



(株) 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 (株)トムコ 西鈴蘭台店 0120-86-1870
〒651-1132 神戸市北区南五葉1-6
発行人 松浦洋子・小原由美・国松恭子・田嶋直子・川波有美 (リビングパートナー)

スタッフブログ www.tomuko-radish.jp/



西鈴蘭台店 店長
立花 文幸

いつもラディッシュ新聞をご愛読下さりありがとうございます。ようやく暑さが和らいできました。夏、夏はこんな時にやってきました。体調管理には十分お気を付け下さい。

秋近し！日没の時間が心なしか早く感じられる今日この頃。季節は少しずつ移り変わっています。暑からず、寒からず、美味しい食べ物でお腹も満たされるシーズン。「ずっとこのままで！」と願わずにはいられません。

さて、10月に入りますといよいよ大阪ガスの謝恩セールが始まり、各地で恒例の「ガステん」が開催されます。当店は今年もコアキタマチショッピングセンターにて皆様のご来場をお待ち申し上げます。



春本佳和先生

つくしウクレレクラブ 中級リズムコースのみなさん

「アロハー！つくしウクレレクラブのレッスンはヨッシー先生と春本佳和さんの明るい挨拶から始まる。今日の1曲目は「少年時代」。夏が過ぎ風あざみ、ウクレレの優しい響きと歌声が教室いっぱいに広がる。「E7からC9へのコードチェンジにはコツが必要ですよ」。ポイントを押さえた指導はともわかりやすく、繰り返すうちに全員の音が段々と揃ってくる。「グーですよ！中級リズムコースの皆さんは歌も上手！」。

歌謡曲「ボンス、ブルース、そしてワイアーン」：バラエティに富んだ曲を次々に弾き語る皆さん。「息を合わせて歌うのが何より楽しい！」。

レッスンではオリジナル楽譜を用いたり原曲をアレンジするなど、楽しく歌える簡単に弾けるものをモットーとする先生の工夫が随所に光る。介護施設・ボランティア演奏に行く人、友達が集まりや旅先にはいつも持ち参る人、家族三世代で楽器を持ちより合奏を楽しむ人、皆さん、皆さんの傍らにはいつもこんなとウクレレという可愛い相棒がいる。趣味を見つけたと思うているあなたも、音楽と共にある暮らしを始めてみませんか？

筑紫が丘自治会館にて、1回8000円
入門・中級リズムまで4コースあり
お問い合わせは小林さん迄
078158317190



この人にスポット



絵手紙講師 岡田 白雲さん

優しいタッチで描かれたえんどう豆と味わい深い文字(写真左上)。「中味が大事。」そう思うが、「その素直な言葉に思わず笑みがこぼれてしまう。岡田白雲さんは現在、三木市を中心とした教室の講座を開催する人気の絵手紙講師だ。

絵画を趣味にしていた父の影響で物心付いた頃から絵が身近であった。イタズラをしては庭の木にくくり付けられていた腕白少年は、今画家として絵筆を握っている。「わびさびや日本の美が大好きな母に育てられたことが絵手紙を指導する感性に活かしている」という。

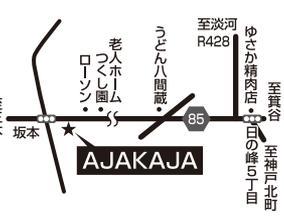
「私の内なるエッセンスを吸い取ってほしいから持てるすべてをのうたを教室で出し切っています」。生徒が自分らしさを心地よく発揮できるように二人ひとりに寄り添い指導する。選ぶモチーフや絵のスタイルは自由。それぞれの個性や持ち味をうまく引き出すから絵が苦手な人でも描けないと挫折した人は一人もいない。生徒の作品にさらりとひと筆加えるだけでたちまち絵の表情が変化する。はさながらマジックのように「絵手紙にハートのエネルギー」を閉じ込めて「画家ならではの鋭い感性と茶目っ気たっぷりの語り口調が人を引き付ける。

★当店にてギャラリー開催。
3面を見てね！

葉書に描かれた様々な喜怒哀楽は見る者の心にポツと温かな灯をともしてくれる。作品展を開催するたび幸せが連鎖し白雲ファンが増えていく。

ちゅと いいお店 AJA KAJA

住所：神戸市北区山田町西下津井9-4
TEL：078-586-3322
営業時間：平日 11:00~15:30(L.O.15:00)、
17:00~21:30(L.O.21:00)
土・祝日 11:00~21:30(L.O.21:00)
定休日：なし



メニュー

ランチセット	950円~
ディナーセット	2,000円~
お子様セット	750円
やきめし	900円~
サモサ	500円
パバダム	300円

【テイクアウトも可】



箕谷から三木方面へ抜ける県道85号線にある「AJA KAJA」。本格的なインド料理が味わえるとわざわざ遠方から足を運ぶお客様も多い。ヒンディー語でAJAは「おいしい」、KAJAは「食べて」という意味。お店に入るとオーナーのチャンドラさんが素敵な笑顔で迎えてくれる。

ここでは50種類以上のスパイスを使った北インドの料理を日本人向けにアレンジして提供している。カレーのベースはチキン、ホウレン草、野菜、マトン、シーフードと様々。お好みの辛さが選べるから子供から大人まで満足できる。一番の自慢は「料理に美味しさの魔法をかける」炭火の土窯。これで焼いたタンドリーチ

キンは柔らかくジューシー、ナンは表面がカリッと中はモチモチだ。8種類あるナンの中でも1番人気はガーリックチーズナン。香ばしさととろりチーズがベストマッチ！「ティータイムにはチャイと二階に甘いフルーツナンはいかがですか？チェリーやココナッツがたっぷりつまりますよ」。

他にもインド風やき飯やベジタブルサモサ、豆から作られたおせんべいパバダムなど単品メニューも豊富。

五千年もの歴史を誇り、薬膳とも言われているインド料理。野菜いっぱいヘルシー、スパイスシーなお腹にも優しい。AJA KAJAの美味しいお料理は夏の暑さで疲れた身体をきつと癒してくれるでしょう。



Aちゃん 星和台小 2年
アラジンみたいにお友達思いの優しい子になってね 一母より



Mくん 星和台幼 年少
「画用紙いっぱいのママの顔」ありがとう♥ 一母より

読者の作品
コーナー

前回のエッセイで間違いをしたので訂正です。ワーズ・ワーズの詩は題名も本文も「青春の輝き」ではなく「草原の輝き」です。申し訳ありません。車に乗っていて、はうとした。やはり間違っていた。意味としてはほぼ同じだし、青春のことを書いていたので、そうなるしまったのだらう。最近こんな間違いが多くなった。先日友人を案内するためにバンコクへ行った。目を合わせて別々にホテルと飛行機を取ったのだが、いざホテルに着いてみると私の予約はありませんと言われた。1か月後の7月の同日になつていたので。その場で宿泊を申し込んだが、デラックスしか空いていないといわれ、そのホテルだけで合わせて六万五千円もの宿泊代になつてしまった。そんな間違いが次々と起こる。この数年自信がなくなつて、大切なことをするとき

にはすべて女房に点検してもらうようにしていたのに。元々私は自信を持ってないほうで、作品を書いても自信が持てなくて出版社に送ることができなかった。友人関係もそう、人とうまく接することができなかつた。

そういうえば先日新聞で関連する記事を読んだ。中学校の教員に質問した内容で、世界48か国・地域を対象に調査したものだ。「生徒に勉強ができる」と自信を持たせる」という項目に「できている」と答えた教員は全平均の86.3%に対し、日本は24.1%。えーっと思つた。自信の持てない教員が多い。別の意味で言えば謙虚さの表れだともいえるのだらうが、あまりにも大きな差だ。それが日本の人は自己表現が苦手、世界に後れを取っていると批判されることになつていのだらう。こ

れは家庭でのしつけにも通じる。日本の父母に同じ質問をすれば、ほぼ同じような結果なるのだらう。ここ十年ほどどつと変わつてきた。子どもは褒めて、自信を持てるように育てなさい。そうすると物事に前向きに取り組もうとする力が発揮されますよと。しかし、まだまだ日本の家庭教育の苦手とするところだ。ちなみに前述の統計の質問の一つに、「生徒の批判的思考を促す」という項目があるが、これも「できている」が全平均82.5%であるのに対し日本の中学教員は24.5%にとどまつている。まるで日本の教育は、自信を持たず、批判的にならず、平凡な大人になることを目指しているようだ。奥ゆかしいともいえるが、世界の流れの中では遅れているように見える。

(児童文学者 岸本進)

のはらからのたより

秋海棠 シヅカイドウ

春に咲くカイドウに似ているところから、江戸時代に日本に伝わる。中国中南部原産。日陰と湿気を好む。

ペゴニアの仲間
丈、40~60cm



実りの秋!

南は沖縄から北は北海道まで、令和元年産の新米がぞくぞくと入荷されています。



日本は3000年の歴史を誇るお米大国ですが、1日に食べる米の消費量におおは世界50位。

バングラデシュ、ラオス、カンボジア... トップ10のほとんどは東南アジアの国々です。

世界のごはん

スペインのパエリア、イタリアのリゾット、アルバニアのライスコロッケ、エジプトのトマトごはん、キプロスのイカめし... 世界のごはんメニューは多種多様。



2017年に出版されるやいばアマバベストセラーとなった料理本(神戸市在住の本山尚義さん著)。この本には39ヶ国ものごはんもののレシピが掲載されています。

♪ スーパーの食材や調味料で簡単に作れるのが魅力!

食欲の秋は、晩ごはんを食べながら世界旅行気分を味わってみてはいかが!

新嘗祭(にいなめさい) 大嘗祭(だいじょうさい)

新嘗祭はその年に収穫した新穀を天皇が神様にお供えし、自らも食して五穀豊穡と国の安寧を祈る儀式。天皇の即位後初めて行う新嘗祭が大嘗祭です。

👉 一代で一度だけの宮中祭儀。

令和の大嘗祭は11月14日夕刻から夜を徹して

古式ゆかしくとり行われます。



種まき・田植え・稲刈り... 八十八もの手間をかけるから「米」という字が生まれたという説があります。

お米のネーミング

「コシヒカリ」「ササニシキ」などカタカナ表記のお米は国の試験場で作られ、「あきたこまち」などひらがなの名前は都道府県で作られたお米。かつてはそんなルールがありましたけど... 現在は一般公募などでも命名する時代!

「青天の霹靂」「だて正夢」「富富富」... ネーミングセンスも味わいもばっちりですよ!

ごはんのお供

混ぜるほどに旨味が増ると言われている糸内豆。皆さんはどれくらい混ぜますか?

美食家有名な北大路魯山人の著書にはこんな風に記されています。

美味しく食するポイントは、ドロドロになるまで400回練ること

農水省の実験データでも混ぜる回数が多いほど旨味成分が増えるという結果が出ています。さすがは魯山人!

美味しくなれの筋トレ400回!



こち5 編集室

「ふっくらつやつやお米が並ぶ」ごはんを炊くならやっぱりガス火! 毎日食べるものだからこそ美味しさを追求したいですね。

トムコのスタッフブログでは究極のごはんをご紹介します。アイツジスタイル「土鍋で炊くごはん」で検索してみてください!



アートな絵本の原画たち

毎年イタリアで開催される「ボローニャ国際絵本原画展」。世界各国から集まった3,000点近い応募作品の中から見事入選したのはなんと大原在住のMICAIO(ミカオ)さん!!



「ウサギとカメラ」

刺繍作家・MICAIOさんならではの世界感で描かれた「イノックの物語」。アンティークな布と刺繍の冷を吹き込まれた動物たちのキュートな表情に癒されます。



「キツネとコウノトリ」

「2019イタリア・ボローニャ国際絵本原画展」は西宮市大谷記念美術館で9月23日まで開催中。世界27ヶ国76作家の入選作品は見ごたえあり!!

詳しくは西宮市大谷記念美術館で検索を♪

9/25(水) ハロウィンフラワーアレンジメント

お好きな土台にお好みの花材やハロウィングッズを盛って素直なオーナメントを作りましょう!

- ほうき型 1,500円
- かぼちゃ型 2,000円

持ち帰り用の袋をご用意下さい。

10/21(月) レザークラフト ~ オリジナルキーケース ~

色の組合せ10パターン程の中からお好きなものをお選びいただけます。革を縫って、磨いて、イニシャル等の刻印もできます。使えば使う程味が出る一点物のキーケースを作りましょう!

Little Blue, カーキー etc.

ギャラリー

9/17火~27金 絵手紙 **秋に向かて心も紅葉展** 岡田白雲さんとつくしの会のみなさん

10/1火~29火 陶芸 **彩んな器** いろいろ (一部既読あり) 神戸アクリル陶芸館 森迫盛二さん

10/2(水) 劉さんに習う ヘルシー中華料理

食欲の秋

- 豚肉と春雨、高菜としいたけの2種類の包子(パオズ)
- 黒酢を使ったサンラタン風スープ

寒くなると恋しくなる包子の作り方をマスターしましょう!

10/17(木) 今日から始める 花(いじ)生活

塩麹を使った万能肉味噌
 粉ドレッシングを使った温サラダ
 甘麹を使った季節のデザート
 計4品

塩麹、醤油麹のレクチャーもあります。ドレッシングのお土産も♡

レディースイベント		講習時間 10時~13時頃		ラディッシュ会員とは		講座のキャンセルは2週間前にお申し込み多数の場合は抽選3名以下中止						
26木	20金	25水	20金	20金	18水	19木	17火	10火	5木	9月		
会員1800円・一般2000円		1500円/2000円		1000円		1500円+実費		1200円	実費			
秋を楽しむ 洋食メニュー ・シヤリマリンステーキ ・キノコのクリームスープ ・紫キャベツのマリネ ・マロンケーキ	はる先生の季節料理 水嶋晴代さん	ハロウィン フラワーアレンジメント アトリエR 田中裕子さん	みんな集まれ! 子育てひろば 言語聴覚士 おかもとめぐみさん	離乳食・幼児食・言葉の発達 なんでも語り合います!	みんな集まれ! 子育てひろば 言語聴覚士 おかもとめぐみさん	楽しい手編み教室 ニットアドバイザー 和田優子さん	ゆう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	かな書道 短歌を筆で 日本書道学院 日高恵舟さん	パッチワーク教室 中川博子さん	20日 空の日		
24木	21月	18金	16水	17木	11金	16水	11金	8火	3木	2水	1火	10月
1500円+実費	3000円	1000円		2000円		1200円		1200円		2000円		
みんな集まれ! 子育てひろば 言語聴覚士 おかもとめぐみさん	ゆう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	はる先生の季節料理 水嶋晴代さん	みんな集まれ! 子育てひろば 言語聴覚士 おかもとめぐみさん	山菜おこわと具だくさん汁 岡山薫さん	みんな集まれ! 子育てひろば 言語聴覚士 おかもとめぐみさん	楽しい手編み教室 ニットアドバイザー 和田優子さん	ゆう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	かな書道 短歌を筆で 日本書道学院 日高恵舟さん	パッチワーク教室 中川博子さん	豚まん2種とスープ 劉璐璐さん	亀山さんのケーキ教室 亀山恭子さん	3日 登山の日

補助金
助成金
を活用して

住み慣れた家で いつまでも暮らそう 安心して暮らそう



近頃、“人生100年時代”という言葉をよく耳にします。長寿社会を支えるため、国や自治体では住環境を整えるリフォームへの補助金・助成金の制度を策定しています。トムコのお客様の中にも介護保険の補助金などを活用してリフォームする方が増えてきました。今回は、ここ最近弊社で手掛けた3件の実例をご紹介します。

介護保険

住宅改修補助金制度を使った事例

N邸 80代 2人世帯

〔段差解消〕

浴室リフォームの商談を進めている時、ちょうどご主人様の介護認定の結果が出て補助金を使えることがわかりました。

システムバスの床を、洗面脱衣室の床の高さに合わせ、入口段差を解消。

バリアフリーになり安心です!

M邸 80代 2人世帯

〔手すり設置 浴室2ヶ所 玄関1ヶ所〕

手すり1本で湯舟への出入りがとても楽になりました。

補助金のお陰で自己負担額も、わずかでした。



S邸 80代 1人世帯

〔段差解消・手すり設置 浴槽を浅型へ変更〕



入浴介助など、生活面でのサポートが必須となったS様。居住地の神戸市から大幅な改修の必要性が認められたため“介護保険住宅改修補助金”

に加え“神戸市住宅改修助成事業”の助成金も適用になりました。

リフォームによって、介護を受けるS様はもとより、介護をする方の負担も軽減されるよう考えました。

あなたもぜひ Checkしてみてください!

- 介護認定(要支援・要介護)を受けている
- 住み慣れた家でずっと暮らしたい
- 手すりをつけたい場所がある
- 段差を解消したりスロープをつけたい
- 開き戸を引き戸にしたい
- 浴室などの床が滑って怖い
- 和式便器を洋式にしたい
- 介護の負担を減らしたい
- 身体障がい者手帳を取得している

♥ どれかひとつでも Checkがついたらリフォーム費用の一部に、国や自治体からの補助金や助成金が適用されるかもしれません

・補助金などの制度は各自治体によって内容が異なります。

例えば神戸市の場合

“元気な65歳以上”の方のお住まいのバリアフリー化を応援する補助金があります!!

軽ばぬ先の杖!

リフォーム担当
白石 彩



こんなことどこに相談したらいいの?と思ったら
まずはトムコへ
ご連絡下さいね!