

読む人の  
幸せを  
心に願って  
作る

no.508

# 喜びの タネまき 新聞

写真・名畑文巨  
「夏休みって、  
どーしてこんなに  
短いの？ おじいちゃん」



## 恩師のおしえ

高校時代の部活動の仲間と会い、監督の話で盛り上がりました。スポーツがやりたい一心で全国でも有数の強豪校に入学したのですが、練習初日から大きなシヨックを受けました。自分と技術の差がありすぎ「とてもついていけない」と。そして監督の訓示、「当校の練習は三六五日休みなし。頭は坊主。毎日練習日誌をつけること。理由なき欠席は退部」など、そして「君らの目標は予選を通過することではない。全国大会で優勝することだ」。中学時代に地域大会二〜三回戦までの自分には衝撃的な言葉でした。「好きなどけでは無理だろうな」と諦めの心境でのスタートでした。練習は厳しかったのですが上下関係はさほどでもなく、良き先輩に恵まれながら練習に明け暮れていました。しかし、同級生が一人二人と辞めていく姿を見て「いつまで続くかな」と感じたこともあります。

あるとき監督が、「君たちは日々何を考えて練習をしているのか。練習のための練習はいくら積み上げても成果にはつながらない。一生懸命練習しても、同じことの繰り返しでは上達しない」として、「継続は力なり、しかし維持は衰退になる。常に志を高く持つこと」と言われました。

継続は力。毎日休まず練習、休めばそれだけ遅れてしまう。維持は衰退。毎日練習しても日々新たな挑戦がなければ技術は高まらない。昨日よりも今日、今日よりも明日、何が成長したのか。常に志は高く持つ。予選通過が目標ならそれで終わってしまう。全国大会で優勝する志を持ち続けること。

そのような教えで過ごした私ですが、結局、全国大会ベスト8で終わりました。ご縁が出来て四十年、今の私があるのも監督のお陰。その時の教えは今も自分の生き方として心の中で生き続けています。

株式会社タスキン社長

山村輝治

ふるさと甌島には山もあれば海もあります。海ではきれいな魚が見られるだけではありません。漁師の兄と一緒に、巨大なカジキマグロを、何本も釣り上げることだってできるのです。

# 6 「バーリン捕り」

甌島ではバショウカジキのことをバーリンといいます。

九月初めになると島の近くに、このバーリンが産卵にやってくる。海面からロケットのように顔をつき出し、立ち泳ぎのかっこうで奇妙なしぐさをしている二頭をよく見かける。

バーリンの求愛ダンスかもしれない。しばらくすると、あっちでもこっちでもジャンプが始まる。三十キロから五十キロ、大きいになると八十キロを超える巨体がいきなり空中に跳び上がる。落ちてくる時、思いつ切り海面をパターンとたたくものがある。

これは雄同士の戦いかもしい。あんなにも泳ぎのうまい魚が、腹からぶざまに落ちるわけがない。ジャンプの高さや距離だけでなく、海面をたたく音の強さも加点されるだろう。

大阪や東京で仕事をしたあと、島にしばらく帰った時期があった。元気だった漁師の兄と二十日間に三十九頭のバーリンを釣った。その時写した一畳半もの魚拓は、今でも大切にしまっている。

お客が見えると、帰り際におもむろに広げて見せるのが、我が家のならわしになつている。

中野さんのシリーズは今回で終わります

# 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。

## 外はこんがり、中はしっとり 「車麩のフレンチトースト」

高タンパク、ローカロリーのヘルシー食材「麩」。煮物やお吸い物など、もっぱら和食使用と思いきや、意外に洋食にもマッチします。今回はパンの代わりにお麩を使ったフレンチトースト。ドーナツ型の車麩は、見た目もカワイくて、食べ応えあり。一度お試しを！

お料理研究家 こいけりえ



◎作り方(4人分)  
●下準備  
車麩4枚は水に充分浸してやわらかくする。  
全体に水分が行き届き、大ぶりに膨らんだら、両手のひらに挟み、しぼって水気を取る。

●卵液を作る  
卵3個を割りほぐし、牛乳1カップ、砂糖大さじ3を加え、よく混ぜ合わせたら、最後にバナラエッセンスを2〜3滴振り入れる。  
そこへもどして水気を切った車麩を浸すように入れ、20〜30分しっかりと卵液をしみこませておく。

●焼き上げる  
大き目のフライパンにサラダ油大さじ1とバター10gを入れ、温めてバターを溶かしておく。そこへ卵液に充分浸した車麩を入れて、弱火でじっくり5〜6分フタをして焼く。  
お麩はここでも少し大きくなるので、大き目のフライパンを使用し、2枚ずつ焼くことをおすすめします。



●盛り付け  
焼きあがった車麩をお皿にのせ、1枚につき、メープルシロップ大さじ1を全体にかけて、中央の穴の部分には生クリームをスプーン1杯分盛る。あれば、アキュセントにミントの葉を飾り、仕上げにシナモンシュガー少々を振りかけ完成。卵液をしっかりとお麩にしみこませ、じっくり焼くのがポイントです。

こんがり焼き目がついたら、裏返しにして、反対側もしっかりと焼き上げる。フタをせずに、弱火で5〜6分。なお、その間にトッピング用の生クリーム100mlは砂糖大さじ1を加え、七分立てにする。



## おやつ時間

簡単、美味しい楽ラクレシピ



# みてもらおう！



「とっど〜」新潟県長岡市 外川あや子



「うっぞ!!」北海道滝川市 井下広美



「今日はお祭りなの」埼玉県坂戸市 中川碧

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)

## おみそ作りのコツ

### 【用意するもの】

◎乾燥大豆	1kg
◎糀	2kg
◎塩	400g

- 大豆1kgを洗い、水に一晩漬けて、大鍋で2〜3時間煮る。
- 柔らかくなったら、煮汁を少し取り置きザルにあげ粗熱をとる。
- 大豆を9割程つぶす。糀2kgをほぐし、塩400gと混ぜる。
- 糀と大豆を混ぜ、大豆の煮汁で指が通る硬さに調節する。
- よく混ぜたら、空気をぬいて容器に入れる。
- 表面をならし塩をぬったら、落とし蓋の上に重石を置く。
- 日と雨にあたらない場所で6ヵ月ほど熟成。  
みその表面にかびが出た場合は、その部分を取り除く。



ぬか漬け用のタルを持参。タルは呼吸をするのでいい。「見た目も気分がでるのね」



「自分で作れば食べるのも楽しみですよね」



「大豆の食感を残すのもペースト状もお好みで…」遊んでみたいですよ。



小指と親指だけでつぶせる軟らかさまで煮る。



# 手作りみそ講座

出前もします

「作るたびに味が変わるんです。『今年のみそは〜』って、ワインや日本酒と同じですね」  
楽しそうに話すのは井上糀店の碓哲也さん。  
安くておいしい、安心して健康な手作りみそを教えてください。  
講座が開かれたお店、神奈川県は藤沢市のエコモをお訪ねしました。

「糀もそのまま食べてみて下さい」  
3種類とも違う個性で米糀は甘め。



「これから流行ります。ゆで卵につけたり、隠し味に!」と碓さん。

「なにより値段も半分以下。高級なみそだつて作れます。…ただ、注意するのは、余計なことはしないということ」そっとしておくのが一番。リズムはゆっくり、でも元気に話す碓さんだ。

いつがみそ仕込みに良い季節ですか?と聞くと「一年中です。なぜか寒い時期が良いと思われて、糀屋は冬が忙しくて、夏が暇でしようがないんです!」と笑いがたえない。

講座に来る人は、実家の母がみそを作っていたから—という人もいれば、なんとなくやってみたくて—という人まで幅広く、リピーターも多い。ところで、碓さんのみその出会いは?と聞くと「たまたまです。おもしろそうだから、井上糀店を覗いてみたら、楽しくて手伝うことになり、いつの間にかのめり込んで働いていた。ここのお店で講座をやり始めたのも、なんとなく友達になったつながりです。糀が性に合ったのかな」

人が集まって、会費で交通費さえまかなえれば、全国どこへでも、みそ講座に行くそうです。みそ作りも教えるのも大好きな碓さんです。

### おみやげ

青森市 川浪祐子

友人3人と北海道を旅した時のこと。青森より満開が遅い松前の桜を堪能。見物した後、函館へ向かうバスを待っていると、1台のワゴン車が止まった。地元移動おみやげ屋さんで、おじさんが出てきて手早くいろいろな珍味が並べられ、私たちも急ぎ立てられるように買い始めた。バス待ちの20人ほどが買い終えたとき、突然、「忘れ物をしたから持って来ます。すぐ来ますから」と、おじさんが商品そのままに、その場を去って行った。

「あらあら、また欲を出して。もうすぐバスが来るのに、まだ何か売る気なんだ」と思う間もなくバスが到着。最後の一人が乗り終えた頃、おじさんが息を弾ませながら中に乗り込んで来た。みんなに小さなしおりを配っている。桜の絵と一緒に「松前においで下さりありがとう」と書かれていた。おじさんの手づくりだということの中で「ごめんなさい。おじさん」と考え違いをわびた。桜もきれいだっただけれど、旅のいちばんの思い出となった。

――旅の一期一会。

### 長男の誕生日

岐阜県各務原市 信田美智子

25歳の誕生日を迎えた長男に、「おめでとうメールを打とうとして、「ちょっと待てよ！」と思った私。25歳にもなつてそんな事したら、うとうしがられるだけではないか…。次男に相談したら、「自分なら嫌だ」との返事。何て親バカなのかと、我ながら呆れてしまった。

2年前、私に感謝の手紙をしたため一人暮らしを始めた無口な長男。仕事が忙しく、なかなか会うことは出来ないけれど、時々元氣な姿を見てホッとします。

初めて母親にしてくれた長男に「ありがとう」と日記に記し、その日を終えたのでした。

――親の心、子知らず(けど、分かる)です(笑)



### 小さなころ

山形県南陽市 高梨充恵

私は昭和45年生まれ。小さいころ、世の中は今のよう便利ではなく、親の大変さが、子供心にも、ひしひしと伝わってきました。欲しい物があっても、親にはねだれず、いつも口をつぐんでいたのを覚えています。

その頃、私が大好きだったのは、チラシや本に載っている絵を見て、5つ年下の妹と「この中でどれがいい?」「私はこれ!」「私はこっちがいいな!」と絵を指さして決める遊び。手に入らなくても、自分の好きな物を決めるのです。それだけで気持ち満たされました。

外食は考えられず、ラーメンも我慢の頃。今では1人でも気軽に外食をします。けれど、昔を懐かしく思い出す時、我慢したあの頃の方が充実していた気がするのです。何にもなかったけど、何にもなくて自由だったのかな。

――想像すれば空でも飛べる子どものころ……



### ピーナッツバター

滋賀県大津市 青木勝也

今年、我が家の畑でピーナッツを育てました。害虫や病気の被害にもあわず、たくさんのピーナッツが収穫できました。莖を引くと、鈴なりのピーナッツがコロコロと顔を出します。

豊作だったので、来年の種用に少し残し、あとはピーナッツバターにすることにしました。

まず殻を割り、中身を取り出します。殻は硬いため、なかなかの力仕事です。次にカラカラになるまで炒り、そしてバラリとはがれる薄皮を剥き、最後にミキサーでしっかりペースト状にします。少しのハチミツを混ぜてやっと出来上がり。手作りの大変さを身にしみて感じました。

しかし、手作りのピーナッツバターは、炒ったピーナッツの香りが漂い、味も濃厚で絶品です。トーストパンにつけたり、焼き魚にトッピングしたりして、最大限活用しています。

――やっただけ、極上ピーナッツバター。



### ボール投げ

熊本市 水元陽子

孫が5歳の頃、私は孫のいる千葉市川市に遊びに行った。「ばあちゃん、公園でボール投げしよう!自分の年を考えてしまい、孫の誘いに少し戸惑ったが、相手をすることにした。ボールを取りそこない、遠くに流れた時だ。

「ばあちゃん、運動になるから頑張つて取つてきて!」年寄りを使って、と思つたがやりきつた。その後、熊本に帰ることになり、駅まで孫と父親が見送りに来てくれた。孫が、

「気をつけてね!着いたら、すぐ電話してね。心配だから!」私は啞然とした。まるで大人が言う言葉だが、微笑ましく感じ、ほのぼのと気持ち明るくなった。その孫も今は小学3年生。元気に学校に通っているようだ。

――今度は何して遊ぼうか……?



### ください

岩手県電石町 下黒沢雅代

親戚一人いない岩手の地に嫁いで26年。その我が家の決まり事です。家のお菓子の置き場所は「仏壇」です。3人の子供達には、小さい頃より常々言っておいた言葉があります。それは、「お菓子が食べたくなったら、仏壇に行つて貰つてね。黙つてもらうんじゃなく、必ず、くださいって言うんだよ!」そう教えてきました。

上から、24歳、21歳、16歳になった3人の子供達は、お菓子を貰うときには、今でも仏壇に向かって「ください」と言っているそうです。それを聞いてとても嬉しく思いました。私だって、自分が買ってお供えした品でも、必ず「ください!」って言ってますもの。いくつになっても良いことは続けてほしいものです。

――しみじみ、長く習わす。

### 「ほら、みんな、こっち見て!」



鳥取県琴浦町 西山美奈

●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。

あなたのお便りや写真をお寄せください

●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

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「井上靴店」碓哲也さんの連絡先  
〒194-0212 東京都町田市小山町2520  
電話:042-797-7044 FAX:042-797-7085  
http://www.komemiso.com/

・講座開催スペース/エコモ(神奈川県藤沢市)  
http://www.ecomo-lohas.com/

私は貢献できているだろうか

自分に与えられた仕事を、

あなたはどのように受けていますか?

一、言われた通り、

やつていけばいいのよ。……普通型

二、これでいいのだろうか?

他にもっと改良する事はないか。……向上型

三、いそがしがつて働いても、

本当の成果は上がらない。……ムダボネ型

もちろん何もしないでブラサガリ型などは困りますが、働いたから、当然の報酬をもらうのだ、というのではなく、自分は貢献できているだろうか、その反省が大切だと思います。

鈴木清一



出版社:PHP研究所  
価格:1600円(税別)  
発行:2011年8月19日  
※お買い求めは、お近くの書店にて

### ダスキン創業者 鈴木清一の伝記をご紹介

### 「敗れざる者」

ダスキン創業者・鈴木清一の不屈の精神  
著者・神渡良平

すべてを失っても、またやり直せばいい

### ご紹介!! 「DUSKIN×Pen エコTシャツデザイン大賞」

ダスキンは、エコやデザインに関心の高い人が読者層の雑誌「Pen」と、ダスキンの4つのエコ及び環境スローガンをテーマにTシャツのデザイン募集しました。一次審査で50作品を選び、その中からweb上で一般投票を行いグランプリに選ばれた5作品は、実際にTシャツとなります。グランプリ作品などは、今後の裏表紙「教えて!ダスキンのエコ」でご紹介します。

●グランプリ発表 2011年9月15日頃予定  
詳しい内容はこちら [ダスキンエコT](#)

約43%  
削減  
(2004年度比)

2010年度  
約2,000t

2007年度  
約2,400t

2004年度  
約3,500t

※洗剤使用量／47工場計



洗剤を  
減らしても  
しっかり  
洗えるのよ

詳しくはwebで  
「ダスキンのエコ」  
を検索してネ。



(ダスキン環境シンボルマーク)



## ダスキンの工場では環境に配慮して洗剤を削減しています

ダスキンの工場では、モップやマットを洗う洗剤を減らす取り組みをしています。洗剤の効果を高める特別な洗濯水を使っているため、洗剤を減らしてもしっかり洗うことができます。また、使った水はきれいに処理をして自然にかえています。

## 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

ダスキンの工場では  
何を減らしている？



洗剤

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.508」  
クイズプレゼント係

郵便番号は  
お間違いなく!

※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9月30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10月下旬お届け予定)
- ◆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.506のクイズの答えは「(エ)ネルギー」でした。

## 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

●この新聞をお届けしているのは