを入れて混ぜ合わせ、揚げたレンコンとゴボウを入れてフタをし、全体に味が馴染むように振り混ぜる。カレー粉と塩を混ぜたカレー塩や七味とうがらしなどもよく合います。砂糖とシナモンパウダーをあわせたり、シナモンシガーを混ぜれば、お子様のおやつにピッタリ。根菜は油との相性がいいので、甘みも出て、そのままでも十分な美味しさですが、ひと工夫するだけで、色々な味が楽しめます。アツアツの揚げたてがおすすめです。



【お詫び】前回503号「イチゴのクリームチーズケーキ」に使用する「粉ゼラチン」の分量の記載がされておりませんでした。分量は5gです。お詫び申し上げます。

## おやつ時間

簡単、美味しい楽ラクレシピ



●油で揚げる  
水が切れたら170〜180℃に熱した油で揚げる。レンコン、薄くスライスしたゴボウ、斜め切りしたゴボウの順にカラッと揚げて、バットに取って油を切る。スライスしたものは色が変わる程度で、揚げすぎには注意。

## みてもらおう！

見てうれし、見せてうれし、この写真。わたしの出番の1枚を送ってください。



「わたし1歳。兄ちゃんはもうすぐ3歳。頼りにしてんの」  
埼玉県狭山市 須田イエ子



かなわないナア、この笑顔♪  
京都府長岡京市 岡昭子



チカラ、いっぱいです！  
堺市 油田よう子

家族や友だちにしか撮れないステキな笑顔、みんなに見てもらいたいわたし好みの1枚。もちろんかわいいペットも撮れたら送ってください。お待ちしております！  
(詳細は7ページ)

## 廃屋の生まれ変わり ・てんまつ記・

飯島三枝子さんは宮崎出身。結婚して松江に来てから、以前やっていた陶芸を始めた。「20年ほど前、子供がまだ小さい頃、もう1回陶芸やりたいと思ったの」そして陶器の展示会に来た人とすぐ仲良しに。友達づきあいの特技のうちで、織物、絵、音楽の仲間達が、松江中心に米子からも集まるようになった。



四季折々の風がふく

その中の一人が「古民家を見つけたんだけど」というので見に行き、買っちゃったのが今の家。置は腐って雨漏りがしてポロポロのおうちを、「最初はハイオクと呼んでいたのよ」

「まず屋根をなんとかせんといいけん」と騒いでいたら、隣のおじい様がたまたま棟梁で「茅がある所を知っているよ。今、直せば一生もつよ」と言う。資金調達に一瞬ぐらつと悩んだが、そこは飯島さん。「お願いします」と返答した。10年前だった。それから1日4〜5人が手伝いに来て、完成まで「おんぶにだつこだった」がまさに怒濤の3年間だったという。いまだに改装や改築は続行中だが、サポーターの多い飯島さん。窯場を作ったら窯をもらい、電気を引きたいと言ったら、仲間が電気屋さんだった。「なんかお礼をせんといいけんけど、何もできんから」と恐縮すると「みんなが楽しいからいい。あんたは火を焚いとつたらしいよ」と言われ、以来、夏でもいろいろで薪を燃やす。対流で風が起きるので、夏はスカツとし冬は暖かいそうだ。



自由な手びねりの良さがあって、器だけで見てもいいが、使うとおしゃれ!

いろいろの火は心を和ませるし、すわると腰に根が生えるそうだが、実はいろいろ全体はキャスターがついた可動ボックス。向きも変えられるすぐれモノ。



## 「木空風」 ギャラリーー ーくふ

鳥根県松江市の宍道湖から南下しておよそ15分。なだらかな丘を登った集落にある「木空風」。飯島さんが自ら楽しみ周りも楽しませつつ「何でも今やらないとね!」と言うと、何故か事が進む。訪れる人の絶えない「おうち」の魅力を探ってきました。



松江の陶芸家

飯島三枝子さん

お嬢ちゃんが生まれたばかりの娘さんと。こだわらずやりたい事をやらなきゃパワーは、淡々と受け継がれているらしい。

「ここでご飯も食べたいね」と始めたカフェは予約制。器も料理も自家製。



いろいろがあつて煙突があつて、けむりが出る家には野菜畑もある。手づくりの陶芸教室を催すかたわらカフェやギャラリー、音楽会となんでもござれ。四季折々の風が吹くやりたい放題。これぞ究極の贅沢なのかもと思えてくる。お客様は忙しいほどではなく、沖繩や埼玉、東京からもぼつぼつ来る。地元松江で友達に聞き「知らなかった」とやって来る人がいると、面白がる。ついでに茶室も建ててしまった。さほど山奥ではないが目の前に家がなく、正面に月が出る。「月見は気持ちいいね」と楽しんでいたら、すぐ前のカエデの木と空が絶妙で、風もいい…。それで「木空風」と名付けたと言う。みんな楽しんでるのである。お客様がここで出会って結婚して、子供ができたと来てくれる。焼いた器で食事を出し、そのうちに娘さん達は育ち、やがて結婚。ご主人は寡黙で口を出さないという夢のような話。なんでそんなに幸せなの?と聞いたら、「楽しくないと思ったことなんか一度もない」とうーんと唸るほど気持ちいいお答えだった。弁当は忘れても傘は忘れるなという松江は、雨や雪で天気が変わり易いが「春は裏に筍が出るの。照つたら照つたで、降つたら降つたで楽しめる。きれいで最高!雪とも闘わないし」柔軟で弾力性があれば常に幸せ。飯島さんは、笑顔で元気をくれる人だった。



「楽しくないと思ったことなんか一度もない」

### にわか庭師

東京都瑞穂町 羽田亜紀

新緑の季節。庭の木々は一雨ごとに枝を伸ばし、とつとつお向かいの雨どいを越える高さだ。「落ち葉で配水管を詰まらせたりしたら…」と気をもむ私は、主人の休みが待ちきれずに、高枝ハサミと「ノギリで慣れない庭師作業を開始。そんな私の様子を見守ってくれていたのが、隣のおばあちゃん。アドバイスをくれるものの、日暮れをむかえ、作業は持ち越しとなりました。翌日、買い物から帰ってくる庭から物音がします。顔を出して見ると、隣のおばあちゃんが「勝手に切ってるわよ」と木を剪定してくれていました。おばあちゃんの細い腕で、こんなにもと思うほどの枝が切られており、木の姿もやや虎刈り。でも、このまま生え揃わなくてもいいと思っほほと嬉しい優しさでした。

—— 助かります。

### おいしかったよ

新潟県長岡市 坂井綾子

バレンタインデー。高2の息子は、誰からもチョコレートをもらう予定がないようでした。かわいそうに思った私は、「俺は1つもらった」とせめて友達に見栄をはれるように、チョコレートをあげました。「ふんっ」息子は鼻で笑って受け取ると、あつと言う間にチョコを食べてしまいました。そして一カ月がたったホワイトデー。お返しなど全く期待していなかったのに、なんとアイスクリームを買ってくれたのです。「高級アイスだぞ。高いんだからな」と憎まれ口をたたきながら。ありがとだね。女心わかっているじゃん。と感激し、お返しをくれないうお父さんと、食べたそうなお娘の前で、1人でおいしく頂きました。こんなに優しいんだもん。来年はきっとガールフレンドからももらえるよ。と心の中でつぶやきました。

—— かあさん、何しやべてくれたんの！(息子)

### こどもの日は、母の日

鹿児島県いちき串木野市 勝田ひとみ

5月5日、福岡に住む大学生の三男から、「母の日というのに、何も出来ませんが、僕が元気で頑張っている事が、何よりの贈り物ということだ。」とメールが届いた。おかしくて、「今日はこどもの日よ」と返信したら、どうやら町で子どもたちが、カーネーションを買っている光景を見て、つぎり今日が母の日と勘違いした様子。でも、こどもの日は、母に感謝する日でもあるようなのであながち間違いいではなかった訳で、気持ちはありがたく頂いた。子どもたちが元気で、それぞれの目標にむかい努力し、充実した生活をしていること。母親にとって何よりの贈り物は子どもへの幸せです。

—— まめめしくて、うれしい息子(母)

### 五右衛門風呂

長野県上田市 箱山暢子

我が家のお風呂は一昨年前まで、明治時代から長年愛用されてきた五右衛門風呂という新風呂でした。近所でもウチだけで、夕方お風呂の時間には煙突からモクモクと煙が上がリ、昔懐かしい日本の風景をつくっていました。当時、まだ4つだった娘は、この新風呂が大好き。よく一緒に薪をくべてくれました。アルミホイルに包んだサツマイモを入れて、焼きイモをつくったつ。お風呂上がりのデザートに食べるのが日課だった。煙突の煙を見て、「まるで、汽車ポッポだね」と喜んで、楽しい思い出ばかり。踏み板があったため、娘一人では入れず、家族がたて続けに入らないと冷めてしまうデメリットもありましたが、ボタン一つで自動運転というお風呂にはない、体が芯から温まる感覚や、お風呂に入れるありがたみを感じさせてくれる五右衛門風呂は、とても貴重な存在でした。お金では買えない豊かさを娘と一緒に感じられた、五右衛門風呂に感謝！

—— 苦労はお金では買えないです。ありがたし！

### 母の日

宮崎県小林市 出田勝利

「母の日」は、亡くなった両親への追悼行事と私は決めているので、この日は花の好きだった亡き母へ真赤なカーネーションを贈ります。私は、幼少時代手の付けられない悪童でした。母は教育者としての傍ら、洋裁、和裁をしており、よく鯨尺で叩かれました。教育者の子は何かと大変でした。勉強が出来ないと辛いものがありました。躰の厳しい母で、1日3食抜きや、夜の10時頃まで家に入れてもらえないことも度々。泣きながら夕食をとりました。私が一人前の社会人として成長できたのも、今は亡き母の、愛のムチのお陰だと感謝しています。

—— いまもつつかしい、あの日々(母)

### 若いときは

富山県小矢部市 高嶋雅子

5歳の孫息子は最近「どうして?」「なんで?」を連発する。その都度一生懸命説明するのだが、「ふん」とそっけない返事が返ってくるだけ。先日久しぶりに一緒にお風呂に入ると「おばあちゃん、どうしてこんなに太ったの?」と聞かれ返事に困った。「若い時は細かったんだよ」と言っただが、彼の返事はなかった。その後、テレビで月道の試合をやっていたので、「ばあちゃんもしてみたいなあ」と言うので、「ばあちゃんもしてみたいなあ」と言うので、「さかさず」太ってる人は出来ないよ」と返事が返ってきたので、そこにいたママと大笑いした。彼から見たら私は聞取くらしいの大きさに見えるのだろう。これからはダイエットに励み、健康な身体で彼の成人式を見届けたいと思う。

—— 5歳児にうながされての成功物語かも。

### 元気のカタマリ!



埼玉県草加市 高橋千秋

どの道をゆくか 人間好きすぎがあつて、鈴木清一の「われ損の道をゆく」といった考え方は万人が、万人、なつとくがゆくものとは思いません。ましてや私自身「これが正しいことだ」と言い切れない男なのです。むしろ、それぞれの人間が、自分の哲学を持ち、ご自分の好きなご馳走というのは何か、一人ひとりが違っていいのだと思います。

鈴木清一

### あなたのお便りや写真をお寄せください

●投稿には、名前、年齢、職業、住所、電話番号、現在ご利用のダスキンの店名をお忘れなく。紙面やホームページでご紹介させていただいた原稿や写真にはお礼をさせていただきます。

●送り先  
〒163-0223 東京都新宿区西新宿2丁目6番1号 新宿住友ビル23階(私書箱47号)  
ダスキン「喜びのタネまき新聞」編集室  
電話 03(5909)6703  
e-mail: koho4@mail.duskin.co.jp

無料 おそうじ相談 実施中!  
ダスキンコールセンター 平日の9:00~17:00  
0120-100-100

No.419からのバックナンバーが下記のアドレスからご覧になれます  
http://www.duskin.co.jp/torikumi/tanemaki/index.html

●2ページの中野洋一さんのアトリエ  
〒896-1301 鹿児島県薩摩川内市鹿島町蘭牟田2131-203  
●4-5ページの「木空風」の連絡先  
〒690-0036 鳥根県松江市東忌部町1514  
電話:090-2803-4580 飯島三枝子  
営業時間:11:00~17:00(毎週木・金・土曜日のみオープン)  
※1・2月は冬期休業  
ホームページ: http://kokufu.web.infoseek.co.jp

新連載コーナーが始まります!

## チャレンジ!

～あの瞬間を今に～

●次回からは 海外で学んだ障害のある若者たちの今を紹介します!

今年30周年を迎える「広げよう愛の輪運動基金」は、地域社会のリーダーとして貢献したいと願う障害のある若者429人に、福祉先進国での研修支援を行ってきました。彼らにとって、海外で学んだ貴重な経験はどのような原動力となり、今に繋がっているのか。次号からスタートする「チャレンジ!～あの瞬間(とき)を今に。」で紹介!

このコーナーについては 広げよう愛の輪運動基金まで。  
☎06-6821-5270 HP (http://www.ainowa.jp/)  
●(財)広げよう愛の輪運動基金は昨年12月に「第60回 障害者自立更生等厚生労働大臣表彰 身体障害者等社会参加促進功労賞」を受賞しました。

ミスタードーナツでは、  
あぶら  
**油を捨てずに  
リサイクル  
するのよ。**

に  
あ  
い  
♡



**ドーナツを調理した  
油(あぶら)は全てリサイクル!**

ミスタードーナツで使い終わった油(あぶら)は、廃棄せずに回収し、飼料や工業用原料にリサイクルされます。また、一部はダスキン工場のボイラー燃料やミスタードーナツショップの液体石けんとして活用しています。



(ダスキン環境シンボルマーク)



詳しくはwebで「ダスキンのエコ」を検索してネ。



**お楽しみクイズ**

ドーナツの調理後に回収しているものは?



正解者の中から30名様に「キッチンきれいセット」を**プレゼント!**



下記の要領でご応募ください。

◆ハガキに

- ①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥性別
- ⑦電話番号⑧現在ご利用のダスキンの店名をご記入の上、下記あて先までお送りください。

◆あて先

〒163-0265  
(株)ダスキン「喜びのタネまき新聞no.504」  
クイズプレゼント係

※お楽しみクイズ専用の住所不要のあて先です。

- ◆締め切り 平成23年6月10日(金)当日消印有効
- ◆ダスキン関係者の応募はご遠慮ください。
- ◆当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。(平成23年7月上旬お届け予定)
- ◆応募に関してのお問い合わせ TEL:03-5909-6703

※抽選結果に関するお問い合わせはお受けできません。予めご了承ください。

今回ご応募いただいた個人情報については、(株)ダスキンの範囲内でのみ利用させていただきます。プレゼントの抽選・発送の目的以外には使用いたしません。個人情報に関するお問い合わせや、ご自身の個人情報の開示・訂正・利用停止については、(株)ダスキン「喜びのタネまき新聞」クイズプレゼント係 TEL:03-5909-6703 までご連絡ください。

no.502のクイズの答えは「ホコリ」でした。

郵便番号は  
お間違いなく!

**ダスキンのお客様係募集中!!**

詳しくはwebで

お客様係

検索

※お仕事内容や募集要項をご覧ください。



携帯からも  
アクセス

●この新聞をお届けしているのは

株式会社 **ダスキン**

発行：広報・広告部 〒564-0051 大阪府吹田市豊津町1-33

編集：「喜びのタネまき新聞」編集室

〒163-0223

東京都新宿区西新宿2丁目6番1号 新宿住友ビル23階(私書箱47号)

TEL:03-5909-6703 FAX:03-5909-6771

【お客様の個人情報のお取り扱いについて】

お客様の個人情報は商品のお届けや回収、サービスの提供に利用させていただきます。また、後日商品やサービスのご案内をさせていただく場合があります。なお、お預かりした個人情報はダスキングループ企業と加盟店の範囲内で利用させていただきます。配送業務等で個人情報を外部企業に委託する場合は、弊社の厳正な管理の下で実施します。

個人情報に関するお問い合わせや、ご自身の個人情報の開示・訂正・利用停止については、下記ダスキンコールセンターまでご連絡ください。

■ダスキンコールセンター

**0120-100100** www.duskin.jp