



- 無料配布
- 北五葉台
 - 南星和影町
 - 君鳴子
 - ひよどり台南町
 - 鈴蘭台
 - 小倉台
 - 広陵
 - 筑紫が丘

発行所 (株)トムコ 西鈴蘭台店
〒651-1132 神戸市北区南五葉1-6 ☎0120-86-1870
発行人 松浦洋子・小原由美・国松恭子 (リビングパートナー)
<http://www.tomuko.co.jp>



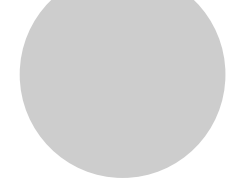
常務取締役
土谷 三朗

東日本震災の甚大な被害に言葉
を失っています。が、西日本にいる
私達の頑張りや復興に繋がるとを
信じ、日々邁進していかねければと
思います。震災で亡くなられた方
のご冥福をお祈りすると共に、被災さ
れた方が一日も早く通常の生活に戻
れることを切に願っております。
さて、私は4月1日より常務取締
役としての職務に専念することとな
り、当店の新たな店長には三木西神
店店長の山崎が配属されることにな
りました。これまでこの紙面に公私
の思いを綴ってきましたが、次号か
らは山崎店長にバトンを渡します。
彼もまた新店舗での意気込みや、
古巣に戻った感想などに加え、プラ
イベートの顔もお話し語ってくださ
ると思います。今後ともご愛顧のほ
ど宜しくお願い申し上げます。



ハーブの会 ミントママンのみなさん

わいわい



八多グリーンヴィレッジのログハウス
にはミントパズルローズマリー...の爽や
かな香りが漂っている。年に4回ハ
ーブコーディネーターの松尾あや子先生
を招いて、料理・クラフト・効能を楽しみ
ながらハーブの育て方や効能などを
学んでいるミントママンの皆さん。

今日のテーマは、美しくなるハーブ
料理——「育てて眺めるだけでなく
活用してこそハーブの奥深い魅力が
わかるんです」先生の話を聞きなが
ら手際よく調理が進められていく。
タラゴンビネガーやタイムで和えた
ハーブ寿司にはエディブルフラワーを
散りばめ華やかに。ハーブが隠し味
となったサラダやケーキなど春のこ
馳走がアツという間に出来上がる。
「わぁお洒落！」歓声と共にランチタ
イムの始まり。「先生のセンスにはい
つも驚かされるね」と話しながら皆で
囲むテーブルには10歳若返るという秘
密の飲み物が。「ローズヒップやハイビス
カスが効くんだって」「毎日飲むと歳
がなくなるかも...」などなど話の種
は尽きない様だ。

暮らしにハーブを取り入れて潤い
のある生活を楽しまれているミント
ママンの皆さん。目にも鮮やかな緑
が芽吹くこれからの季節、彼女達の
表情もさらに輝きを増す事でしょう。
☆興味のある方は5211256 村瀬さん迄

ちよと いいお店

La Dolce Vita

ラ ドルチェ ヴィータ

住所：神戸市中央区琴ノ緒町4-6-2-104
TEL：078-597-7547
営業時間：11:30～22:00 (L.O. 21:00)
定休日：不定休
HP：http://www.dolce-vita.in/



三宮駅から徒歩5分、賑やかな街
並みをすり抜けた角に佇むイタリアン
カフェ La Dolce Vita。イタリアン・
フレンチの修業を積んだシェフ西岡祐
美恵さんが一人で店を切り盛りし、
自慢の料理やスイーツを提供してい
る。店内で不定期に開催される料理
教室も評判だ。
子供の頃から美味しく食べること
に興味を持っていたという西岡シェフ
のお料理は、「ひと口食べれば彼
女の美味しさの方程式が見えてくる。
定評のあるパスタは味も固さも絶妙
な感じ加減。バリエーション豊富なオ
リジナルカレーはスパイスやハーブを熟
知した彼女ならではの一品。「食べ物
で人の体は変わります」という言葉通
り、どのメニューもカロリーを抑え季
節の野菜がふんだんに取り入れられ
ている。大麦若葉のロールケーキを始め
デザートリストには美容と健康に敏感な



女性の心をくすぐるスイーツが並ぶ。
お料理教室では初心者からベテラ
ンまで、和洋中・エスニック・ケーキ・
和菓子...どんな要望にも応えてくれ
る。「家庭で役立つプロの技を教える
もらったり、シェフの料理に対する
誇りやこだわりまで目の当たりに出
来るのが嬉しいわ」と生徒さん(詳細はHPで
シンプルでありながら温もりのあ
る店内はイタリアの下町に点在する
パルを思わせる。買い物や仕事帰
りにほっと息するのにはもってこ
いの場所だ。オーブンからまなまな
の間、訪れる人のわがままな胃袋を
満たしてくれる La Dolce Vita。
気軽にドアを開けてみてはいかが!

※料理教室開催時はカフェがお休みの為
ご来店の際はお電話で確認して下さい。
●パスタ・リゾット 850円 ●カレー 950円
●ランチ 750円

この人にスポット



ひよどり台2丁目 藤原 マサ子さん

裏千家の師範として60年間歩み続
けて来た藤原マサ子さん。「日々向上
し、それを喜ぶ事が大事」彼女は茶
道のみならず歴史や古典、芸術など
幅広いジャンルの事柄について言葉巧
みにレクチャーする才能の持ち主で、
お弟子さん達はお稽古クラスの実
りあるひとときを心待ちにしている。
いつしか「お茶を、藤原大学」と呼
ばれるようになったそう。
人間の不安は科学の発展からくる(漱石)
彼女は明治の文豪の言葉を引用して
今まさに直面している現実を案じる。
「文明の利器がもたらすものはプラス
の作用だけではないんですよ」と。
指一本で何でも用を足す若い世代
に向けては、「神様が与えてくれた10
本の指を存分に使えば人生がもっと
素敵になりますよ」とさりりと諭す。
しのぶれど色に出にけりわが恋は、もの
や思ふと人の問ふまで(平兼盛)「シック
レットラブは今も昔も変わらないわね」

大胆かつ切れのいいコメントにひと
笑い。現代人といにしへの歌人との
距離が一気に縮まる。
ユーモアとウィットに富んだ話術は
政治家や咄家をも凌ぐほど。流行語
や外来語を自在に操り、聞き手をぐ
いぐい引き込んでいく。藤原流の講
議は「世界一受けたい授業」と言っても
過言ではない。
源氏物語を始め、漱石や子規、啄
木を読み耽っていた文学少女は、長い
道程をたどった今も変わらず活字
漬けの日々を送る。「ピンセットで口
入れたくなるほど活字が好きです」
彼女の柔軟な思考や発想の根底に
は溢れんばかりの言葉の泉がある。
「本物を持つて！」—遠い昔父親
が残したこの言葉に彼女はいつも背
を押されて来たのだろうか。茶筌や
帛紗を優雅に捌く美しい形も、長い
歲月の中で培ってきた豊富な知識も
みんな、本物のほんものだ。

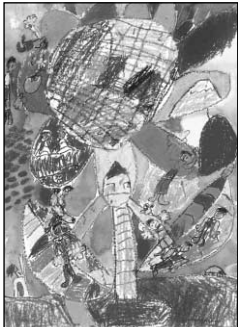
読者の作品

コーナー



柿原 集斗くん
(星和台小3年生)

おいしいもほった!!
おいしいよ!



岸本 泰成くん
(星和台小3年生)

大きなヒマワリの下に小さなキラリ
がいてとても賑やかな絵ですね
—母より—

半分以上書いていた原稿を没にし、急遽書く内容を変更した。東北沖大地震が起った。地震のことが頭から離れず、他のことを考えられない。地震発生を知ったのは当日五時半頃であった。携帯が鳴ったのは、出ると韓国から来た。先生、大丈夫ですか？と慌てた声でいきなり尋ねられた。「何が？」とぼけた声を出した。「地震です。何が？」とぼけた声を出した。「地震です。何が？」とぼけた声を出した。...

えられない。ずつと頭の中で、津波の音と悲痛な叫びが渦巻いていて、離れない。離れたと思うと、原子力発電のことが気になった。だから反対したのにと、とずつとつぶやき続けている。日常を続けていくのに、先ほど何をしたのかが意識になく時間が過ぎていく。

ごめんなさい。書けない。今は勘弁してください。

ただ一つテレビのチャンネルをめぐり、スターやコメンテーターのことだ。災害対策の人たちが、原発の関係者たちに対応を批判する人がいる。遅い、こうして対応を批判する人がいる。後からなら誰でも言える。当事者たちは恐らく不眠不休でやっておられるだろう。思いやりが欲しいと感じている。

(児童文学者 岸本進一)

のぼらからのたより

まじごさ (さといも科)

山道や林下などに生ずる。花は白く、葉は長卵形で、葉の裏面に赤い斑がある。

← 仏炎苞 といふ

← 棒状の何層物

← 赤い実になる

← この部分は偽茎といって実は葉鞘なのです。つり葉のさや。

実物大 40cm位の草丈の上部

これは小型で平均的には60cm位ある

Nozomi Hamaguchi

ラディッシュイベント		講習時間 10時~1時頃 お申し込みは 591-1871 (株) トムコ迄		ラディッシュ会員とは 入会金500円・2年間有効・特典あり どなたでもお気軽にご入会下さい。 ・講座のキャンセルは2日前迄に・お申し込み者が多数の場合は抽選・お申し込み者が3名以下の場合は中止。				
ラディッシュギャラリー 5/16月~6/10金 はじめましてのカルトナージュ アトリエリリーズレイ 川本小百合さん 6/11土~7/10日 しずく 陶房はなみずき 加藤美和子さん	26木 20金 会員のみ当日入会可 ラディッシュ500円講習 岡山 董さん ジンジャークリーム ジンジャークッキー	25水 19木 1800円 ラディッシュ500円講習 フラワーアレンジメント マルベロ神戸 大久保まゆみさん 多肉植物の寄せ植え 詳細は左のページを	31火 12木 会員1600円 一般1800円 初夏を彩るイタリアン トマトのムース カンパネ パンプキンスープ 鱈のポアレ 鯉のカルパッチョ パスタカルボナーラ ティラミス	18水 12木 1000円 はる先生の季節料理 水嶋晴代さん 筆の持ち方から指導します 詳細は左のページを	17火 13金 1000円 New! かな書道 兵庫県書道家 日高恵舟さん 協会運営理事	16月 13金 宇都宮の場合23日 500円 春の野山歩き のぼらからのたよりの作者と 緑濃き山田道志を歩きましょう 詳細は左のページを	20金 13金 1000円 パッチワーク キルトサークルラディッシュ石井妙子さん パターン	
バスツアー 28火 4000円 世界文化遺産 仁和寺 パナンニックリビング ショールーム大阪見学会	28火 24金 1000円 かな書道 兵庫県書道家 日高恵舟さん 協会運営理事	15水 8木 会員1600円 一般1800円 水無月会席 鯛の青葉造り 水無月しんじょう 鶏とキャンドルのごま酢あえ 甘鯛のサラダ焼 新じゃがのそば煮 香味ご飯・辛子なす あじさい(和菓子)	14火 8木 1500円 はる先生の季節料理 水嶋晴代さん 鯛の青葉造り 水無月しんじょう 鶏とキャンドルのごま酢あえ 甘鯛のサラダ焼 新じゃがのそば煮 香味ご飯・辛子なす あじさい(和菓子)	17金 10金 1500円 パッチワーク キルトサークルラディッシュ石井妙子さん ソーイングツール	8水 3金 1300円 素敵にアンチエイジング 予防医学シンポジウム 真島和子さん 健康カンファレンス お料理&セルフリペアマッサージ 眼精疲労を 取り除きましょう 詳細は左のページを	6月 1木 会員のみ当日入会可 ラディッシュ500円講習 岡山 董さん ライ麦パン ベーグル・サラダ	3金 26木 1000円 ほのぼの一筆写 中尾和子さん 暑中見舞い	2木 26木 1300円 亀山さんのケーキ教室 亀山恭子さん スコーン アーモンドチョコレート

今、私にできること

星和台 堀内 正美さん

阪神淡路大震災の直後からずっとボランティア活動をしている堀内さんは、この度の東日本大震災で被災された方への支援を呼び掛け「タスキ・プロジェクト」を立ち上げました。



タスキのように
思いを繋げて
行きたい!

NPO法人「1.17希望の灯り」の代表者である堀内さんは「がんばろう! 神戸」で育まれた気持ちをタスキに託し、長いスパンで活動が続けて行きたいと語る。

一人でも多くの人に
まごころが伝わりますように!

ささやかなギフトを!

自分と同じ世代、同じサイズの大切な人を思い浮かべ、お手紙(奥紙)を添えて送ろう

愛用の上着やズボン
新品の下着
洗面具などの日用品...

スペースの状況で現在は荷物の受付を一時ストップしているようですが、詳しくは「タスキ・プロジェクト」で検策を!

Dear Friend

志染駅の近くにある空屋の金水は、湯気が光景現象で黄金に輝いて見える秘かなパワースポット(2月13日撮影)

トイシは私のパワースポット
個室の中で神経を集中し、脳に働きかける
と不思議なことに妙案が降りてくる。トイシにはひらめきの神様がいるのかな?



杉尾神社には勝利の神が祀られていると友人に聞いて息子の空手の試合がある時は必ず手を合わせに行きます。パンパニック!

かおり

端午の節句の菖蒲湯は若葉の香りを運ぶ薫風のようにさわやか。お湯につかると気持ちが引き締まる思いがするのは言葉の読みが「勝負」を連想させるからでしょうか。

梅雨の空に刺激的な香りを放つ梔子の花。古くから日本に自生している数少ない樹木の一つなのに万葉集などの古典にはその美しい花も香りも全くといっていいほど詠まれていないのは何故? 「口なし」だけに黙して語らず!



街ですれ違った人の香水にふと懐かしい気持ちになったことはありませんか?

香りには眠っている記憶を呼び戻す力があり、それは嗅覚が脳の記憶を司る部分と直結しているからだそう。「あら、この香りは?」と思う間もなく脳は反応し、過去のシーンを鮮やかに蘇らせる。香りってミラクル!

伽羅・沈香・白檀...
仏教と共に仏来した香

平安時代には貴族達が自分の個性を香りで表現する為に着物に焚きしめ、鎌倉や室町時代は武士の間で精神を集中する道具として定着。江戸時代になってようやく庶民に浸透し円熟期を迎えたという。

嗜むスタイルは時代と共に変化するが心の静寂や癒しへ誘う香の力は不変。

これから香の文化はどんな風に受け継がれていくのでしょうか?

ふるさとのかおり

- 中国映画「故郷の香り」は2003年の東京国際映画祭においてグランプリを受賞。出演した香川照文さんも高い評価を受けた。
- ハナムキヤ(花巻)・モーリオ(盛岡)・セントアート(仙台)・シオモ(塩釜)... 岩手県出身の宮沢賢治がそう呼んだ東北の街に再びふるさとの香りが戻って来ることを切に祈っています。

5/6(月) 春の野山歩き

雨天 → 5/23(月) 緑濃き山田の里
集合 9:30 神戸北町郵便局前(コアデイズ前)
解散 15:00 箕谷駅
持ち物 お弁当・お茶・筆記用具・ゴミ袋・雨具など



田んぼの鏡に雲が映り草花が風に揺れる山田道。花も鳥も虫も、そして私達も待ちわびた季節をいっぱい感じながらのんびりと歩きましょう!

5/7(火) かな書道

慶弔の表書きや年賀状など、筆ですらすら書けたら... と思っている方が多いのでは?! 今月から始まる「かな書道」はそんな方にはもってこいの講座です。講師は4月のアート書でお世話になった日高恵舟先生です。

日々の暮らしの中で筆を使いこなせるよう練習していきましょう。百人一首などを書けるようになれば素敵ですね!

コンサート

第3回三木山マンドリン音楽祭
5月15日(日) 三木山森林公園 音楽ホール
開場 13:00 終演 16:00
詳しくは 583-8230 (村山)

ラベッシュ編集部
新緑のさわやかな香りと音楽に癒されるひとときをどうぞお楽しみ下さいませ。

5/8(水) 素敵にアンチエイジング

目の疲れは老け顔のもと! セルフリンパマッサージを習得し、眼精疲労を解消しましょう!
お料理の内容は...

疲労回復! 鶏むね肉のハムサラダ

免疫力 up! トマトのリゾット

眼精疲労回復 りんごとブルーベリーのHOTデザート

疲労を回復し、しかも活力を高める。アンチエイジングにぴったりのメニューですよ!

5/25(水) ミニグリーンインテリア

暑さ寒さに強い多肉植物は室内を彩るインテリアに最適です。ユニークで多彩な造形の中から5-6種を、遠く陶器に盛り込み、小石で化粧を施します。みずみずしいグリーンは宝石を散りばめたオブジェのよう!

♀ 生花店を営む大久保さんに「花との上手なつき合い方」など、いろいろな話を伺いましょう。

暮らしの中の小さなグリーンは心を癒してくれる大切な存在。父の日のプレゼントにもいいですね。

Thank You Papa!

トムコのリフォーム

株式会社トムコ

- 森田 本店 0120-86-1065
- 西鈴蘭台店 0120-86-1870
- 三木・西神店 0120-86-8766
- 須磨・長田店 0120-78-1065

★随時リフォームの見積りを致しております。
 ・大阪ガス認定工事会社
 ・一般建設許可業者
 ・神戸市給水排水指定工事店

地球&家計に優しい

エコリフォーム

住宅エコポイント期間延長
平成23年12月末まで!!



平成21年にスタートした“住宅エコポイント”制度は昨年秋の改定により、期間が延長され、対象工事も拡充されました。
 (詳しくは住宅エコポイント事務局公式HP参照)

今回はエコポイントの取得対象となる設備や、バリアフリー改修などを積極的に取り入れてエコリフォームを行った垂水区H邸(築23年)をご紹介します。

トイレ 節水型トイレの設置 ♪エコポイント 20,000P



家庭の中で水を一番消費するのはトイレ!! 1980年頃に設置されたトイレは1回約13Lの水が必要でした。
 今回採用した超節水型TOTO新型ストロパルの洗浄水量は4.8L!!

浴室 高断熱浴槽の設置 ♪エコポイント 20,000P

浴室が寒く、お湯がすぐに冷めるのでひと晩に何度も追いたきしていたというH邸。

新しいお風呂にはTOTOのシステムバスササナ“魔法びん浴槽”を採用。ササナなら、4時間経っても湯温の低下は約2℃!!



翌朝でもまだ入れそうなほど残り湯が温かくてビックリ!
 “次の人の為には追いたきボタンを押してからお風呂を出る”と言う我が家のルールが必要じゃなくなりました♡

バリアフリー改修

- ・手すりの設置 ♪ 5000P
- ・段差解消 ♪ 5000P
- ・出入口幅拡張 ♪ 25000P



バリアフリーになったからつまずかないよ! ほっかぶり床も気持ちがいいワン♡

窓の断熱改修 ♪エコポイント 7000P

窓を暖房効率のいい断熱サッシ&ペアガラスに交換。

水道代がどれくらい安くなるか、前の領収書と比べるのが楽しみ♡ トイレットペーパーが12ロールあっほりとおさまる抜群の収納力も気に入ってます。

H邸 エコポイント数
合計 82,000P (IP=1円)

取得したエコポイントは、即時交換という方法で洗面所など他の場所の工事費用に充当。

♡トムコからのお知らせ♡

トムコのホームページには当社が手掛けたリフォーム事例がカラー写真で多数掲載されています。

H邸の詳細もエコポイントを使って100%満足リフォームのタイトルで掲載中! ぜひH.Pも合わせてご覧下さいね♡

トムコ 検策 木ちゃん



奥様からひとこと

エコポイントで他の場所まできれいにでき、うちは本当にいいタイミングでリフォームしたなあ満足しています。
 掃除がとっても楽になって生活そのものにゆとりができたような感じ♡♡
 常に客の立場で物事を考えようとしてくれた担当者の方々の姿勢もとても印象的でした。
 横山さん、徳増さん、今後とも我が家のメンテナンスはお任せしますね!



営業担当 横山和良

設計担当 徳増信吾



地球温暖化対策などが推進されるこれからの時代は、省エネタイプの機器を重点的に採用する“エコリフォーム”が主流になってくると思います。

今、リフォームをご検討中のお客様にはH邸のように、エコポイントを取得できる今年中の着工をぜひおすすめしたいですね。

H邸の光熱費は今回のリフォームで、かなり変わってくると思います。H様ぜひ楽しみにして下さいね!