

を

「物」の先には「事」がある。事の先には「つながり」がある。
 あり余っているから、すぐお金で買えるから、いつでもどこにでも捨てられるから。
 そんな社会と暮らしが、本当に望んだものなのか、快適なのか。
 疑おう。それには、きちんとしていて、わかりやすく一流の物差しがいる。
 その物差しは、風土と季節、文化的、伝統的がいい。
 みんなに共通で、しかも変わることがないから。日本人なら毎日の生活の中で使いこなせるから。

大切にしよう新聞

2019.3
MARCH



漁港には匂がある、ドラマがある。

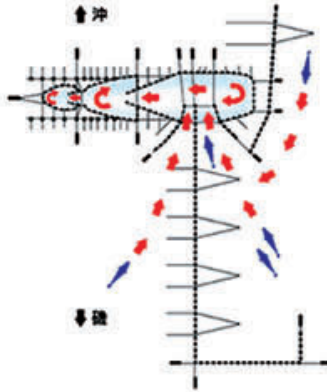
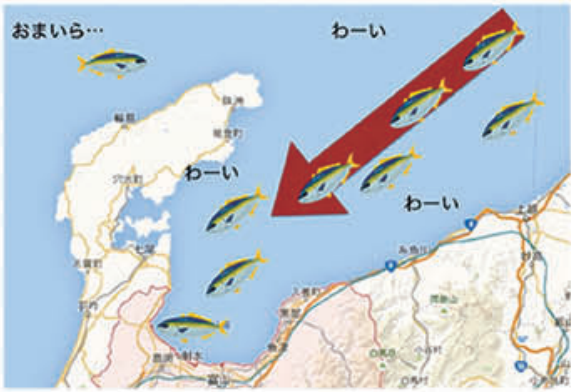
全国漁港巡り

富山湾
氷見

今だからできる、年に一度の「名残」堪能!

「ひみ寒ぶり終了宣言」というのご存知ですか。
 これは日本一うまいと評判の「氷見寒ぶり」の出荷終了合図で、だいたい2月末。一番寒いときに、一番うまいものの名残を。

氷見の寒ぶりがうまいわけは北の日本海で身が引き締まり、さらに産卵を控えた最も脂がのった状態で、天然のいけすと呼ばれる富山湾の越中式定置網で獲られ、そこから近い氷見漁港へ最も高い鮮度で水揚げされるから、だと。



さて、ぶりは荒海を好み、「空に雷 太鼓をたたきや 山は霰に海はぶり」(氷見音頭より)。
 暗い水平線に稲妻が走り、地鳴りにも似た雷鳴。霰が、冷たい海風に舞う氷見の海。
 どんなに季節が来ても、凪いだ海にぶりはやってこないのです。

ちなみに、氷見は能登半島の東側、富山湾の西部に位置しており、市内の海岸からは「海越し」に立山連峰を眺望できる景勝地です。



あなたも「センテナリアン」に！

センテナリアンとは、100歳以上の人を指す言葉

平均寿命の延伸とともに、100歳以上まで生きることを現実的な目標として生きていく人が増えていきそう。

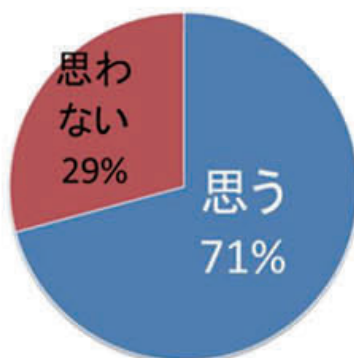


長生きで大事なのは「健康寿命」。ふだんの生活をちょっと見直し。

「もっと運動したい」—しかも、日常で活動量を確保したいのなら…

さて、「手軽に」というと自宅（屋内）で。調査では運動実施場所としては、「リビングや和室の一部」が83%と最多。次いで「廊下や階段ホールなどの一部」(11%)と。運動専用の空間を利用している人はわずか4%でした。では具体的には、どんなイメージなのでしょうか？

【今よりもっとスポーツや運動をしたいと思うか？】



※調査は積水化学工業住宅カンパニー「中高齢者の自宅における運動に関する意識・実態調査」より

* 運動に適した内装材へリフォーム

リビングの片隅などに、ちょっとした運動ができるよう床材などを交換する。または、廊下など一定の大きさの歩幅で色分けされた床材に交換（その歩幅で歩くよう心がけると足腰の運動になる）。階段の1段目でステップ運動ができるよう、床材の張り替えや手すりの設置。なるほど、これならカンタンですね。



● いろいろお問い合わせ・ご相談ください。と一緒に「健康寿命づくり」を。



歌は世につれ 世は歌につれ

64年という元号の中で最も長い年月の中の昭和は激動の時代でもあり“歌は世につれ世は歌につれ”と数多くの歌が生まれ流行り散っていきました。そんな昭和の流行り歌を時の流れに沿ってご紹介。甦る青春のひとつで、ちょっとでもほっこりして頂ければ。

放送 第参回目 / 昭和6年

酒は涙か溜息か

酒は涙か ためいきか ころのうさの 捨てどころ
とおいえにしのかの人に 夜毎のゆめの 切なさよ

酒は涙か ためいきか かなしい恋の 捨てどころ
忘れた筈のかの人に のこる心を なんとしよう

なんとも短い詩ですね。高橋掬太郎(きくたろう)から詩を渡された古賀政男は、この短さで歌謡曲になるのだろうか？と心配されたそうですが、見事な曲に仕上げました。後に美空ひばりさんや都はるみさんがカバーしますが、この藤山一郎さんの歌の上手さは圧巻です。またこの時代にこれだけの演奏と録音がされていることにびっくりです。



古賀政男



藤山一郎

作曲:古賀政男 作詞:高橋掬太郎

当時、古賀は新進作曲家として注目されはじめたばかりで、高橋は北海道で地方新聞の記者、藤山一郎は東京音楽学校(現東京芸術大学音楽学部)に在籍し将来を嘱望されたクラシック音楽生。折からの世界恐慌による不況にも拘らず、発売直後から大ヒットし、当時の蓄音機の国内普及台数の4倍のセールスを記録したという。

ぜひ、YOU TUBE で・・・

酒は涙か溜息か youtube

検索

この年の出来事 かいつまみ

- のらくろ、少年倶楽部に掲載開始
- 映画「モロッコ」封切り、大ヒット
- 女性の新しい社会進出が活発化、エアガールも誕生
- 浅草オペラ館オープン、エノケン一座がこけら落とし



曲はYouTubeですぐお聴きになれます。

若さに触れるクラシック音楽

クラシック音楽は古い？いえむしろ若くして亡くなった天才達のエッセンスが若い感性で伝わってきます。若いときには感じなかった「青春っぽさ・純粋性・フレッシュ感」に触れてみると、これが意外に新鮮？！

転職ごとに実力開花
日本では「音楽の父」

J.S. バッハ 「管弦楽組曲」

なにしろ子沢山。条件の良い就職口があれば割り切ってさっさと転職。32歳のときには、大勢の子どもを引き連れケーテンの領主城館の一部に住むことを許され、思う存分器楽曲や合奏曲を作曲。この時期、ピアノの旧約聖書とも例えられる「平均律クラヴィア曲集」やブランデンブルク協奏曲と並ぶ代表的管弦楽作品「管弦楽組曲」が生まれています。



キャンパス発、この逸品にトライ!



「今時の若者は～」というご年配の方々。でもこれはソクラテスの時代から変わらない普遍的なキーワード。「今時の若者は～」という前に、「今時の若者」を体験してみませんか。

おつまみにピッタリ!
ピリ辛揚げそば!



松本大学人間健康学部の矢内研究室と(有)あづみ野食品、JR東日本長野支社が、6次産業化による商品開発をめざす「もの1-2-3」プロジェクト。その一環として発売されたのが「信州アルクマ揚げそば 七味唐がらし味」。長野県名物の七味唐辛子を発売している「八幡屋磯五郎」との連携により実現したこの商品は、ピリ辛風味がおつまみにもぴったり! 「八幡屋磯五郎」の唐辛子は善光寺土産として全国的に有名。

Information 価格 324円(税込) 内容量 25g

お問合せ 長野道や上信越道のサービスエリア(SA)や、東京都内の県情報発信拠点「銀座NAGANO」などで販売中。

問い合わせ先は、あづみ野食品 0263-71-2600

いつまでも二人元気で仲良く、「単純温泉」。

温泉は古くから神秘的な存在でもあり、治癒の聖地でもありました。健康寿命を長くするためにも、たまには温泉へ。そこでちょっと見直したいのが、各地の「単純温泉」。実は、「単純ではない『単純温泉』の極め付き温泉地が、ここ!



北温泉 北温泉旅館/栃木県 北温泉

今回ご紹介する温泉は、ノスタルジーたっぷり、鄙び(ひなび)のお宿。歴史は160年ほどあり、建物が江戸、明治、昭和と3棟に分かれ、テルマエ・ロマエという映画の撮影地として使われた事もあり、温泉はもちろん観光客でも賑わい。お宿が見えると、お宿に入ると、そこはまるで明治時代。タイムスリップした感じにつつまれます。



ざばざばと投入されるお源泉
湯船から流れ落ちるお湯が実に爽快

*北温泉で一番有名な温泉がここ「天狗の湯」



木漏れ日キラキラ、最適なぬる湯。
源泉掛け流し
露天風呂「河原の湯」



(男性専用)

大きな天狗の仮面に見守られながら入るといった独特の雰囲気を持つ浴室。源泉は湯小屋裏に見える山から湧いており、崖を滝のように源泉が流れ落ちているのが見えます。



(女性専用)

他にも「泳ぎ湯」「打たせ湯」「相の湯」「芽の湯」「家族風呂」などバラエティ。

近くの散策を含め写真を撮るだけでも1時間はかかるよう。

「単純温泉」は成分が単純なので、あまり効能がない? 答えは✕

泉質の特徴は効能成分が「薄い」だけ。でも薄い温泉=あまり価値がよように思われがちですが、刺激が小さく湯あたりを起こしにくく「やさしい温泉」なのです。子供からお年寄りまで安心して入れる温泉で、温泉ソムリエは「家族の湯」と名づけています。

▼お問い合わせは・・・

 あすの街づくりを創造する
株式会社 アービック建設
〒272-0034 千葉県市川市市川1-23-9 4F

／施工事例 多数掲載!／

アービック建設 リフォーム

 **0120-253-949**
9:00~18:00

アービックグループは、「暮らしのことならなんでもご相談いただける」住生活総合企業として、賃貸、売買、新築などの不動産業を展開しています。リニューアル事業部では、リフォームの提案から施工管理まで行っています。工事に関することもお気軽におたずねください。