

読む人の  
幸せを  
心に願って  
作る

## 苦手なことでも

先日、出張先で地元の方が経営されている小料理店で食事をしていただけろ、外国人の女性が一人で来店しカウンター席に着かれました。その方は、日本語表記のメニューを見ておられたのですが読めないようでした。その様子に気付いた年配の店主が英語表記のメニューを差し出すと、そのお客様はニコッと笑顔になりました。その後、カウンターを挟んで店主は何やら会話を始めました。流暢な英会話ではなくほとんどが英単語と身ぶり手ぶりだけで会話をされており海外から来られているお客様への「おもてなし」の姿がとても印象的でした。

英会話ができなくても海外から来られている方の気持ちになって料理の内容を説明したり、調理しているところの写真撮影を快く受けたりと臨機応変に対応されていたことで、お客様は終始笑顔で心地よい食事の時間を過ごされたのではないのでしょうか。

私は英会話が苦手でその様子を見て「凄い店主だな…」と思ったと同時に、もし私が日本語も通じない海外で現地の方から日本語で声を掛けられたらホッとした気持ちになるだろうと思いました。

言葉だけでなく自分が苦手だと思っていることでも相手にとってプラスになるのであれば積極的に行動することが大切だと出張先の小さな店の店主から学びました。

株式会社ダスキン社長

山村輝治

写真・市谷 健 全カダッシュ!



no.548

# 喜びの タネまき 新聞

生まれつき内気。友達としゃべったり笑ったりはいいが、大勢の前ではとたんに引っ込み思案。そのぼくが大人になって――。

## 「自分らしく」



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、心の和み温かさ。読売新聞夕刊のみなみらんぼうのエッセイ「一歩二歩山歩」に挿絵を描き、新聞連載の最多記録を更新中。日本山岳会会員。著書に「のんびり山に陽はのぼる」(山と溪谷社)、「お江戸超低山さんぽ」(書肆侃侃房)、「森のくらし」(リヨン社)など。

大人になると社会に出て「親類りの内気で」などと言い訳はできない。「なんとかしなくちゃ」そう考えていたある日、仕事先から温泉旅行に誘われた。大勢は苦手だが、せっかくのお誘いなので受けた。旅番組に登場しそうな立派な旅館で、女将がにこやかに出迎えてくれた。

団体さんの食事は大広間で大宴会というのがお約束だ。まずは、

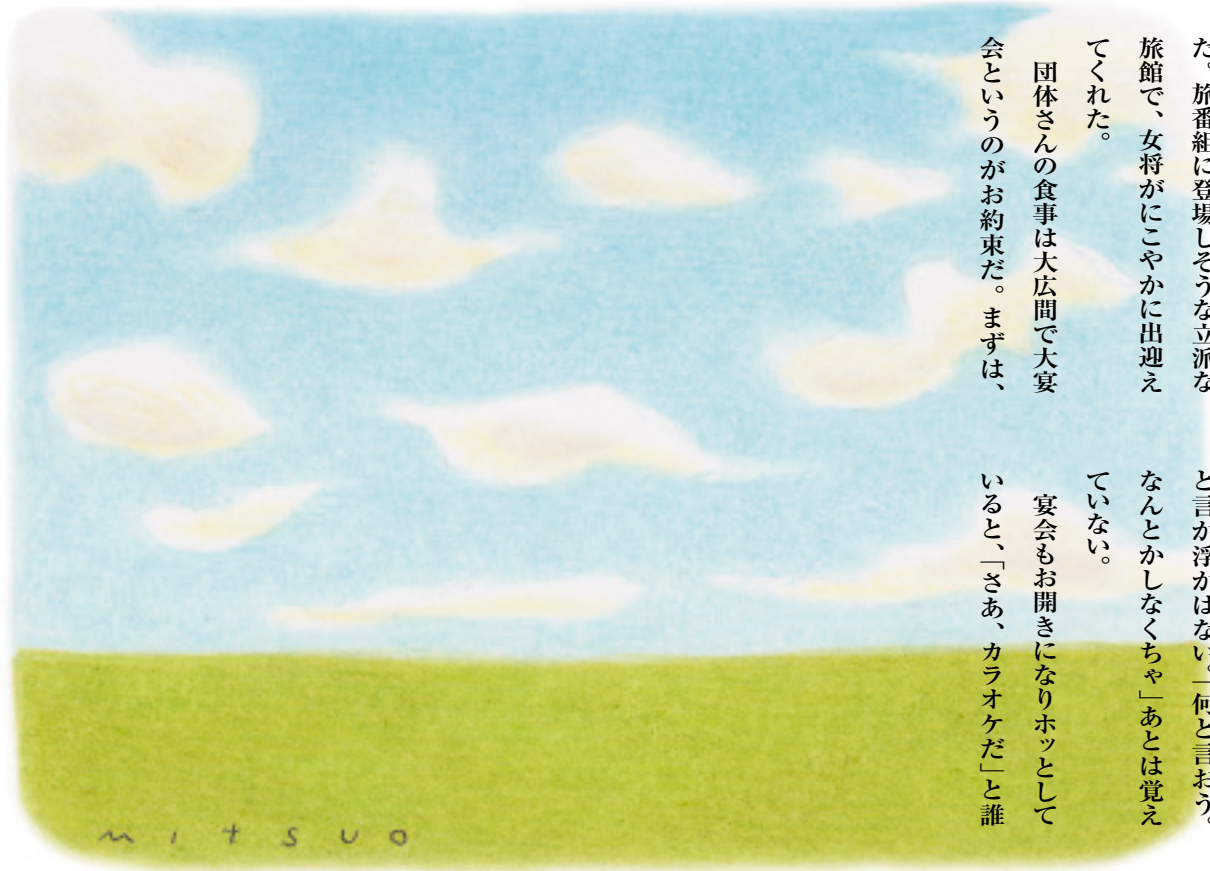
お偉いさんの挨拶。スミで控えて聞いていると、幹事役がぼくの脇に寄ってきて「すみません、乾杯の音頭をお願いします」と耳元でささやいたのだ。「はい」仕方なく返事をしたものの、気の利いたひと言が浮かばない。「何と言おう。なんとかしなくちゃ」あとは覚えていない。

かが氣勢を上げた。こうなるとう誰も止められない。館内にあるカラオケルームはステイジの周りをふわふわのソファが囲み、頭上にはミラーボールが光りながら回っている。「歌は下手なんで」と言いながら、みんなけっこう芸達者だ。さらにムード満点にデュエットの定番曲も出て、ますます盛り上がってきた。

なんとなく嫌な予感がした。「では、歌ってもらいましょう」ぼくにマイクがまわってきた。「いや、歌はダメなんでホントに」といつても、時すでに遅し。苦手意識もこれまでなんとかこなしてきたが、歌だけは克服できない。「テンポのゆつくりした歌がいいよ」と親切に声がかかった。

迷った挙句に選んだ曲は「マイ・ウェイ」、思い浮かんだのはこれしかなかった。ミラーボールがぼくの顔を照らす。歌い終わると「丁寧に歌って、すごくよかった」と誰かが言った。

「自分らしくいこう」胸をなで下ろしながら、内気の下キドキはずつと残った。



## 食物繊維たっぷり「カントリークッキー」

お腹によい食物繊維がたっぷりのシリアルで素材な大判クッキーを作ります。小麦の外皮を主に使ったブラン系のシリアルの生地、アーモンドのサクサクした食感と、プルーンの甘酸っぱい香りがアクセントです。



お料理研究家 こいけりえ

### ◎作り方(直径8cm、6枚分)

#### ●下準備

アーモンド30gと種をぬいたドライプルーン80gはそれぞれ粗く刻んでおく。

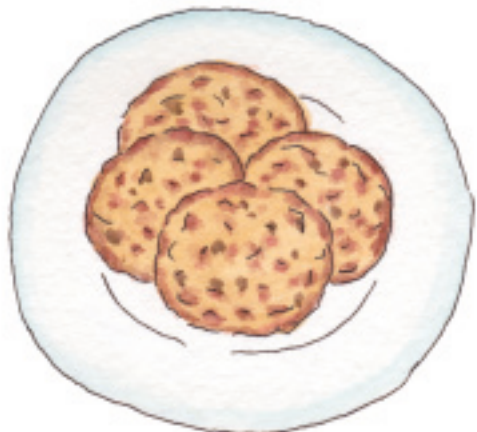
市販のブラン系シリアル80gに牛乳大さじ6をかけて混ぜ合わせておく。

お好みのブランで構いませんが、今回はハチミツ入りのブランを使用しました。

#### ●生地作り

ボウルに室温に戻したバター60gを入れて、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜ合わせ、砂糖30gを加えて、さらによく混ぜる。バターがなめらかになったら、卵1個分を溶いて加え、合わせておく。

別のボウルに小麦粉80g、ベーキングパウダー小さじ1を合わせてふるいにかける。バターのボウルに、ブラン、プルーン、小麦粉、アーモンドの順番で3回に分けて入



どきあがり♪

#### ●オーブンで焼く

オーブンは180℃に予熱しておく。天板にクッキングシートを敷き、大き目のスプーンを使って生地を落とし、形を整える。直径8cm×厚さ1cmが目安。180℃で15〜17分くらいで焼き上げ、クッキーのふちがこんがり色づいてきたら出来上がり。

おやつはもちろん、牛乳と一緒に朝食メニューとしても最適です。

## おやつの時間

簡単、美味しい楽ラクレシピ



ボウルに室温に戻したバター60gを入れて、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜ合わせ、砂糖30gを加えて、さらによく混ぜる。バターがなめらかになったら、卵1個分を溶いて加え、合わせておく。

別のボウルに小麦粉80g、ベーキングパウダー小さじ1を合わせてふるいにかける。バターのボウルに、ブラン、プルーン、小麦粉、アーモンドの順番で3回に分けて入

## みてほしいお写真!!



「セイヤッ!!」  
千葉県旭市 小川美津子



ものづくりが好き♪  
福井県あわら市 宗石孝子



「もしもしおばあちゃん?」  
神奈川県鎌倉市 佐久間昭夫

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)



「昔はここで牛の放牧をして、馬もいました。芝は牛が食べると、ほんとにきれいに育つんです」八重子さんと理一郎さん。



山歩ガイドクラブの中心は、塚本さん一家。まずは、本業の塚本こうじ屋さんの前で集合。ガイドは、お母さんの八重子さんと、息子の理一郎さんと思っていたら、実は5〜6人、手伝ってくれるスタッフがいますのだそう。島でも同じ町に住んでいるのではなく、それぞれ生活を持っている。一言で言うと「佐渡に惚れて」しまった人たちだ。

「海と山が好きであれば、天国みたいなところ」と八重子さんが言うと、「花の写真を撮るために通っていたが、人生1回だから、仕事をやめて来た」と広島からのスタッフが言えば、「佐渡はおっとりしている」と静岡からの男性スタッフも。島を気に入って、住みついてしまったと聞いた。

佐渡は新潟湾から高速船で1時間。縄文時代から人が住んでいたそうで、金山やトキも有名だが、山野草の花々が愛されている。島だけあってあまり外来種が入らず、人間に荒らされていない山はのどかで美しい。大型の野生生物は存在せず、「いるのはテンやウサギ、タヌキだけ」と塚本さん。植生がよく保たれている。

標高はいちばん高い山で1172メートル。山並みの縦走、桜、樹齢300年をこえる天然杉や紅葉見物など旅人も多い。冬の風雪は厳しいが、春は山野草が格別。暖流と寒流のぶつかる佐渡は、北限と南限の植物が両方楽しめる。ハイシーズンは残雪が残っている4月〜6月初め頃だが、秋のガイドもする。

八重子さんと理一郎さんの案内で、ドンデン山の山荘から尻立山のほうへ「さんぽ」をさせてもらった。道々、「あら、タニウツギ」とか、「ギンリヨウソウ、オダマキ」と、まるで風がなでるようにやさしい手でさわったり、指さしたりする。母は15年、息子は7年のキャリアの「花の案内人」だ。



雪の早春の山を案内。陽だまりに野の花が…。

# 花の案内人

新潟県佐渡市 山歩ガイドクラブ

山歩(さんぽ)ガイドクラブは、山と花のガイドをしてくれる。「1日目は30代くらいの息子さんが来て、2日目は50代くらいのお母さんが来た。丁寧でやさしい対応で、印象に残った」頼んだ方からお話を聞いてお訪ねしました。

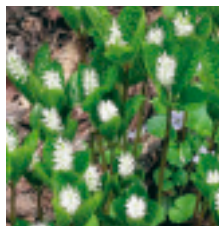


尻立山を望む小高い丘は、なだらかな曲線を描き、天然芝が一面に生えている。

「ただ、ごろんと寝に來たりしました。息子が歩けない頃から背負ってきたり」と八重子さん。その側で、「高校の時、授業をサボって来てみたいですよ」と笑う理一郎さん。

「ぼくの息子は2歳なんですけど、今度、この芝の上を歩かせてみたいと思ってるんです」息子を連れて、初めての山歩に來たいそうだ。「案内して喜んでもらうことがいちばん嬉しい」この景色を心から愛する母子に会うと、また佐渡を訪ねたくなる人が多いのも分かる気がした。

尻立山へ。山を歩きながら空き缶拾いなどもする。



### 稲刈り

長崎県吉岐市 白川正子

暑かった夏がやっと過ぎて、いよいよ収穫。稲刈りの到来です。農繁期は家中が大忙し。皆で田んぼや畑に出向き、作業をします。テントを張り、そこで昼食や3時のおやつを食べます。きつい稲刈りの合間の、和やかな家族団らんのひとときです。

長男が2歳半だった頃、4カ月の妹も連れて、田んぼに出たときのことです。寝返りを始めたばかりの妹がコロコロ動いて、テントから田んぼの土の上に。「むっちゃんが！」びっくりした息子はすぐに私達を呼びに来ました。幸い、何ごともなく、仲良く遊んでいてくれる子供達へ感謝しつつ、作業に励みました。そんな長男も今では2児の父親です。

夕暮れ、ざわめいて銀色に輝く田に立つと、30年前の懐かしい思い出が蘇ります。

——収穫の秋。大地のめぐみと命を感じて。

### 主人の散髪

静岡県藤枝市 山崎繁子

私は主人の床屋さん。40年前、主人はふさふさとした黒髪だった。今では前頭部がつつやと光っている。両耳から後頭部にかけては白髪である。いくら、歳をとっても髪の毛は伸びる。バリカン、はさみ、くし、かみそり、肩掛け。このくらいの道具で、1カ月半に一度、私の手な床屋さんが始まる。

ふたりでジョークを言いながら、時にはバリカンが毛をかんで、「痛い、痛い、もう少し上手にやれよ」と叱られる。いつまでも腕が上らないが、主人はよしとしてくれる。首の後ろをバリカンで刈り上げて、はさみで調整する。

主人曰く「床屋の後2、3日は、外出するとき帽子をかぶっていればよい」。こんな和やかな昼下がり、いつまでも続けられたらありがたい。結婚して50年。去年、金婚式をむかえた。ともに頑張ってきたことを感謝している。

——今やベテラン理髪師ですね。

### 持って行きな

長野県小諸市 森山いさ子

大好きな指輪が入らなくなってしまう、痩せることを決意。朝食と昼食後合わせて一日1万2千歩歩き始めました。

「あなたがあの家の嫁さんかい？花持っていきな！」車の通らない農道を歩いていると、おばちゃんたちから、あちこち声がかかります。

30年間東京で暮らして帰ってきたので、ここではまだ新参者。ウォーキングは目立つらしく、「キャベツ持って行きな！」かるく3玉。

「プロッコリー持って行きな！いつでも取りに来なよ！」さらっと8株。脚より腕が疲れるほど頂きます。梨もたくさん、栗もいっぱい、昨日はサツマイモ。

都会ではなかなか味わえない採れたての野菜と、親切なおばちゃんたち。有難きかな、農村生活。皆さん、ありがとう!!

——ウォーキング+野菜マイエッター

### たからもの

新潟県胎内市 阿部悦子

9月。始業式と同時に、11年間スーブの冷めないつぎあいだった娘夫婦と孫たちが、隣の市へ引っ越していきました。親の教育の賜物か、孫は、小さいときから何かにつけて手紙を書いてくれました。

先日、孫たちの思い出をひも解こうと引き出しを開けてみたら、あふれんばかりの手紙でいっぱいでした。たどたどしい文字で書かれた、「おばあちゃん、ありがとう！」のメッセージや、たくさんシールで飾られた「お年玉ありがとう！」のカード…。それらはみな、キラキラ光る、たからものみたいに思えました。

引っ越ししてからの手紙には、「遊びに来てね。おばあちゃんの部屋もあるよ!」

この先、まだまだたからものは増えそうです。

——心こもった手紙…。

### 水やり

名古屋市 平井雅子



夏休みの旅行で、妹夫婦が北海道へでかけた。庭に多くの草花を育てている2人は、留守中の水やりを、近所の方に頼んでいたが、今年の夏休みは、わが家の大学生の孫に頼んだ。「お父さんの車で行けば、10分の距離だし、いいよ」車の免許をとった孫は快諾した。

しかし、1時間半の水やりの間、覚悟はしていた孫も大量の蚊の攻撃には悩まされたようだ。「おばあちゃん、僕はね、小さな蚊に血はあげてもいいと思ってるよ。だけど、カユイのは勘弁して!」と言いたい」と一言。

「蚊に血をあげる」というのは、何だかおかしいけど、優しい孫が、微笑ましく嬉しかった。残るはあと2日。ガンバレ!

——草花が元気がよく茂っているからです。

### 父

大阪市 河野元美



私の父は頑固者。優しく涙もろくて、温厚な父。実家の愛媛から大阪へ来て、はや10年。あつと言う間でした。小さい頃は、礼儀に厳しい父が正直苦手でした。でも離れてみて気付いたことがたくさんあります。

中学生の頃は、朝が苦手な私を毎朝車で送ってくれたり、試験の時には夜食を作ってくれたり、振り返ると色々なことを思い出します。

私のお酒と映画と読書好きも、父とそっくりです。父にはたくさんのお話を教わりましたが、思いやること、感謝の気持ちをお忘れなことを、一番教わった気がします。

還暦を迎える父に、子供達3人から感謝の気持ちを伝えたいと思います。

——ありがとう。お父さん…。

### 植木鉢で足水。きもちい〜!



岩手県盛岡市 吉田津江子

——生きてるしょうこ

私共は、なげきかなしむ時に、その場の心のいたみには、泣くだけ泣くとしても、必ずや来たるとき日に、よき事のある希望を、祈ろうではありませんか?

希望のもてる人、祈る事のできる人、あなたこそ、必ずや不思議な事が起こって来ます。生きることは、問題を生んでいくことです。苦しむ、悩むことは、生きてるしょうこです。

鈴木清一

**愛の輪からのコラム “言葉” たち**  
ふれあいから生まれた

今の自分にできること、できないことを知る。

愛の輪の海外研修経験がある大杉豊さんにとって、これが当時アメリカで学んだ一番大きなことだったとか。すべて自分の力だけで頑張るのではなく、できないことは無理をしないで周りに助けを求める。できることはさらに磨きをかけて周りに協力する。現在、愛の輪の海外研修派遣事業の実行委員をされている大杉さんは、研修生たちにいつもこの心得を伝えているそうです。

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。

**あなたのお便りや写真をお寄せください**

●みなさまからお寄せいただいたお話をもとに新聞をつくってまいります。  
どうぞ、あなたが体験した嬉しかったこと、誰かに聞いてもらいたいことなど、身近な話題をお寄せください。

●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。

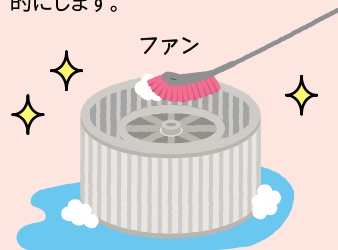
●送り先  
〒163-0223 東京都新宿区西新宿2丁目6番1号 新宿住友ビル23階(私書箱47号)  
ダスキン「喜びのタネまき新聞」編集室  
電話 03(5909)6703  
e-mail: koho4@mail.duskin.co.jp

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/tanemaki/>

4-5 ページの「山歩ガイドクラブ」の連絡先  
〒952-0014 新潟県佐渡市両津湊 303  
TEL: 0259-27-2769

掃除がしにくく汚れも  
ガンコなレンジフードは  
ダスキンにお任せください!

ダスキン サービスマスターとメリー  
メイドでは、ご家庭では掃除しにくい  
レンジフードを徹底的にキレイにし  
ます。レンジフードのパーツを分解し  
て洗浄することで、油でベトベトに  
なったファンやフィルター、フードの  
内側の汚れを落とし、換気を効果  
的にします。



パーツを外して、  
隙間まで **キレイ** に!



あなたの **声** が原点です。  
私たちは、そのお声とともに歩みつづけます。

ダスキンが大切にしたいのは、あなたの声——。  
ぜひ、あなたの想いをお聞かせください。

お客様の声はインターネットにて承っております。

ダスキンお客様の声

[www.duskin.jp/voice](http://www.duskin.jp/voice)

今号のキーワード

レンジ



ハガキに書いてご応募ください!

「くらしキレイBOX」を  
プレゼント!



抽選で  
100  
名様に

- 油汚れ用洗剤 ベリーの香り●ガラス用洗剤
- カビ取り剤●ハロキティのエコスボンジ
- おそうじクロス(パープル)
- くらしキレイBOX 100%活用Book

©1976, 2014 SANRIO CO., LTD.  
APPROVAL No. G550244

下記の要領でご応募ください。

- ハガキに
    - ①今号のキーワード 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。
  - 応募専用のあて先 ※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.548」プレゼント係
  - 締め切り 平成26年10月31日(金)当日消印有効
  - 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26年11月中旬お届け予定)
  - 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。  
※ダスキン関係者の応募はご遠慮ください。

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」プレゼント係 TEL:03-5909-6703 までご連絡ください。

●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きます場合もあります。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.co.jp](http://www.duskin.co.jp)