H.28 11・12月号
（通巻第169号）

ラディッシュ

㈱トムコ　西鈴蘭台店
リビングパートナー新聞

無料配布
- 北五葉
- 南五葉
- 星和台
- 君影町 ● 鳴子
- ひよどり台
- 鈴蘭台南町
- 小倉台 ● 広陵町
- 筑紫が丘
- 泉台 ● 杉尾台
- 桂木 ● 大原 ● 松宮台

発行所　㈱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・田嶋直子（リビングパートナー）

スタッフブログ ラディッシュスタイル で 検索
www.tomuko-radish.jp/

西鈴蘭台店　店長
山崎　大輔

今号3面に詳しく掲載しておりますが、この度当社はスタッフブログ「ラディッシュスタイル」を開設致しました。紙媒体に加えてweb上でもお客様との繋がりを広げられたらと思っています。日々更新される暮らしに関する様々な情報を是非ご覧下さい。

さて、10月始めから各地で開催されているガスてん。イベント会場で日頃お世話になっている方と出会える事が私達にとっては何よりの幸せ！12/2～4の関西スーパー（レ・アール5F）におきましては久々に4人のリビングパートナーも受付嬢(?)として参加致します。楽しい催しを盛り込んだ一年で最も盛大なお祭りに、皆様どうぞ足をお運び下さい。社員一同お待ちしています。

アンサンブル シュシュのみなさん

イキイキ Waiwai

そよ吹く風のようなリコーダーの優しい音色をこよなく愛するアンサンブル シュシュの皆さん。

ポップス・演歌・童謡・アニメソング…レパートリーは100を越え朝ドラの主題歌など旬の曲はいち早く取り入れる。どんな曲でも自在にアレンジしてシュシュ流の調べをつくり出す。「ソプラノ・アルト・テナー・バス、アンサンブルで美しいハーモニーを奏でられた時はまさに快感です」と皆さん。

「十八番は？」とお聞きすると声を揃えて「六甲おろし」。軽やかなイントロから始まる力強い応援歌を5本のリコーダーだけで見事に表現。みんなで息を合わせて演奏する姿は実に楽しそう。

最近は児童館・地域の行事…いろんな所から公演依頼があり活動の場が徐々に広がっている。デイサービスでは高齢者の方達が昭和歌謡メドレーを心待ちにしている。自然と客席から沸き起こる暖かい手拍子が次の活動への励みになるという。

「たくさんの方々に心から楽しんでいただきたいです」と皆さん。時には明るく時には切なく、シュシュが奏でる豊かな音色は聴く人の心を和ませてくれる事でしょう。「ご依頼があればいつでもお伺いします」

★詳しくは
TEL 591－0851　大久さん迄

この人にスポット

山田町小部　西原亜希子さん

その場にいるだけで周りに元気を与えてくれる、明るくパワフルな西原さん。小学生の双子を育てながら「神戸親子遊び推進協会」代表理事として目まぐるしい毎日を送っている。

前向きな彼女にも子育てに悩む時期があったという。「我が子とゆっくり向き合う時間がほしい」それを解決したのが親子料理だった。一緒に作ることで会話も生まれキッチンがコミュニケーションの場になった。我が子の手料理に頬を緩めるパパ。「美味しい」の一言が嬉しくて子供はまた挑戦したくなる。「今では娘達だけで作れるメニューも増え大助かりです」。調理にはレシピを読み解く理解力や分量を計る計算力などが自然と身につくメリットもあるという。

「幸せな家族の時間を広めたい」そんな思いから始めた子供料理教室は大きな反響を呼んだ。現在は講師養成講座を開き全国展開に向けた取組みに力を注いでいる。

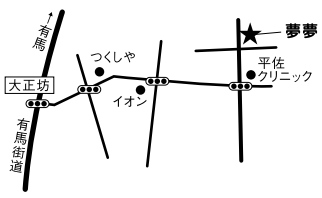
また、キッズ包丁作りや親子農業体験、プロ顔負けの子供レストランなど料理を軸にしたイベントを多数開催。家族や地域を巻き込んだ企画は毎回笑顔が溢れている。「子育て世代が集うテーマパークのような楽しめる空間を作るのが夢」次々と浮かぶ彼女のアイデアに賛同する人や企業が増えコミュニティの輪がどんどん広がっている。

子育て中の母だからこそまだ迷う事も。それでも「子供は一生懸命生きる親の背中を見て成長するもんや」仕事で知り合った大先輩の言葉に後押しされ彼女は今日も奔走する。

ちょっといいお店

手作り工房 夢夢 MUMU

住　　所：神戸市北区筑紫が丘2-4-12
T　E　L：583-1866
営業時間：朝10時～日暮れまで
営 業 日：火・水・木曜日
駐 車 場：軽専用1台



今年4月筑紫が丘に〝夢夢（むむ）〟という名のユニークなお店がオープン。

ドアを開けてまず目に入るのは着物リメイクやアクセサリー・ニット等のハンドメイド作品。その奥にはピアノとソファが置かれ、著名な画家の絵や高級陶磁器がさりげなく飾られている。作品の販売、飲食物の提供、そして手芸教室などの定期開催…etc。ここは一体何屋さん？と尋ねると「それよく聞かれるのよー」とオーナーの伊賀久美子さんは楽しそうに笑った。

「店というより、誰もが気軽に立ち寄れるコミュニティスペースかなぁ」長年福祉の仕事に従事してきた彼女は、老若男女とにかくいろんな人が気軽に出入りして自由に使える場所を作りたかったのだと言う。

飲み物（ケーキ付で500円）を注文しのんびり本を読んで過ごす方、仲間と一緒にランチを楽しむ方（要予約：600円～）。ニット講師でもあるオーナーが開く手編み教室（毎月第2・4火曜）の日は、作品を作りながらお喋りに花を咲かせる人達の姿も。

そうそう！夢夢で忘れてならないのはオーナーが趣味で集めた4台のアンティークオルゴール。博物館級の貴重な逸品を実に気軽に聴かせてくれる。100年以上の時を経たまろやかな調べにぜひ身をゆだねに来て欲しい。

ワクワクする事が大好き!!というオーナーが描くコミュニティスペース。「サークル活動に使ってもいいし、小中学生が遊びがてら宿題しに来てくれたら面白いなぁ」たくさんの夢が集まる場所にと名付けられた〝夢夢〟。あなたならどんな夢を持ち寄りますか？

♬アンティークオルゴールの調べを聴く会♬

11月24日（木）（・AM11:00～ ・PM14:00～）　入場無料

♡手回しオルガンなど珍しいオルゴールも特別展示！

MENU
★コーヒー・紅茶
・日本茶・ココア
・季節のフルーツジュース
各500円（ケーキor和菓子付）

★ランチ
和・洋　600円～
2日前迄に要予約
（当日の場合応相談）

読者の作品コーナー

田中 来芽（らいが）くん（2才）

田中 心絆（ここな）ちゃん（5才）

入学に向けてひらがなの練習中のここなちゃん。
ママが描いた絵に元気いっぱい色を塗ってくれたらいがくん
2人のニコニコ笑顔がママに元気をくれます♡♡

岸本先生の人生いろいろ 120

我が家の犬はシェルティーという犬種で、内臓が繊細にできているらしい。そのせいもあるが、年に二・三度はひどい下痢をし、血便まで出て、ぐったりとしてしまう。その度に医者へ行き大変な金額を払うことになる。もう十二歳だが、ここ七・八年の春先から夏にかけてそれが続いている。原因は除草剤だ。ある時、昨日まで枯れていなかった道草が、ある一角だけ黒く枯れている。犬がいつもくんくんと鼻を突っ込んでいるところだ。その日からひどい下痢が始まった。医者で話すとおそらくその除草剤のせいでしょうと言われた。気を付けてみると、そんなところが数か所あった。除草剤は、まかれた時にはわからないものだからどうしようもない。公共の場に除草剤をまくなんて。小さい子どもだって触れるかもしれない道路なのに。自分の家だけにしてくれよと言いたい。

そもそも雑草って何。それぞれに名前がついているだろうに。つい先日、裏庭に茂ったつゆ草が、垣根をくぐって隣で青い花をつけているのに気付いた。忍びなかったが、抜いてしまうことにした。迷惑をかけるのはよくない。道路に茂っている草もそうだ。かわいいねこじゃらしも足元に触れると疎ましい。人が快適に生活するために邪魔になるような草たちを一括りにしたのが雑草なのだろう。

十五年ほど前、諏訪に住む戦場カメラマンの石川文洋さん宅に招かれ、居間から外を見て驚いた。夏草に覆われ、外の景色が全く見えない。「これはひどいよ」というと、「ああ、冬になれば枯れるからね」と意に介さない。「すべて命だから」と。絵本作家の田島征彦さんの家にもよくおよばれに行った。飼っている鶏をつぶしてご馳走してくださる。少々食欲がなくなったが、野菜はおいしい。茂っている草草の中からトマトを見つけてくる。他の草と一緒に育つと、野菜って旨くなるんだよ、と言う。見ると、オクラもキュウリも草の中にあった。

雑草ってもしや私たちを救おうとしているのではないだろうか。散歩をすれば公園以外に土はない。道路のわずかな隙間から伸びてくる草たちは地球温暖化の危機を感じて顔を出しているのではないかと思う時がある。雑草と言われる植物がなくなり、すべてが美しい現代的な街に変わったとき、地球は滅びる。そんな気がしてならない。まあそんな時までは、私も我が家の犬も生きてはいないだろうけれど。

（児童文学者　岸本進一）

のはら〜からの〜たより

ラディッシュイベント

講習時間 AM 10時〜PM 1時頃
お申し込みは 591-1871 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
・お申し込み多数の場合は抽選
・3名以下の場合は中止

11月

日	内容	会員	一般	備考
10木 メ切 7月	パッチワーク教室 中川博子さん	実費		マイペースで楽しみましょう！
15火 メ切 11金	秋の野山歩き 〝のはらからのたより〟の作者 浜口のぞみさんと 秋の植物を探しながら歩きましょう 詳しくは左ページを！	500円（保険代含）		雨天中止
17木 メ切 14月	ゆーまりニットの楽しい手編み教室 ニットアドバイザー 和田優子さん 好きなものを作りましょう	実費＋1000円		
18金 メ切 15火	ラディッシュ500円講習 岡山薫さん ぶたまん&あんまん	会員限定・当日入会可		
21月 メ切 17木	指先のお手入れ エルネイルズ主宰 松田智恵子さん ハンド&ネイルケア 詳しくは左ページを！	1500円		
22火 メ切 17木	かな書道 短歌を筆で 日本書芸院 一科審査員 日高恵舟さん	1200円		
25金 メ切 21月	ほのぼの一筆画 13:30〜 X'masカード&年賀状 中尾和子さん	1000円		
29火 メ切 24木	はる先生の季節料理 水嶋晴代さん 正月の祝い膳十品目 牛肉の八幡巻き 松風焼き サーモンの編み笠風 他	午前中のみ開催	会員2200円・一般2500円	

バス旅行 30(水) 7600円 真田ゆかりの地をめぐる 歴史ロマンの旅 詳しくはチラシを見てね

12月

日	内容	会員	一般	備考
1木 メ切 11/28月	イラスト&古切手を使った絵ハガキ教室 イラストレーター 絵手紙講師 丸山権三郎さん	1000円		年賀状をかこう！
6火 メ切 1木	かな書道 短歌を筆で 日本書芸院 一科審査員 日高恵舟さん	1200円		
7水 メ切 5月	ラディッシュ500円講習 岡山薫さん ・パネトーネ ・リース型のパン	会員限定・当日入会可		
8木 メ切 5月	パッチワーク教室 中川博子さん	実費		
13火 メ切 8木	はる先生の季節料理 水嶋晴代さん 正月の祝い膳十品目 11月のメニューと同じ 午前中のみ	会員2200円・一般2500円		
16金 メ切 9金	モダンしめ縄飾り アンレール主宰 大西美帆さん お正月のアレンジメント 詳しくは左ページを！	2000円		
20火 メ切 14水	亀山さんのケーキ教室 亀山恭子さん ・洋ナシタルト ・ミルクのプリン 一台お持ち帰り	1800円		
21水 メ切 16金	ゆーまりニットの楽しい手編み教室 ニットアドバイザー 和田優子さん	実費＋1000円		

ガスてん
12/2(金) 3(土) 4(日)
関西スーパー レ・アール5F
10時〜18時
※最終日は17時終了
抽せん券を必ずもってきてね！

お車をご利用の際は、事前に連絡をお願いします。

トムコの スタッフブログ はじめました!

トムコと皆様のつながりが更に深まることを願い、インターネットを通じてさまざまな情報を発信していきます。

レシピ、節約術、子育て、ペットなど生活に密着した内容や、気になるお店、イベントのお知らせ…　そしてもちろんガスのことも!

暮らしにまつわるお役立ち情報が満載です。ぜひチェックしてみてくださいね。

トムコ スタッフブログ　www.tomuko-radish.jp/

ラディッシュスタイル で検索を!　Face bookも見てね

秋の野山歩き

豊かな自然に囲まれた大沢(おおぞう)里山巡り
"のはらからのたより"の作者、浜口のぞみさんと共に歩きましょう。

11/15(火)　雨天の場合は中止

集合　9:50　神鉄岡場駅改札口(ここからバスに乗車)
解散　15:00　〃
持ち物　弁当・お茶・ゴミ袋・雨具など

善入公会堂 ー 展望公園 ー 天狗岩 ー 光山寺 ー 棚田 ー 皿池 ー 田んぼ道 ー 嫁取松 ー フルーツフラワーパークロ(14:42のバス)

コナラの道、竹林の道、のどかな棚田…
心安らぐ秋の里山風景を楽しみましょう!

しぼり

福原愛ちゃんの結婚記者会見で話題を呼んだ総絞りの着物。ひとつひとつ絹糸を縛り1枚の着物に10万〜30万粒もの絞り模様を施す。日本の伝統的な手仕事に改めて感心至極ですねェ。

☑ 絞りの技

秋と言えば栗。マロンペーストを絞り出したお洒落な「モンブラン」、茶巾絞りの銘菓「栗きんとん」。味もさることながら形も美しいですね。

☑ 絞りカス

酒粕は米、おからは大豆の絞りカス。残りカスなのに絞る前にも増して栄養価が高いって…これいかに?
健康志向の昨今は、ジューサーにかけた野菜やくだものの絞りカスも注目の食材だとか。

☑ 絞り切れないレモン

15〜20秒ほどレンジであたため、まな板の上でゴロゴロ数回転がした後、ギュッと絞ってみて!

おもてなし

おしぼりの起源は古く平安時代にまで遡る。古事記には公家が客人を招く際に濡れた布を提供したという記述が残されている。室町時代には旅籠の玄関に水桶と手拭いが用意されるようになる。旅人が汚れた手足をぬぐう為に手拭いをしぼるという行為が「おしぼり」の語源らしい。

日本航空が国際線でおしぼりを提供し始めたのが昭和30年代。同じ頃、駅弁での一番乗りは横浜崎陽軒だとか。
おしぼりは日本が誇るおもてなし文化
一枚の布には心を和ませる力があるようだ。

〜ボジョレー・ヌーボー〜 2016.11.17 解禁!

フランスはブルゴーニュ地方、ボジョレー地域で造られるワイン。
その年に収穫されたぶどうをその年に仕込むというフレッシュな新酒(ヌーボー)。
破砕せず、ぶどう自身の重みで自然に絞るのが特徴のひとつだそう。
冷蔵庫の野菜室で14℃〜16℃に冷やして召し上がれ!

11/21(月) 指先のお手入れ

ラディッシュ講習 拡大版

乾燥する冬のシーズンに欠かせないハンド&ネイルケア。
今注目のセルフケア講座をトムコでも開催!!
講師はネイルサロンAile nailsの松田智恵子先生です。
爪の形や長さを整える方法、ささくれやひび割れのお手入れ法、指まわりの保湿法などを伝授いたします。
マニキュアを早く乾かし、綺麗に仕上げる技も!
ボコボコ、カサカサにさ・よ・う・な・ら
キレイな指先でいつまでも若々しく!
詳細は「神戸エルネイルズ」で検索

12/16(金) モダンしめ縄飾り

年の瀬の準備は玄関まわりから!
本紙167号「この人にスポット」にご登場いただいたフラワーアレンジメント講師、大西美帆先生にモダンなしめ縄飾りを教えていただきます。

赤・青・緑・紫・ピンク…
縄やメインの花、水引きの色は当日お好みのものをお選び下さい

「来年も良い年でありますように!」と願いを込めて、オリジナルの素敵なしめ縄飾りを作ってみましょう!

イベント案内 無料

銭太鼓交流会

楽遊クラブ

11/12(土)　13:00〜16:00

しあわせの村
シルバーカレッジ大ホール

120名のメンバーが集い銭太鼓を披露!
ダイナミックなパフォーマンスをぜひご観覧下さい。

マンドリンコンサート

- コープこうべ協同学苑　研修ホール
  11/26(土)　13:30〜　アンサンブル・トレピー
- 三木山森林公園　音楽ホール
  11/29(火)　13:30〜　アンサンブル・エルフィーズ
  12/13(火)　13:30〜　アンサンブル・シルフィーズ

詳しくは 583-8230 (木村上)

動物大好きだった3才のChioriちゃんにはご近所に30匹もの犬友達がいた。小学校に入ってから動物写真を撮り始め、数年後にはマイカメラを持つようになる。
犬、猫、ゾウ、キリン、鳥、魚、昆虫…生き物の一瞬の表情をキャッチする"14才のフォトグラファー"
どの写真にも愛が溢れている。

ギャラリー

12/20(火)〜2/28(火)
小さないのちのフォトグラフ
Chioriの動物写真展

トムコのリフォーム

株式会社トムコ http://www.tomuko.co.jp

森田 本店 0120-86-1065
西鈴蘭台店 0120-86-1870
三 木 店 0120-86-8766
須磨・長田店 0120-78-1065
垂水・西神店 0120-19-1065
くずは・京田辺店 0120-46-1065

★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

転ばぬ先の… 介護リフォーム

三木市A邸 築30年

〈浴室〉在来工法→システムバス NORITZ ユパティオ
〈トイレ〉手すり取り付け

リフォーム費 125万円

- 介護保険住宅改修費助成金制度適用
- 人生80年いきいき住宅助成事業 住宅改造特別型適用

助成金受給額 約25万円

リフォーム総工費 約100万円

今回ご紹介するのは3世代6人家族の三木市A邸.
要介護1の認定を受けたお父様に、立ち上がりや歩行の際介助の手が必要となってきたため浴室とトイレをリフォームすることになりました.
今後、筋力が弱ってもできるだけ自分の力で日常の生活をおくることを目標においた介護リフォームです.

介護リフォーム助成対象工事①~③

①浴室入口を引き戸に取り替え

介助にあたっているお母様は出入口の広さを確保することで、体をしっかりと支えながら出入りできるようになったとニッコリ

前に主人が洗い場で倒れた時はドアが内開きだったので、開けられなくなって大変だったの。引き戸になりそんな心配もなくなりました。

②洗面所との段差を解消

バリアフリーにすることで、移動がとてもスムーズになりました。

筋力の弱った主人は、足を高く持ち上げるのが難しく、20cmの段差を越えるのが大変でした。
介助する私の不安も解消されて本当に良かったわ

☆先々、介護用のイスを使うことも考慮し、床材には耐久性のある素材を選択。

③手すりの設置

浴室内に取り付けた4ヶ所のうち、バスタブ横の手すりには135度の傾斜をつけました。

お父様の様子と、ご家族の話を伺いながら一番立ち上がりやすい角度を決定。

介護を体験した友人から手すりをつけても、位置や角度を吟味しないと有効に使えないとアドバイスをもらいました

と、お嫁さん。

お嫁さんからひとこと

ケアマネジャーさんと介護リフォームの話になった時にまずは給湯機などでお世話になっているトムコさんに相談してみようと思いました。
リフォーム後は入浴介助の負担が減り、母がとても楽になったと喜んでいます。

今はまだ身の回りの事をほぼ自分でできる父。これからもできるだけ長く自分の力で日常を過ごしてもらいたいです。

設計担当
林山 仁志（りんざん ひとし）

ご家族が抱えておられる悩みにお応えし、且つお父様の身体能力をより活かせるリフォームにすることを一番に心掛けました。
手すりはお父様だけでなく、お孫さんなどご家族全員が、便利にお使いだと聞き、とても嬉しいです。

介護リフォームは、いつか必要になる物ではなく、誰もが快適に過ごせる物としてお勧めしています。

改修費用に関するマメ知識

最近は寝たきりを防ぐ"予防のためのバリアフリー改修"を推奨する自治体が増えています。

神戸市や三木市でも、65才以上であれば介護認定を受けていなくても改修費用の一部補助を受けられる制度が年度毎に制定されています。
（年収など制限あり）
〔2016年度分は終了しました〕

♡バリアフリー改修の助成制度に関する情報は自治体の広報紙を見るか、"すまいるネット"で検索してみて下さいね！