おじゃまします

四畳半の茶室で茶会楽しむ

福井市愛宕坂茶道友の会

福井市足羽山の風情漂う愛宕坂。石段の途中にある福井市愛宕坂茶道美術館敷地内に、四畳半の茶室を備えた「尚庵」が建つ。月に一度、ここで茶会を開いているのが、同市愛宕坂茶道友の会。約二十年前、同美術館と共に建てられた本格的な茶室を、もっと活用し、来館者増加にもつなげたいとの福井市の呼び掛けに応え、十八年前に発足した。

現在、県内に住む二十代から九十代の男女約九十人が所属。茶道流派の垣根がなく、稽古に通っていない人や、作法をあまり知らない人でも気軽に参加できる。亭主は各流派が交代で務めるため、異なった作法が学べる。事務局長の江端幸代さんは「流派によって道具や使い方も全く異なるため、新鮮で面白い」と話す。

「小寄の茶会」といわれる小さな規模の茶会は、話し声が全員に届き、亭主と客の心を通わせることができる、程よい距離感が魅力。気軽に茶を楽しみながらも、茶道の奥深い世界を勉強できる場所になっている。

茶会で客をもてなす亭主役は、重要な役どころ。大きな茶会となると緊張してしまう人でも、膝を突き合わせての少人数の茶会でなら、リラックスして亭主を務められることから、亭主役の勉強の場にもなっているという。

二月九日に開かれた今年の最初の茶会「初釜」には、三十五人の会員が参加。自然光とあんどんだけの、ほのかな明かりの中、亭主と客との間で、和やかに話が弾んだ。参加者からは「家族的な雰囲気で、ほっとします」「心が落ち着きます。習っている人がリードしてくれるので楽な気持ちで参加できます」との声が聞かれた。

茶会には会員ではなくても参加できる。通常の茶会は会員五百円、一般七百円。案内は同会のホームページに掲載されるほか、同美術館の窓口にチラシが置かれる。茶会は、一・七・八月は休み。次回は三月二十二日(日)に開かれる。茶会への参加申し込みは同美術館＝☎0776(33)3933へ。

入会希望の場合は、事務局(江端さん)＝☎0776(21)9777＝へ。年会費二千円が必要。

初釜の様子＝福井市愛宕坂茶道美術館の尚庵で

友の会では、昨年から年に一度、食事が付いた正式な茶会も開催している。誰でも参加可能。

第2回 愛宕坂茶会
日　時：5月17日(日)
　　午前9時30分～午後4時(予定)
参 加 費：1人6,000円
申し込み開始日：3月21日(土)
申し込み先：福井市愛宕坂茶道美術館
☎0776-33-3933

穀物袋がおしゃれ グレイントート

七月から全ての小売店を対象にレジ袋の有料化が義務付けられる。県内では既に多くのスーパーなどが有料化に取り組んでいて、エコバッグの持参はもはや当たり前。カラフルなデザインのエコバッグが多く、気分を華やかにしてくれるが、スタイリッシュで丈夫な「グレイントート」はいかがだろう。

坂井市丸岡町の主婦、古宮由紀さん(46)は、「オッゾプラス」というオリジナルブランドを立ち上げている。福井弁の「おそいもの」＝イマイチ、捨てるようなもの＝に工夫や手間を加えて新しいものに生まれ変わらせるアップサイクルクラフトのブランドで、グレイントートもその作品の一つ。不要になった米や大豆などを入れる穀物袋をおしゃれなトートバッグに変身させたものだ。「素材の良さを残しつつ、丈夫に仕上げるよう心掛けている」と古宮さん。地場産業の織ネームで作ったブランドタグをさりげなくあしらい、シンプルで素敵なデザインが目を引く。荷重は十キロくらいまでなら大丈夫で、使い込むにつれて手触りも良くなっていくそうだ。SNSを通じて注目が集まり、全国から注文が寄せられている。

大きさはLとSの2種類。注文に応じて持ち手を登山用のカラフルなロープにしたり、保冷バッグ仕様にしたりできる。販売は通信販売が中心で、問い合わせや注文はインスタグラムのダイレクトメールで受け付けている。

グレイントートL(1,200円)・Sサイズ(800円)を手に持つ古宮由紀さん

プレゼント

インスタグラム
OZZO PLUS　検索

※3月中旬から、美術館喫茶室ニホ(福井市文京3-16-1 県立美術館横)と、バイクハウス赤い3輪車(福井市乾徳1-7-27)で販売予定。

元々米袋だったので、中に「福井米」の文字

昔ながらの移動販売今も

酒井とうふ店　鯖江市

数十年ほど前まではよく見られた豆腐の移動販売を、今も毎日続けている夫婦が鯖江市にいる。川島町にある「酒井とうふ店」の酒井保さん(69)と八重子さん(66)だ。縦笛の「トーフー」という音色と共に、車で鯖江市東部や越前市北部などを回り、流れてくる音楽に惹かれて買いに来る客に、絹ごし豆腐や綿豆腐、厚揚げなどを販売している。

保さんは十五歳ごろ、父親が営む豆腐店の家業に就いた。始めた当初は、お得意さんの玄関を開けることができなかったほど引っ込み思案だった。怒られることもあったが「お客さんにしてもらったようなもの。周囲の人がいろいろなことを教えてくれた。たくさんの人たちのおかげで今があると感謝する。

先代は自転車に鈴を付けて鳴らしながら回っていたそうだが、保さんは運転免許を取り、車で配達するようにした。しばらくして、他店の車が音をテープで流しているのを聞き、すぐに録音機を購入。試行錯誤しながら縦笛を吹き、メロディーを録音したという。

仕事を始めて五十年余り。今は八重子さんと二人三脚で、朝早くから豆腐作りをした後、それぞれ二台のミニバンに乗り込む。小学校や介護施設への配達もしながら、昔ながらの付き合いが今も続く。お得意さんの中には、玄関先に置くのが決まりになっている家や、「台所の冷蔵庫の中に入れておいて」と頼む人もいて、すっかりなじみに。保さんも八重子さんも、夏は味が落ちないよう氷を添えるなど気配りを忘れない。

行く先々で待っている人は高齢者や若いお母さんが多い。八重子さんは「いろんな方と話するのも一つの楽しみ。時には悩みを聞くこともあり、小さなボランティアになっていればうれしい」とにこやかに話す。

保さんは「待っている人がいるうちは、体が動く限り続けたい。でも、あまり長過ぎると妻も大変だろうから、あと十年ぐらいかな」と笑う。二人はトレーニングの帽子をかぶり、「トーフー」の音を今日も響かせる。

酒井保さんと妻の八重子さん＝鯖江市の酒井とうふ店で

お出かけ情報

お断り
新型コロナウイルスの感染拡大を受け、紙面で紹介した行催事が中止になったり、日程が変更になったりする場合があります。事前に主催者にお問い合わせください。

漆黒と夜空

【3月6日(金)～22日(日)　午前10時～午後7時　ふくい工芸舎(福井市中央1-9-29 エコラ イフプラザ2F)】

「星」をテーマに、越前漆器と夜空の写真が展示される。漆器は、漆の黒を夜空に見立て12星座、北斗七星、カシオペア座、オリオン座の蒔絵(まきえ)を施したおわんが並ぶ。写真は福井の星空の魅力を広めるため、写真家として活動中の福井市自然史博物館、天文担当の加藤英行氏の作品で、写真はすべて県内で撮影されている。入場は無料。最終日は午後5時まで。定休日は火曜日。

問 ふくい工芸舎＝☎0776-30-0054

第10回越前陶芸村しだれ桜まつり

【4月11日(土)午前10時～午後5時(ナイトイベント午後5～8時)、12日(日)午前10時～午後4時　越前陶芸村(越前町小曽原)】

ものづくりに取り組む作家が集うクラフト市。10回目となる今回は、陶芸やガラス、木工、染め物などのブースが、過去最多の135ブース並ぶ。その内21ブースでワークショップが開催される。飲食を含めると全部で180ブースが出店する。11日のスカイランタンを上げるナイトイベントは入場券が必要。ランタン1個に付き2人1組で、3,000円(入場料込み)。入場のみの場合は1人500円、3歳以下は無料。事前申し込みが必要で、Eメールで受け付けている。定員になり次第締め切る。ランタン打ち上げ参加者限定の音楽ライブもある。

詳細は公式ホームページ https://echizentougeimura.wixsite.com/shidare を。

問 越前陶芸村しだれ桜まつり実行委員会(県陶芸館内)＝☎0778-32-2174

「ブドウ畑のサポーター」募集

今年創業20周年を迎える大野市落合の「白山ワイナリー」では、春から秋にかけてワイン用ブドウの生育や収穫の作業を手伝ってもらえる人を募集している。作業内容は、草取りや剪定、収穫など。家族やグループでの参加もOK。作業は4月からで、自分の好きな時間に作業ができる。報酬として今年収穫した、ブドウでできたワインがもらえる。興味のある方は気軽に問い合わせを。

詳しくご説明させていただきます！

問い合わせ・申し込み先
白山やまぶどうワイン＝☎0779-67-7111
(平日午前9時～午後4時30分)
住所：大野市落合2-24
HPからも申し込み可能　http://www.yamabudou.co.jp/

3月の 読者アンケート プレゼント

さんぽみちをより良くしていくためにアンケートにご協力ください。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

応募方法　①希望のプレゼントの記号②住所、氏名、性別、年齢、電話番号、職業③現在購読の新聞名④今後、取り扱ってほしいテーマ⑤読者からのお便りコーナー「新型コロナウイルス」への投稿⑥お薦めの店などを記入の上、お送りください。

携帯電話やスマホからも応募できるよ

プレゼント

- A 村カフェ ときの「おやつセット」(700円) サービス券 2人
- B あおほし食堂「今日の定食」お食事券 2人
- C ディノカフェ お食事券1,000円分 3人
- D 中華そば 天龍「中華そば」お食事券 3人
- E café&lunch こころ「キッズランチ」お食事券 5人
- F 軍鶏家 おかめ お食事券500円分 6人
- G あさひ愛農園 お買物券500円分 5人
- H オッゾプラス グレイントート(L) 2人
- I マンモス展 ～その「生命」の過去と未来～ 招待券2枚 5人

〒910-0005　福井市大手3-2-13 中日新聞分室内
「さんぽみち3月号プレゼント」係ファクス、Eメールでの応募も可

ファクス 0776-28-8602
Eメール osanpo@fukuikoho-c.co.jp

締め切りは3月25日(水)必着

さんぽみちのバックナンバーは、株式会社福井広報センターのホームページで
http://www.fukuikoho-c.co.jp/ または 福井広報センター 検索

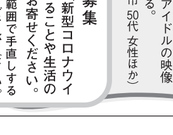
個人情報保護法　さんぽみちとはお客さまに記入していただいた個人情報は、さんぽみちとお客さまの区域の販売店において適切に管理し、プレゼントのお届けなどに利用させていただきます。

スタッフ日記

今号の「読者からのお便りコーナー」のお題は「気持ちが落ち込んだ時の回復法」でした。掲載できたのは、ほんの一部です。自分に合いそうな方法や試してみたい方法が幾つかあり、中には「私と同じ！」と共感できるものも。年齢や性別にかかわらず人それぞれ悩みがあり、落ち込むことがあります。その回復法はいろいろあるのだと、皆さんのメールやはがきから、あらためて教えていただきました。皆さんのたくさんの知恵を、さんぽみちを通して伝えられたらうれしいです。

簡単♥おいしいクッキング～

みそバターチキン



【材料】
鶏モモ肉……200g
タマネギ……中1/2個
スナップエンドウ……5個
バター……15g
塩こしょう……少々
小麦粉……適量
サラダ油……大さじ1
★「みそ、はちみつ、水……各大さじ1
　しょうゆ……小さじ1

【作り方】
① 鶏モモ肉は一口大に切り、塩こしょうをして小麦粉を薄くまぶしておく。
② タマネギはくし形に切り、スナップエンドウは筋を取っておく。
③ ★を混ぜ合わせて調味液を作っておく。
④ フライパンにサラダ油を入れて熱し、①を両面こんがりと焼いたら、②の野菜と大さじ2の水を加え、ふたをして水気が無くなるまで蒸し焼きにする。
⑤ ④に③の調味液を加えて混ぜ合わせ、最後にバターを加えて溶かし、全体に絡めて出来上がり。

さんぽみちスタッフからの生活情報

空間演出に精油はいかが?

人間の感覚には視覚、聴覚、味覚、触覚と加え、嗅覚があります。嗅覚は五感の中で、脳に刺激を与えるスピードが速く、影響力が大きい感覚といわれています。

そこで今回、ちょっとした香りの演出で気分転換ができる精油の活用法をシーン別に分けて紹介

●華やかなシーンに
「ローズ」などのフローラル系か、「イランイラン」などのオリエンタルな香りで、上品な大人のイメージに。

●明るい門出のシーンに
「オレンジ」「レモン」などのかんきつ系で、フレッシュなイメージに。

●気分転換やリラックスしたい時
「ヒノキ」「シダーウッド」などの森林系の香りで深呼吸がしたくなる。

●リフレッシュしたい時
「ミント」「ユーカリ」「ローズマリー」など、メントールの効果を感じられるような爽快感のある香りを玄関先などに。

【ルームスプレーの作り方】

▽材料
100ミリリットル入るスプレーボトル、好みのエッセンシャルオイル10滴、精製水80ミリリットル、エタノール10ミリリットル

▽作り方
① エタノールを容器に入れ、好みのエッセンシャルオイルを加えて、ボトルを軽く振り、混ぜる。
② ①が混ざったら、精製水を加え、ボトルのふたをし、さらに振り混ぜて出来上がり。

読者からのお便りコーナー

お題は「気持ちが落ち込んだ時の回復法」

大好きな韓流ドラマを一時間見るだけで元気になります。(福井市 60代 女性ほか)

遠くの白山連峰を眺めて、深呼吸する。(あわら市 70代 男性)

楽しかった旅行の時の写真を見て、自分を慰めます。(大野市 60代 男性)

ひたすら寝る。一晩寝ると復活する。(福井市 60代 男性ほか多数)

自分の好きな物やおいしい物を思いっきり食べる。(坂井市 50代 女性ほか多数)

友人と大好きな滋賀県にドライブして、お寺巡りをします。(越前市 70代 男性)

友人と近くの温泉に行って、おしゃべりして、おいしいものをいただいています。(越前市 70代 女性ほか)

人に話す。自分の中だけでは処理できない愚痴を言ったりするだけでも、少し心が軽くなります。(越前市 60代 女性ほか多数)

ひたすら好きなお菓子作りをして、近所に配りまくります。(福井市 60代 女性)

体を動かす。サイクリングやウオーキング、泳ぐなど。(福井市 50代 女性ほか多数)

マッサージ店に行き、心も体も満たされるのが一番ですね。(福井市 30代 女性)

車を洗って「無」になり、忘れる。(福井市 50代 男性)

のんびり窓からの空を見ながら、朝風呂に入る。(勝山市 60代 女性)

好きなお笑いやアイドルの映像を見て気分転換する。(大野市 50代 女性ほか)

投稿募集

次回のお題は「新型コロナウイルス」。思っていることや生活の工夫など何でもお寄せください。
※内容を変えない範囲で手直しすることがあります。ご了承ください。

おったか塾

参加者募集

つまみ細工 ブローチ作り教室

日時　3月28日(土)
　午前の部　午前10時～正午
　午後の部　午後1～3時
場所　JR福井駅西口ハピリン 2階の福福小屋
主催　日刊県民福井・中日新聞社
共催　福井市観光物産館福福館
参加費　1,000円　定員　各部15人(先着順)
対象　小学4年生以上
講師　川森加奈さん(池田町)

布の切れ端を使ってアクセサリーを作る「つまみ細工」は江戸時代から伝わる伝統工芸。同じようなデザインでも布の種類や色、柄によって出来上がりが変わる。県産の布を使い、つまみ細工のブローチを作る。

問い合わせ・申し込み先
日刊県民福井事業グループ＝☎0776-28-8618
(平日 午前10時～午後6時)

ニットルームみやこし 2020衿元&フロアーショー

日　時　3月22日(日) 午後1時から
場　所　春江中コミュニティセンター
　(坂井市春江町随応寺17-17)
内　容　修了証書授与式
　ニットファッションショー
　(生徒修了作品、編み物本掲載のメーカー参考作品)
参加費　1,000円(ケーキ、コーヒー代含む)

一般の人も観覧できます。希望者は3月19日までに申し込みを

問い合わせ・申し込み先
ニットルームみやこし＝☎0776-51-6048

チケット情報

マンモス展 ～その「生命」の過去と未来～

名古屋市科学館(名古屋市中区)
3月14日(土)～6月14日(日)
永久凍土から発掘された太古のマンモス。世界初公開、続々！

プレゼント

お知らせ伝言板

室内でできる運動を

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、在宅作業する人も多く運動不足になりがち。作業療法士で、県の施設「健康の森温泉」(生きがい交流センター)＝福井市真栄町＝の所長補佐・釣部雄史(つるべ・ゆうじ)さんに、室内で、椅子に座ったままできる簡単な運動を教えてもらった。「普段は加齢に伴い筋力や活動が低下するフレイルを予防する体操として紹介しているが、年齢を問わずできる筋力運動なのでぜひやってほしい」と釣部さんは薦める。

椅子に座った状態で、ゆっくりと声に出して数を数えながら行う　★いずれの運動も1～3セットが目安

膝伸ばし
①椅子の縁に手を添える
②「1、2」で、右足のかかとを床から上げ、突き出すように膝を伸ばす
③「3、4、5、6」で太ももに力を入れたままキープ
④「7、8」で足を床に下ろす
⑤同じように10回ずつ繰り返す。
⑥次は同様に左足で行う。
※左右10回ずつで1セット。

Point! つま先をすねの方に引き寄せると強度が上がる

肩甲骨寄せ
①「1、2」で両手を肩の高さまで前に上げる
②「3、4、5、6」で肘を後ろに引き、胸を張る
③「7、8、9、10」で元の位置に戻す。
④同じように10回ずつ繰り返す。
※10回で1セット

Point! 左右の肩甲骨を体の真ん中に寄せるようなイメージで行うとよい

「ややきつい」と感じる程度が目安。持病がある人は主治医に相談して運動しましょう。

募集中

スポーツや趣味を楽しんでいるグループや個人、ご近所の話題やお気に入りの店などの情報をお寄せください。情報は最寄りの販売店または、さんぽみち編集局へ。自薦他薦は問いません。