

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、わかりやすくて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

2020.1
JANUARY



「御朱印(ごしゅいん)」をご存じですよ。近年、御朱印を集めるために神社やお寺に参拝する人が増えているといわれています。



御朱印



たくさんの寺社を周って御朱印を集めるのは女性が多いため、彼女らを「御朱印ガール」と呼ぶほど、ブームになっているとか。



御朱印とは参拝のしるし

現代では写経を納めなくとも、参拝のしるしとして数百円で御朱印をいただくことができます。

全国の神社・お寺 人気ランキング2019から

別小江神社 (わけおえじんじゃ)

愛知県名古屋市北区安井四丁目14-4

2017年3月に頒布したひな祭り御朱印を皮切りに基本、毎月カラフルな御朱印を頒布。

御朱印の一番の魅力は、なんといっても、寺社名や本尊名が手書きされていること。とくに書道の心得がある宮司や住職がしたための書は美しく、よりいっそうのご利益を感じることができます。寺社名や本尊名はあらかじめ入っていても、日付だけはその場で手書きしてもらえするため、自分のためだけに作成されるという御朱印の特別感が、ブームの一因であるといえるでしょう。



創建時期は不明ですが、天正12年(1584)に織田信雄の命により現在の地へ鎮座。



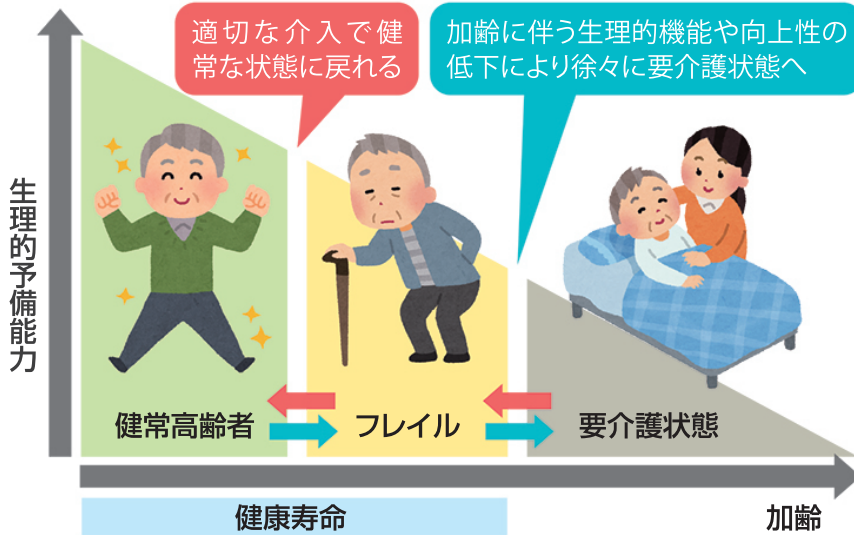
愛知を代表するカラフル御朱印で知られているようです。





高齢者が増えている現代社会において、
フレイルに早く気づき、正しく予防することが大切。
目的は「健康寿命を延ばす」

介護予防のキーワード「フレイル」



フレイルとは、「加齢により心身が古い衰えた状態」のことで、健康から要介護へ移行する中間の段階とされています。具体的には、加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を指しています。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。

いますぐ「フレイルチェック」を（該当する回答をまるで囲ってみましょう。）

11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
何よりもまず、もの忘れが気になる。	自分が活気にあふれていると思う。	1日1回以上は、誰かと一緒に食事している。	昨年と比べて外出の回数が減っている。	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速いと思う。	日常生活において、歩行または同等の身体活動を1日1時間以上している。	週2回以上、1年以上している。	1回30分以上の汗をかく運動を週2回以上、1年以上している。	お茶や汁物でむせることがある。	「さきいか」や「たくあん」くらいの固さの食品を普通に噛み切れる。	野菜料理と主菜(肉や魚を、両方とも毎日2回以上は食べている。	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、健康に気を付けた食事をしている。
いいえ	はい	はい	いいえ	はい	はい	はい	いいえ	はい	はい	はい	
はい	いいえ	いいえ	はい	いいえ	いいえ	いいえ	はい	いいえ	いいえ	いいえ	

こんな方はちょっとご注意を 回答欄の下側の○が多いほど、フレイルの恐れあり。

●目安 3個以上▶前段階の可能性あり 6個以上▶フレイルの可能性あり



昭和の歌は世にこられ 世は歌にこられ

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。
甦る青春のひと時で、ちょっとでもほっこりして頂ければ。

放送 第十参回目 / 昭和16年

森の水車

みどりの森の彼方から 陽気な唄が聞えましよう
あれは水車のまわる音 耳を澄ましてお聞きなさい
コトコトコットン コトコトコットン ファミレド シドレミ ファ
コトコトコットン コトコトコットン 仕事に励みましよう、
コトコトコットン コトコトコットン いつの日か楽しい春がやってくる

雨の降る日も風の夜も 森の水車は休みなく
粉挽き臼の拍子取り 愉快地に唄を続けます

もしもあなたが怠けたり 遊んでいたくなった時
森の水車の歌声を 独り静かにお聞きなさい

作詞：清水みのる 作曲：米山正夫

時は戦争まっただ中、国民は何事も我慢を強いられ、すべての自由を失っていた時代。歌は軍歌しか認められない時代にして、この森の水車は曲調が米英調だということで発禁になります。米英調かどうかはさておき、明るくポップな曲はNGだったんですね。とはいえ“仕事に励みましよう”“雨の降る日も風の夜も”“もしもあなたが怠けたり”って、詩が強烈ですねえ。休まず働き続けよ、と月月火水木金金と同じだな、と感じます。曲が米英調で詩は軍歌、とは言い過ぎでしょうか？

youtube では若くて美しい高峰秀子さんの初々しい歌声が聴けます。
楽しい曲調なのに胸が締め付けられる感じはなぜでしょうか？

ぜひ、YOU TUBE で・・・

森の水車 高峰秀子

検索

この年の出来事 かいつまみ

- 1月 東京の公園で麦栽培
- 4月 6都市で米の配給制度
- 6月 とかげは頭を取って焼く、などの「備荒動植物」の注意喚起
- 9月 のらくろ、急遽連載終了
平和主義的思想有り、と軍部から指摘



「人生700年時代を楽しむ」

× 「地域デビュー」

みんなの地域デビュー川柳コンテストから

埼玉県では社会全体で地域デビューを応援する気運を盛り上げるため、アクティブシニアの地域デビューなどをテーマとした川柳コンテストを開催。さあどんな作品が選ばれたの？



最優秀賞 ★★★★★

見ず知らず 今では笑顔
数知れず

優秀賞 ★★★

照れ隠し デビューの理由は
ボケ防止

優秀賞 ★★★

地域デビュー
「今さら」いいえ、「今だから。」

K&K 缶つま

缶詰は安くて保存食!?!というイメージはもう古い!
お酒のアテはスーパーの総菜より「缶つま」!!

「缶つま」3つの誓い



素材を選び抜く



製法でひき出す



アレンジは独創的に

トップバターはビールに合うと
ヒット中の2缶詰



お値段と缶つまを使ったレシピはHPで。

あなたの「地域デビュー」は、どんなイメージ？

「弘法は筆を選ばず」

それは天才だから

収納は収納ツール次第かモ

一般人は道具を選ばないと、なんでモスムーズには…

3ステップで選んで設置できるコンパクト収納

生活動線上の壁に取り付けることで、必要なモノを必要な場所にしまえるコンパクト収納をご紹介します。

RURUBO

ルルボ

選べる：RU
×
並べる：RU
×
ボックス：BOX

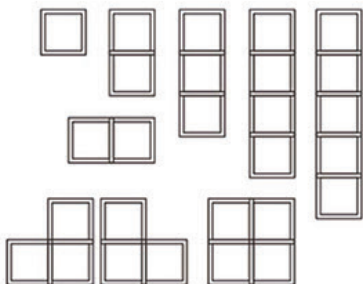


さあ、まずイメージを浮かべて、次の順序でプランニングしてみましょう。

- ①ボックスの種類(9種類)
- ②背板の色柄(7種類)
- ③オプション(7種類)

この3つを
選択するだけの
3ステップで完成。

①ボックスの種類



②背板の色柄



③オプション

- ・ポイボックス
- ・ミニポイ
- ・ポイカケ
- ・木製扉
- ・ホワイトボード扉
- ・フラットバー
- ・可動棚

設置も面倒なし！

壁埋め込み、壁付けのいずれでも設置可能な製品で、ボックスは完成品で納入されるので、施工に手間がかかりません。

さらに、設置場所や用途に特化した専用ボックスも用意されています。



▲ポイボックス



▲ミニポイ



▲ポイカケ

詳しくは永大産業

暮らしを彩るコンパクト収納「RURUBO(ルルボ)」で

検索



▼お問い合わせは・・・

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ
アービック建設

〒272-0034 千葉県市川市市川1-23-9 4F

アービック建設 リフォーム 検索

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。