



写真・阿部高嗣 春よ、ひかりの春よ

読む人の  
幸せを  
心に願って  
作る

# 喜びの タネまき 新聞 no.527

## 前向きに そして全力で

「ねむの木学園」は静岡県掛川の静かな山里にあります。理事長の宮城まり子さんとのご縁は三十一年前、ダスキンが障がいがある人たちの自立を支援する「広げよう愛の輪運動」を始めたとき応援の声をあげてくださった、それ以来です。そんなご縁で、「ねむの木の運動会」を見に行きました。

障がいの人たちが持っている力の限りを出して一歩一歩前に進む姿勢。自分の身体よりも大きな旗を一心に振る人。汗をかきながら懸命に演じている車いすの青年。

「全力」を出し切っている美しさにこころ打たれました。

身体に不自由を感じないで過ごしている自分が、ふだんの生活でどれだけ一生懸命になっているだろうかと考えるてしまいました。大病を

して入院した時などは、誰でもしみじみ健康のありがたさを痛感しますが、元気な時は忘れていきます。自分だけの力で生きることができないけれど、「私は一生懸命生きているか」と自分にきびしく問うことはできません。力の限りに前向きに、「今を大切に生きなければ」と運動会で学ばせてもらいました。

株式会社ダスキン社長

山村輝治

進級、卒業も間近。淡いあこがれと別れの季節です。そしてよみがえって来る、音楽の思い出。

### 「ぼくのイエスタデイ」

あこがれは、どこか密やかに抱いていて音楽とつながっているような気がする。音楽は苦手だった。小学校で習うリコーダー(縦笛)は、ぼくにとっては最初の試練で、うまく吹けず、放課後に上手な子に教わることになった。

教えてくれたのはクラス委員の女の子。音が悪いのか「へんね」と



絵と文 中村みつを

イラストレーター、画家。絵と文の作品は自然・旅・人がテーマで、心の和む温かさ。読売新聞夕刊のみなみらんぼうのエッセイ「一步二歩山歩」に挿絵を描き、新聞連載最多記録14年目。日本山岳会会員。著書に「のんびり山に隣はのぼる」(山と溪谷社)、「お江戸越低山さんぽ」(書肆俣屋)、「森のくらし」(リヨン社)など。

言うと、躊躇うこともなくぼくの笛を吹きはじめた。

「大丈夫だわ」にこやかにぼくの手に戻された。もう笛どころではない。その子のことを意識しないよう、必死に素直に「はい」と繰り返し、なんとか課題曲を吹き終えた。ただただ、かっこ悪かった。

手に入れた古いギターの弦を密かに鳴らしてみても、音感もリズム感もないことに、やっと気がついた。楽器を奏でるなんて、所詮無理なこと。好きな音楽を聴くだけ。引っ込み思案で、歌うことはもったいないか、弾いたこともない楽器

をやるうというのだ。ジャズ・ピアノの友人にある日、つい、ピアノを習いたいと口走ったら「空いている時間にレッスンしましょう」と言われた。思いがけなかった。練習曲は「イエスタデイ」、あのベートルズの名曲だ。「どうせなら楽しく覚えましょう」女先生の粋な計らいの選曲だが、譜読みもままならない生徒には荷が重く、指もつりそうだ。

## フライパンで作れる！ 「コーン&ベーコンパン」

オーブンを使わずフライパン一つで作ります。ポイント生地をこねて、たたいて、まとめる作業を根気よく繰り返すこと。ポリウム満点で温かいスープなどにもよく合います。



お料理研究家 こいけりえ

◎作り方(直径20cm位、1枚分)  
●生地作り

バター20gは室温に戻しておく。強力粉300g、ドライイースト小さじ1と2分の1、砂糖大きじ1と2分の1、塩小さじ1、パルメザンチーズ大きじ2をボウルに入れ、手で全体をムラなく混ぜ合わせる。室温に戻しておいたバター20gを加え、バターを手でつぶしながら、さらに混ぜる。耐熱容器に牛乳50ml、水160mlを合わせて、ラップをせずにそのまま電子レンジで約40秒加熱する。温めた牛乳を生地に流し入れ、水分と粉を合わせ、しっかり手でこねる。初めは、手にベタベタ生地がつきますが、徐々にまとまってくる。この生地を、軽く打ち粉をした板の上に置き、伸ばして2つに畳み、まどめたらたたきつける。生地がすべすべになるまで、約100回繰り返す。これでキメが細かくなります。生地をボウルに戻し、細切りにしたベーコン80g、水気を切ったスイートコーン100gを織り込むようにして混ぜ合わせる。

●生地を発酵させる

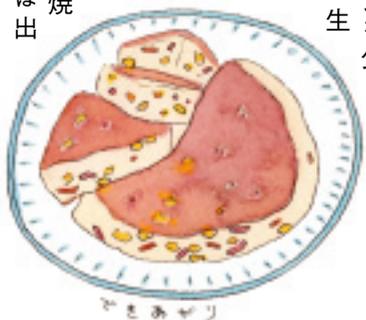
ボウルにラップをふわりとかけ、ポリ袋の中にに入れて口を止め、室温で1時間、1次発酵させる。寝かせたあとラップをはずし、膨らんだ生地の中央を手で押さえ、ガスを抜く。ボウルを片手で回しながら、均等にガスが抜けるようにこぶしで押す。

●生地を焼く

生地が膨らんだら、フタを取って弱火にかけ、片面を約20分焼く。途中10分ほどしゆすつて、生地を動かす。生地が乾いてきたら、裏返しにして、さらに15〜20分弱火のまま焼き上げれば出来上がり。



ボウルを回しながら、こぶしで押し、ガスを抜く



だまあやリ

## 東北を歩こう！

青森県 青森・浅虫温泉ゾーン

「ねぶた運行体験ショー」

2013年1月15日(火)〜11月30日(土) ※3月は休み  
ねぶた祭に参加した本物のねぶたの山車を使い、お客様が実際に運行してみる体験ショーです。離子方の生演奏のものと、ねぶたを引く曳き手(ヒキコ)や踊り手(踊り人(ネット))の体験など、祭りの感動と興奮を再現し、実際の祭りでは経験豊かなヒキコが運行するねぶたも、参加される誰もが自由に触れられ、ねぶたの重さと運行技術が体感できます。

◎場所 青森県青森市横内字八重第1番地「ねぶたの里」  
※入館料有り

◎問合せ先 青森自然公園 ねぶたの里  
電話：017-73811250

山形県 最上ゾーン

「新庄まちなかひなめぐり」

2013年4月1日(月)〜3日(水)  
ひと月遅れの新庄の「ひなまつり」新庄では昔から、子供たちが近所の家々を回り「おひな様」を見て歩き、春の訪れを楽しみました。その良き風習を商店街で再現し、目印のノボリのあるお店でさまざまな「おひな様」に出会えます。スタンラリーなどもあり、子供も、むかし子供たち、大人も楽しめます。

◎場所 山形県新庄市新庄市内中心商店街JR新庄駅前周辺  
◎問合せ先 まちづくり会社 新庄T.C.M.株  
電話：023-3126680



http://www.visitjapan-tohoku.org/

みんむすびー！

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。

「あったかっ！弟です」  
北海道名寄市 齋藤真澄

「どうかわい〜」  
兵庫県伊丹市 勝山直人

花の首飾り♪  
岐阜県下呂市 北村操



◎いくら



◎ほしあわび



◎あんこう



◎まがき

「いきなり朝から全開です〜と元気ですよお」10人のおばちゃんたちに朝から囲まれていると、こうなのかも。楽しくもクールに話すのは、代表の八木健一郎さん(35歳)。頭の中は、漁業者や事務の人など30人以上の生産チームの運営でいつも一杯だ。

02年から「三陸とれたて市場」

# 漁師の

お

つ

ま

み

# 研究所



八木健一郎さん

「カメラマンさ〜ん、そんなに寄っちゃって撮るの、あ、あっ」なんて言って元気に笑うのです。

## 浜のおばちゃんたちが 楽しい美味しいことを全力で

岩手県大船渡市三陸町。震災を乗り越えるため、おばちゃんたちが浜の台所で漁師料理を作り始めた。若者5人が直売サイトを運営、とれたての魚と漁師のおつまみを届けている。美味しいものを食べたいお客さんが増殖中だそうだ。



左/イクラなんて〜す。 右/おつまみつってます。



魚市場での水揚げ風景。

し、これが普通は手に入らない美味なのだ。

田舎料理と思いついていた献立が喜ばれて、「え、これが売れるの?」と喜ぶ。漁師には励みになり、地域のプライドも生まれた。

「ここは世界三大漁場なんです。すぐ沖で寒流と暖流がぶつかり、温度変化で魚体がしまっただし!」1カ月周期で変わるの、同じ魚を常時供給できない!大量消費の市場に不向きな点を、どう長所にするか…。

富んだ季節感。国内に数台しかない冷凍庫を貸してくれる強力な助っ人が現れ、消費者と直結できるようになった。世は魚離れが進む中、顧客が増加。最初の注文はインターネットが多いが、次第に電話に変わるのが、この独特な傾向だそうだ。

い運営の面白さの魅力に言わばハマって、八木さんを含め5人の若者が頑張っている。飲み屋も食堂も無い海辺で。出身は静岡や名古屋だとか。「ぎりぎり、ポロポロになりそうでも、前向いてやっっていくしかない」



◎すずき



◎しらうお



◎あわびの味噌漬け



◎たら

に。「漁師のおつまみ研究所」の誕生である。

「この浜はアワビが捕れるようになったら、1カ月アワビ。刺身で食べ、やがてみそ汁、カレーに。贅沢じゃなく、それっきゃない」で、アワビの肝煮!女性達は自家消費してきたものを活かせる

まず漁に出るために、失った船と漁具を取り戻そうと、募金や支援要請に走り回るうち、お客様に求められる漁業って何だろうと考えた。

未来に向け漁師仲間と結束が強まる中、漁師の女房の料理も届け女性の自立を助けること

を立ち上げて魚介類を届けてきた八木さん。自らの会社も全部流されたが、漁網で作るミサンのガの作業に新しい事務所を開放した縁で、おばちゃんたちの相談に乗るようになった。

まず漁に出るために、失った船と漁具を取り戻そうと、募金や支援要請に走り回るうち、お客様に求められる漁業って何だろうと考えた。

未来に向け漁師仲間と結束が強まる中、漁師の女房の料理も届け女性の自立を助けること

を立ち上げて魚介類を届けてきた八木さん。自らの会社も全部流されたが、漁網で作るミサンのガの作業に新しい事務所を開放した縁で、おばちゃんたちの相談に乗るようになった。

まず漁に出るために、失った船と漁具を取り戻そうと、募金や支援要請に走り回るうち、お客様に求められる漁業って何だろうと考えた。

未来に向け漁師仲間と結束が強まる中、漁師の女房の料理も届け女性の自立を助けること



一緒に走って

大阪市 筒井清美

息子が中学生だった頃、陸上部のエースとして、いくつかの賞を取るほど活躍していた。クラブが休みの日には、「足がなまるとあかん」と親子で毎日タイムを計っていました。

そんなある日、インフルエンザが流行し学級閉鎖で休みが続いた。息子は元気なのにどこへも出かけずじっと家で待機。私も仕事があるので、休んでもいられない。ようやく学校が始まると聞いたので「今日はどこかに行こうか?」と息子を誘うと、「住吉公園の外周3周、一緒に走って」と言われた。走り終わると今度は、「100mを勝負してほしい」と言う。あつという間に負け、ハンドを30m〜50mに伸ばしてもさらに負け、最後は100m対40mの勝負となりました。膝はガクガク、でも最後の力を振り絞り、ようやくこの勝負に勝つと、「やっぱり親には勝てないやつ」のひとこと。

——勝たしてくれてありがとう(母)



公園デビュー

大阪府東大阪市 中沢孝世

娘の育休が明け、「ばあばあの子守り」が始まった。毎日ではないものの、朝6時過ぎの電車に乗り娘宅へ。私も少し仕事を持っているのでちょっと大変です。

保育園に連れていくと、その場で号泣。お迎えの時には、顔を見るなり顔を床に打ち付けて怒りを見せています。保育園にいる間は、とてもいい子のよつですが、その分、家ではわがまま放題!それでも皆で温かく見守っています。

休日には、ベビーカーを押してお散歩です。すれ違う人が声をかけて下さったり、やさしく微笑んでくれます。

20余年ぶりに若いお母さんたちと公園デビューできるのでしょうか?そのためにも元気でいなければと願っています。

——力が湧いてきますよね!



友情

岐阜県中津川市 勝能勝

「私が誰だかわかりますか?」いたずら電話かと思ったが、名前を聞いて驚いた。中学3年の時のクラスメイトで、おさげの千代ちゃん。同窓会でも行き違いで56年ぶりだ。近所まで来て、ウチに寄ることになった。15分程して、神戸ナンバーの車がウチの前に停車。長身の夫人が降りてきた。面影もそのままに、たしかに千代ちゃんだ。一方の私は、ずんぐりむっくり。おつむは薄く、おまけにメガネ。中学時代の面影は微塵もない。それでも、「あらっ、まあ」と千代ちゃんはすぐに大きく手を広げて近寄ってくれた。半世紀の空白はなくなった。

彼女と私の幼い頃の境遇は似ていた。千代ちゃんは3歳の時に疎開してきて、私は5歳の時に満州から引き揚げてきた。2人とも3人兄弟で、違うところといえば性別くらいだった。あつという間に時間がたち、今度の同窓会で会うことを約束して、夕日が落ちる田舎道で彼女を見送った。忘れない友情に感謝です!

——半世紀もあつという間にひっそり飛ぶ。



爪切り

宮城県富谷町 氏家恵子

出産間近の娘に足の爪切りを頼まれた。人様の爪のなんと切りにくいことか!四苦八苦しつ切り終えると、ある時期を思い出した。

一昨年の4月末、私は5年ぶりにギックリ腰をやってしまった。年のせいか遅延として進まない回復にうんざり。腰を大きく曲げての足の爪切りは出来るはずもなく、仕方なく主人に頼んでいた。今思うと、二つ返事で引き受けてくれた主人の手際は最高だった!!

半年の間、当たり前のように主人の膝に足を委ねていたが、なんとも幸せで、ありがたい事だったのだなあと、今更ながら心の中で主人に感謝させられました。

——なんとも熱いお話♥



だいじょうぶ

島根県松江市 金森由美子

朝、孫を車で保育所に送った帰り道でした。厳しい寒波で、あたりは一面の雪景色。道路はテッカテカに凍っていました。

車のそばを中学生の男の子が2人歩いていました。すると、赤いマフラーの子がスッテン!!と思いつき切りました。私は怖くてハンドルを離せないで窓を閉めたまま、その男の子の横をゆっくり通り過ぎる時に、大きな口を開けて、「だ・い・じょ・う・ぶ?」と聞くと、頭をかきながら、真っ白い歯のさわやかな笑顔で、「うん!」と頷いてくれました。もうなんてかわいいこと!おばさんが中学生だったら、きつと君にバレンタインチョコをあげるわ。バックミラーに映る彼に思わず話しかけました。

——赤いマフラーの子が、またいいのよ♥



似てる?

福島市 林孝子

主人は年を重ねるごとに父親に似てきており、背中を丸めて慌てたように動き回る仕草や、言葉遣い、髪のかなさも似てきました。本人は気にしているのか、時々、

「年を取ると似てくるって言うけど、本当ね!」と言うと、

「似てねえ!オレは母親似だ」と反論するので、そこから「似てる」と言われて、年ごろの娘は少々うんざり気味。

——父親似の娘は幸せにならないうわ。

「もうちょっと前のれよ〜」(一人乗り用)



福井県あわら市 宗石孝子

あるがままを

泣いてかなしんでたとえ死にたくないと思つたところ

まちがいなく死はやってくる。いやでもおうでも万障繰り合わせて人間は死ぬのです。

何をおそれるのか。あるがままを受けたらいいではないか。大事な事は

生きる一日一日をありがとう、ありがとう、と感謝をすることだ。

鈴木清一

愛の輪

からのコラム 誰もが心地よい暮らしをつつ

from AINOWA

第11回 視覚に障がいのある人はどのようにしてシャンプーとリンスを見わけけるの?

シャンプーの容器は側面やポンプ上に凹凸やギザギザがあり、リンスと違う形状にしています。カタチや大きさが同じで中身が異なる商品を視覚に障がいのある人が手触りで識別できる共用品には、缶ビールのプルトップ傍の「ビール」の点字、牛乳パックや詰替え用ポリ袋の開け口の刻みなどがあつます。障がいのあるなしや年齢に関わらず使いやすい工夫なんです。



このコーナーについてはダスキン愛の輪基金まで。 ☎06-6821-5270 HP (http://www.ainowa.jp/)

愛の輪は日本とアジアの地域社会のリーダーを目指す障がいのある若者に、海外での研修支援を行っています。

🌱 **エコな取り組み ~ 滋賀県東近江市 ~**  
**菜の花から始まる循環リサイクル!**

1998年に東近江市で誕生した「菜の花エコプロジェクト」は、菜の花を育ててなたね油を作ったり、家庭や学校給食から出る廃食油を回収して燃料を作る取り組みです。家庭の廃食油の回収は、県下約300か所だけでなく市のコミュニティバスの車内でも行われています。現在この循環リサイクルは、全国およそ160団体に広がっているそうです。



車内で  
廃食油を回収  
してるのよ～

(ダスキン環境シンボルマーク)



●ダスキンでもさまざまなエコ活動を実践中。webで「ダスキンのエコ」を検索してね。

**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

**お楽しみクイズ**

なたね油の原料になるのは?



菜の

正解者の中から30名様に  
「キッチンナチュセット」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ご利用のダスキン店名  
⑨この新聞内で好きなコーナーをご記入の上、  
下記あて先までお送りください。
- クイズ専用のあて先 ※郵便番号とあて先のみで届きます。  
〒163-0265 住所は不要です。  
(株)ダスキン「喜びのタネまき新聞no.527」  
クイズプレゼント係
- 締め切り 平成25年3月22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25年4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.525のクイズの答えは「エコ(のタネまき。)」でした。

●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