

ひまわり

Vol.130

編集 中村建設
四日市市小古管一丁目
隔月発行

小狐

勝 承夫 作詞
ドイツ 民謡

♩=100
mf

2/4 1 2 3 4 | 5 0 5 0 | 6 4 i 6 | 5 0 |

こぎつね コン コン やまの な か

mp

6 4 i 6 | 5 0 | 5 4 4 4 | 4 3 3 3 | 3 2 3 2 |

やまの な か くさのみ つぶして おけしう

mp

1 3 5 | 5 4 4 4 | 4 3 3 3 | 3 2 2 3 | 1 0 ||

したり もみじの かんざし つげのくし

1 小狐コンコン 山の中山の中

草の実つぶして お化粧したり
もみじのかんざし つげのくし

2 小狐コンコン 冬の山冬の山

枯葉の着物じゃ ぬうにもぬえず
きれいな模様の 花もなし

3 小狐コンコン 穴の中穴の中

大きなしっぽは 邪魔にはなるし
こくびをかしげて 考える

昭和二十二年 三年生の音楽



今年も短い秋、おえぬで、さうしうか？

北風が一晩中、雨戸を叩いて吹き、
樹々を裸に追いやった。葉っぱは、
空一杯に吹き上げられた。

冬へのオー楽章である。小鳥が
風に乗せられ流れて行く。

イチョウの葉が黄色、絨毯の様に
敷きつめられ、時折鼻をうつつ悪臭が
つづれた銀杏から発生する。

この冬前になると、モミチハセ・ウルシ
の真赤な紅葉が灰褐色の木立を背景
して、晩秋の山々を彩る。

やがて山全体が銀茶の冬景色と
なり、冬の眼りに入る。

渡鳥の一群がゴマをまわす様に

糸の方へと消えて行った。

社長のひとり言

令和元年10月19日記

（食べ物に感謝）

台風一過、ようやく秋らしい季節になりました。台風で被災された方には、心よりお見舞い申し上げます。

昔の諺に災害は忘れた頃にやってくる、と云う言葉がありますが、昨今はその言葉を返すしなればなりません。ところで今年も新米が収穫される時期になりました。毎年

新嘗祭が宮中祭祀のひとつとして、11月23日に天皇が五穀の新穀を天神地祇に供え、又自らもこれと食し

その年の収穫を感謝する祭典です。

宮中恒例の祭典の中でも最も

重要なもので天皇陛下自らも栽培

された新穀もお供えに用いられます。

又、伊勢神宮には天照大神(内宮)と

豊受大神(外宮)があることは皆様も

よくご存知のことと思います。昔から

日本人は特に食べ物として穀物を大切

にして来た民族です。最近では食事も

洋食と好む人達も増えパン食も

多く、お米とあまり食べない人達もいます。

食べ物の多様性が広がることは良事です

ではあります。ただ食べ物に対する

心構えと持つきが必ずしもいいかと

思います。食べ物は多くの人の働きに

よって作り出されている事と忘れ

がちに行っているのではないだろうか？

食べ物があって当たり前。又想えに

換ってはいないでしょうか？

食する時に先ず、「いただきます」

食べ終った後は、「ごちそうさまでした」

と感謝の気持ちで挨拶をして

食卓に向かうことを習慣づけ

することが、食べ物が私達の生命

の元であることと思い出させる言葉

だと思います。その様な感謝の

気持ちが大変重要と失くす一つの

平立てになるのではないかと思

うのです。



暮らしの雑学

台所辺りの汚れ

- あなたはもうされてますか？
- ステンレスのトレイやポット、又銅の鍋がくもったら、レモンの切り口に塩とつけて磨くと元の艶が取り戻せます。
- ガス台 クリーム状のクレンジーをお使いの方、塩と酢を加えスポンジで磨くとしつこい汚れもきれいに。
- 鍋のフタの溝は使った古しの歯ブラシに洗剤をつけて洗えばいい。
- 網じゃくし 揚げ物カスとすくう網じゃくしは、ガスの炎に炙りつけてカスと燻やし(中火以下の炎で)

その後でもう一度洗剤につけてクワシてこすると汚れが完全に除けます。

・食器棚 隅や奥の方は乾くのに時間がかかるので、ヘアードライヤーの熱風で、流し下や調味料のストック棚も同様に。

(ミニ菜園)

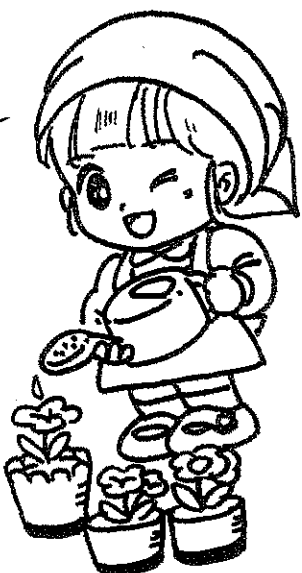
- 育てる楽しみはいろいろのこと、新鮮なものやすぐ食卓に出せる便利さがありますよ。
- ・ニワ菜 荒いスポンジの上に種とまき、水栽培で育てます。
- ・豆モヤシ 水栽培用の荒いネットの上に種とまき、ひたひたに水を入れて育てます。
- ・カイワレ菜 水栽培で育て、容器のまなこで食べる。

・アルファードヤシ 水栽培用のネットに種とまき、5〜6センチに伸びたら、食べ頃。そのまま、醤油や塩をかけて新鮮な香りと味わって！

・芽ゼリ 池などに自生している芽ゼリを、つんで、水に差して保存。少々威種っぽいですが、刺身の青みや、ウレソの薬りとして肉料理にそえておくといい。

・長ネギ 苗さん買っておられる事と思いますが、根っこが切れておけば、年中利用可。ですよ。

感謝



上吉オ十代
Xモスビモジ

居は氣を移す

人が生活するうえで

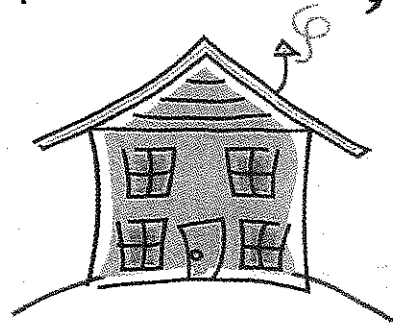
欠かせない基本的なもの…
それは「衣」「食」「住」といわれます。

なかでも、私たちが寝て、起きて、食事をする
「住まい」は、最も長い時間を過ごす大切な場所
です。

私たちの心とからだは、「住まい」の生活環境に
よって、さまざまに変化していきます。

住まいの環境作用は目に見えないため、だれも
あまり気にしません。しかし、住まいの環境は、
家族の心やからだに影響を与え、よくも悪くも
家族の人格形成にかかわりを持ちます。

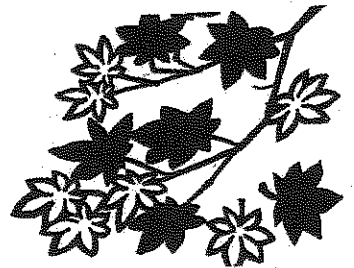
「居は氣を移す」という孟子の名言は、家族の
性格（気持ち）が、「住まい」によって変化すること
を表現したことはです。



NPO法人幸せな家庭環境をつくる会



気付きの場



家族と住まいと環境の 勉強会

ホーミー四日市教室

開催してます

幸せをもたらす住まいづくりの勉強会

(三重)ホーミー四日市教室



NPO全国組織 内閣府認定NPO
幸せな家庭環境をつくる会 三重支部
ホームスタディグループ (HSG)

〒510-0388 三重県四日市市小宮首1丁目1番7号
TEL (059) 345-7726 FAX (059) 345-0745

開講日時： 随時受付・予約制
ご希望の方は事前にご予約下さい。

～幸せを生む住まい～

住宅環境研究グループ四日市教室

会 場： 中村建設株式会社
事務所内四日市教室