

賢くリッチに生きる女性の情報紙

みゆ〜ず



月刊みゆ〜ず暮らしの情報のバックナンバーはホームページでご覧になれます。

明るい インドア人間 〜エミの日記〜



働く女性紹介 編その36

「手づくり焼き菓子の店 のんのん
甲木 紀子さん」

のんのん
八女市大籠249-1
TEL(0943)22-2760
営業時間 10:00~19:00 /不定休

「遠くから来てくださるお客様や、お帰りの際に寄ってくださるお客様のことなどを思うと、お店を開めることができないんです。」冠婚葬祭などで、ごくたまにお店を開めることがあります。そんな時でも、お店に足を運んでくださるお客様のことが気になって気になって仕方がない、という紀子さん。この6月でお店を始めて丸6年を迎えますが、開店以来、材料の仕入れ、製造、接客、すべてを一人でこなします。お店のオープン、朝から夕方までずっと稼働しています。

かわいい山小屋を想わせるログハウス風の店内には、クッキーが常時15種類ほどの他、マドレーヌ、シュークリーム、チーズケーキ、クレープ、プリン、ロールケーキなどが並んでいます。中でも、クッキーは全種100円(1袋に2コ~4コ入り)。サクサクとした軽い歯触りと、口の中でふんわり優しく広がる手づくりならではの丁寧な甘みが、なんとも言えないおいしさ。思わず、あれもこれもいろんな種類を次々に食べたくなります。

「簡単なものでいいから、おうちでお菓子を作ってほしいですね。」紀子さんは、自分が小さかった頃、お母さんとお菓子作りをして楽しかったことを思い出します。そんな楽しいお菓子作りの時間を、周囲の人にも親子で過ごしてほしいと思っています。

趣味は、和太鼓。民舞と和太鼓の会「てんで鼓」のメンバーとして、お祭りに参加したり、小学校に太鼓の指導に行ったりと幅広く活動中。一方では、「活字中毒」というぐらいの読書好き。時間を見つけては、月に20冊ぐらい読んでいます。

お店によく買いに来てくれる子供たちが、大人になった時に「あのお店にずっと通ってたなあ。」と思い出してもらえるような店でありたいと、今日も元気いっぱいがんばっています。

(大坪 エミ)

【のんのんからのお知らせ】6月12日、13日、14日の3日間、「6周年記念セール」を開催。全品20%オフ!! 皆様のお越しをお待ちしております。

ダリントコトの 子育て日記

親バカの悩み

息子が小学校を卒業する時、担任の先生から「息子さんは人に流されない強いところがある」と言われた。私は心の中で「やった!」と、ガッツポーズをした。なぜなら、私は常に子供に言い続けてきたことがあるのだ。「人と同じじゃない。逆になんか違うことをした方がいい時だってあるよ。人は人、自分は自分よ」と……。人と同じような絵を真似て描いたり、人に同意ばかりをしたり、自分の個性、意見を持たない人間にはしたくないという思いが私の中にずっとあったのだ。出る杭は打たれ、人と同じことをするのが美德とする日本人の雰囲気も好きではなく、現にニュースなどでアメリカの子どもはマイクを向けられてもきちんと自分の意見が言えるのが羨ましかった。男の子でもピアノを習いたかったら習えればいいし、女の子でも相撲大会に出たかったら出ればいいと、昔ながらの周囲の目をかまうことなく育ててきた。

ところが、息子が中学に入り、私は今少し戸惑っている。これまで私が息子に言ってきたことと正反対のことを強いらなければならない。人と同じにすること……。白と決まっていた通学靴。履きなれた靴がないと息子が履いていった靴は、ややクリム色がかったと先生から却下された。そこまでは仕方ないが、下着の胸のところに英語の文字があるからと、持っていた下着は全部真っ白に買い換えさせられた。下着までの規則があるとは聞いていない。また、髪の毛は、「太陽に当たると赤い部分があるから染めていないか?」と、疑われ、当然本人は染めていないと言ったが、「次に検査した時に黒かったら嘘ついたことになるぞ」と言われた。女の子は前髪をピンで上げるとも許されなかった。どの子も同じように前髪を下ろし、下は二つ結びだ。

小学校の頃は、炎天下ではいつも帽子をかぶっていた息子。中学の制服には帽子はない。体育の授業ですらかぶらない。これだけ服装にうるさいのなら、頭を守る帽子の大事な意味を子ども達に呼びかけてもいいのではなにかと先生に質問した。返事は即答「言っても誰もかぶらないですよ」と笑われた。紫外線の影響や熱中症がこれだけ騒がれる時代、見た目ばかりを重要視した服装規則なんだなとがっかりした。通りがかり体育の時間を見学すると、全員が規則正しい間隔で整列して片足両腕を上げて何分も立たされていた。きつくて泣き出す子もいたが、その子の班はさらに延長される。まるで軍隊のようだぞーとした。そんなのだ。爪の先から足の先まで全て全員が同じ格好をして良しとされる教育。それが現在の中学校の教育だったんだと改めて感じた。臨機応変はなく、与えられた服装をし、与えられた格好での我慢を学ぶ体育の授業。自分の意思を表す気持ちも摘まれていかならうかと心配になる。厳しくしなければちよつとでも目立とうと服装を乱したり規則を守らない子が出てくるから……。学校の理由は聞かなくてもわかる。規則や服装を守らねばならないのも最悪だ。しかし、あまりにも細か過ぎる縛りに親の方が戸惑ってしまった。次第に子ども達は細かいところまで人と同じにすることに安心感を得るようになってはしないか。人と違えることを悪とする雰囲気、人と同じ無難さが良しという価値観、それらを持たされて大人になっていくのではないかと怖くなる。見た目や考えが皆と違う人に対する差別の目はそうしてできてるものだ。そして、やっぱり出る杭は打たれ、人と同じことをするのが美德とされる日本人になつていくのだろうか。親バカかもしれないが不安を感じずにはいられない。人はそれぞれ違っていることを認め合う教育も行なわれていると信じたい。(志穂)福岡市

アロマテラピー

5月に入り、初夏のような陽気の日も増えてきました。紫外線の影響もますます受けやすくなり、気をつけていたつもりでも知らず知らずのうちに日焼けをしてしまった・・・ということもあると思います。日焼けで肌の色が濃くなるのは、表皮にあるメラニン色素が紫外線を吸収してくれるためであり、そういう意味ではお肌の防衛システムということになります。

しかし長時間となると、紫外線は表皮を通り抜け真皮にまで届き炎症を起こします。さらにそれがシミやしわ、たるみへとつながってしまうのです。日焼けはお肌にとって相当なダメージとなります。出来るだけ早くお手入れしてあげましょう。日焼けしたお肌に必要なことは、お肌の鎮静、炎症や痒みなどのケア、そして保湿をすることです。

そんなお手入れの時、もっともお勧めの精油はラベンダーになります。日焼けでほてったり、赤くなったりしている症状は軽い火傷のようなものですが、ラベンダーはもともと軽い火傷のケアにも使えることで有名な精油です。鎮静効果に優れているので、ほてったお肌のケアに最適です。ラベンダーの精油を使った手作りローションやラベンダーウォーター(芳香蒸留水)をたっぷりをお肌につけてあげましょう。しっかりと浸透するように丁寧にパティングしてください。(ローションはあらかじめ冷蔵庫で冷やしておく、ひんやりとして気持ちがいい

ですよ。)ローションをたっぷり含ませたコットンでパックしたり、ラベンダーで香り付けした冷たいお絞りを ほてった部分にのせておくのもいいでしょう。もちろん顔だけでなくボディ全体にも使えます。ボディに関しては、日焼けがひどくてお風呂に入るのも触るのもつらい・・・という場合はローションにペパーミントをブレンドするのもお勧めです。(こういう場合はスプレー程度にしましょう。)ペパーミントには冷却作用がありますので、ひんやり感がアップし、クールダウンのお手伝いしてくれます。もちろんこれらの精油を使って、ぬるめのアロマバスにするのもいいでしょう。ちよつと・・・というかなんか贅沢ですが、ローズのアロマバスも大変効果があります。ローズには冷却作用と保湿作用があります。

日焼けの赤みが落ち着いたあとは肌は大変乾燥しやすい状態になりますので炎症が落ち着いてきたら、しっかりと保湿対策を行いましょう。乾燥したお肌は外部からの影響をとっても受けやすく、いろいろなトラブルや老化を招く原因となってしまいます。ストレスの影響もかなり大きいといわれていますので、好きな香りを取り入れ、リラックスすることも忘れないようにしてください。

ところで今回ご紹介したラベンダーは、アロマテラピーの世界ではもっとも有名な香りのひとつであり、オールマイティといわれるほどたくさんの効果があります。リラックス効果が高いことから、安

眠効果や癒し効果はもちろん、緊張をほぐしたり、ストレスを緩和する効果も期待できます。また、炎症や痛みを緩和する効果、皮膚組織の再生を促進する効果や免疫系を活性化する効果などもあるといわれています。

このため、打撲や筋肉痛、ちょっとした擦り傷や切り傷、火傷、虫刺されなどの応急処置として使うことも可能です。

常備精油としてお勧めの1本です。(手作り軟膏に加えたり、トリートメントなどで使えます。)ただし、こういった効果を発揮するのは100%天然の真正ラベンダーという種類になります。必ずアロマテラピー商品の専門店での購入するようにしましょう。

また、精油を使ってお肌に塗布するケアを行うときは使用上の注意や濃度をきちんと守るようにしてください。

LICフレグランススクール
心香る教室“Litsea~心身に太陽の輝きを~”
認定講師 牧坂久美子
☎:090-2714-9172
e-mail: nk_makisaka@sunny.ocn.ne.jp

*受講生は随時募集中です!
どうぞお気軽にお問い合わせください。
アロマ商品やハーブティーに関するお問い合わせもお待ちいたしております。

「合理的配慮」って？
 ことがありますか？
 国連の障害者権利条約の中に「合理的配慮」という言葉があります。その定義は非常に難しい言葉で書かれており、どのようなことを、どのように定義されているのか分かりづらいと感じる人も多いと思います。しかし読み解いていくと、本当は私たちの生活も、この「合理的配慮」の中で営まれているのです。
 例えば、私たちが2階に上がるとき、はしごや階段やエスカレーター、エレベーター…利便性に差があっても何らかのものを使得て上がります。高いビルによじ登るようなことはしません。同じように、エレベーターがあるから車椅子や杖を利用して上る人も、2階に上ることができないのです。こう考えると決して特別なことではなく、私たちにしても住みやすい、過ごしやすい社会にするための「配慮」は、なくてはならないものだと感じます。
 「合理的配慮」＝「誰もが住みやすい社会作り」と捉えてみませんか？(恵)

障害福祉なんでも相談室「ちくたくネット」
 ☎ 0942-52-6699
 ☎・FAX 0942-52-6764
 ✉ chikutaku-net@tune.ocn.ne.jp

Say what?

伊之坂ミキ



4月21日には長男、快が6才になりました。昨日のように病院から連れて帰ってきた…のに、来年の4月から1年生となっていきます。住んでいる校区からいけば八幡小学校に行くことになります。だけど、八女市では小学校を自由に選ぶことができるか、ご存じですか？教育委員会からいわせれば「6年間の決め事」になります。決めてから又自由にかえることができないので9校から慎重に決意につくことです。

校区外に通わせるのが特典あるのでしょうか？不利なところは？保護者に、子供に？(例:毎日、学校まで送らなければならない。近所の友づくり)今月から5ヶ月をかけて、八女市の9小学校について調べて、自分の感じたことを報告したいと思います。教育委員会、先生、実際に校区外に通わせている親などをインタビューして、9月ごろに快の小学校を決めたいと思います。(この報告があくまでも自分のためであって、ご了承して下さい。もし校区外に通わせようと思っている方がいらっしゃるなら、ぜひ自分の目で小学校を見て、調べて、自分のお子さんに合った学校を選んで下さい)

さあ〜どこから調べればいいのでしょうか。アメリカの小学校といえば、職員の入れ代わりシステムがありません。けど日本はあるのでスタッフを見て、学校を選ぶことができません。それより5点について熟考します。

- ①距離・登校時間②校舎③体育館・プール④コンピュータ室⑤学級数・クラスサイズ
- 9月の終りまで頑張ってお調べ、よい決断にしたいと思います。6年間の決断になるので真剣に考えていきます。来月、2つの小学校を見て、教長先生、教頭先生の話聞いて、伝えたいと思います。お見逃しなく！

子ども料金は、なんと1,000円!ファミリーのご旅行も大変おトク!
ゲキ★ヤス 土日乗り放題きっぷ
 全九州! 全路線! 乗り放題
 JR九州の「普通列車(快速列車を含む)・特急列車・九州新幹線の自由席」が、土日2日間乗り放題!

ご利用日 **5/9** ▶ **7/12** 発売期間 **4/20** ▶ **7/10**
 の連続する土日2日間 (ご利用日の前日金曜日まで発売)
 おとな **10,000円** 子ども **1,000円**
 おねだん 子ども=小学生
 JR九州 旅情報
 ご予約・お問い合わせは 羽犬塚駅まで TEL0942-52-5090

募集 「食べもの大切運動」の一環として、「ああ、もったいない! 捨てないで! 食べものを大切にしよう川柳」を募集します。この川柳募集は08年に引き続き、2回目です。去年は料亭吉兆の料理使い回し事件があったため、吉兆ネタが目立ちました。また、大食いをおもしろおかしく放送するテレビ番組への批判も多く寄せられました。さらに、この川柳を作ることを食育の機会としてとらえ、クラス全員で応募してきた小中学校もありました。今年も笑いのうちに、「食べものを大切にしよう」という思いが伝わる川柳のご応募をお待ちしています。

第1回(08年)の入賞作より

日付より 三段腹 食料も 期限切れ 10個入り	信頼できる もったいないの 国技も低い パパの胃腸で だいたい3つ	妻の鼻 積み重ね 自給率 試しちゃお 腐らせる	さごじょう(25) ルルベル(30) 海光庵(59) 堀口公子(65) ぷーたん(35)	愛知県 川崎市 藤沢市 埼玉県 福岡市
-------------------------	-----------------------------------	-------------------------	--	---------------------

- 賞品**
- 入賞 10点 ベターホーム鍋(9500円)
 - 佳作 10点 『大切な食べものを無駄にしない本 疑問すっきり食品保存マニュアル』(ベターホーム出版局 840円)



応募締切 2009年7月10日(金)消印有効
応募方法 はがきまたはインターネットでご応募ください。
 ●はがきで 必要事項をお書きの上、以下の住所にお送りください。何作品でもご応募いただけますが、はがき1枚に1作品をお書きください。
 〒810-0001 福岡市中央区天神 2-13-17-3階 (財)ベターホーム協会「食べものを大切にしよう川柳」係
 ・応募作品の解説やエピソードなどもお書きそえてください。
 ・氏名、フリガナ、ペンネーム(入選作はペンネームで発表しますので、必ず書いてください)、年齢、郵便番号、住所、電話番号
 ●インターネットで <http://www.betterhome.jp/taisetsu/senryu/index.php>

※作品は未発表のものに限ります。
 ※作品の著作権はすべて(財)ベターホーム協会に帰属します。

日本の美を代表する総合美術展
第40回 日展 福岡会場
6月27日—7月20日
福岡市美術館
 ペア10組様へ入場券プレゼント
 ご希望の方はハガキで東兄弟印刷所迄ご応募ください。応募多数の場合は抽選によります。チケットの発送をもって発表とします。6月10日締切。

お知らせ
第2回 西短文化講演会
 こうだ よしふみ
講師 香田 誉士史 氏
演題 「夢を追い続けて」
とき 6月20日(土) 午前10時30分より
会場 西日本短期大附属高校「記念館」
入場無料



高校創立と同時に創部されたものの、長く低迷が続く野球部の監督として24歳で就任。ジャージ姿で練習する弱小チームの部員たちに、「北のチャレンジャー」精神を説き続け、就任2年で南北海道大会に進出。雪に閉ざされた冬でもブルドーザーで除雪し、マイナス15度でこぼこに凍ったグラウンドでノックを続けたという。そして就任からちょうど10年目の夏に全国制覇。翌年決勝戦では2年生右腕・田中将大(楽天)の救援によって京都外大西高を振り切って全国連覇の偉業を成し遂げた。誰もが想像もしなかった快挙を成し遂げるまでのドラマを語って頂き、夢を追い続けたその執念を追体験してみたい。

-プロフィール-
 佐賀商業高校から駒澤大学に進学。佐賀商業高校の野球部コーチとして夏の大会において全国制覇を経験。
 1994年24歳の時、北海道駒大苫小牧高校野球部監督に就任。
 2003年夏の甲子園初出場。
 2004年北海道勢として初めての夏の甲子園全国制覇。
 2005年57年ぶりに夏の甲子園全国連覇。

主催:西日本短期大学附属高校 問い合わせ:23-5662