



親子の絆を深める癒やしの時間

スマイルママベビーマッサージ教室 坂井市



参加した記念に、満開のコリを前にパチリ。「幸せな思い出としてとめてほしい」と山口直美さん(右端)



教室風景

毎月第1・3水曜日、坂井市のゆりの里公園ドーム内の和室では、県の子育てマイスターで保育士の山口直美さん(62)がインストラクターを務めるベビーマッサージ教室が開かれている。子と母親の絆を深めるのも目的の一つで、ベビーマッサージだけでなく、手遊びや絵本の読み聞かせなども交えている。母親の相談に応じたり、声掛けをしたりするほか、悩んだ時に子どもとの絆を実感できるようにと写真撮影も取り入れている。3児の育児を経験し、保育士で

もある山口さんのアドバイスや励まし、初めての子育てに戸惑う母親に安心感を与える心強い存在だ。「時代の変遷で子育ての風潮に変化があっても子どもが求めているのは親の愛情。『三つ子の魂百まで』と言うように、乳幼児期は人として成長するのにとても大切な時期。そのためにはベビーマッサージが最適では」と考え、仕事を続けながら専門資格の取得に挑んだそう。山口さんは「ベビーマッサージは“全身運動遊び”なので、リンパの流れを良くして免疫力を高めます。さらに、触れ合うことで信頼関係が築き上げられるています」と話す。また「活動を通じて目に見えない心の根っこを育てたい。心の根っこが育てば、子どもが成長した時、独り立ちして行動できるように

なるはず」と強調。「そのためには乳幼児期に抱っこして肌を触れ合い、目を合わせて笑顔で話しかけたり歌いかけたりすることが大切」と子育て中の母親たちに呼びかけている。

この教室は、体調に応じて無理をしないようにとの配慮から予約を受け付けていない。年齢制限もない。「その日に会った人はみんな仲間。軽い心で笑顔あふれる時間を」という思いからだそう。毎月第1・3水曜日の午前10時半から正午まで。バスオトルと飲み物、おむつ用品を持参して、専用オイル込みの参加料金500円で誰でも参加できる。大石コミュニティセンターでも、毎月第2・4水曜日の午前10時半から正午まで「手形お絵かき遊び」をメインとした同様の活動を行っている。

「どの子も親の愛情をもらって、笑顔いっぱい健康やかに育てほしい。活動を始めて11年目に突入した今も、山口さんの当初からの理念は揺るがない。



愛用のデジタルカメラを手にする泉さん=福井市文京2丁目の自宅仕事場にて

写真に生の輝きを閉じ込めて

福井市文京2丁目 泉鏡子さん

以前から日刊県民福井本紙の読者の写真投稿欄への投稿や、さんぼみち1月号恒例の「今年私は…」の企画にも登場してもらった福井市文京2丁目の泉鏡子さん(69)。写真のみならず、長唄や三味線、日本舞踊、陶芸などをたしなむ様子や、1968年メキシコシティオリンピック、マラソン銀メダリスト君原健二さんの講演会を主催するなど、バイタリティあふれる活動に興味をひかれ、自宅を訪ねた。

私は1955(昭和30)年に福井市で生まれました。高校卒業後は周りの薦めもあり、日本陸上競技連盟福井県事務局員として働き、長い間、県陸上競技界の発展に力を注ぎました。昨年、君原先生の講演会を主催したのもその縁で、マラソンの重みとオリンピックの感動、そしてなによりそのお人柄を皆さんに知ってほしいと思った。素晴らしい人や、素敵なものを見つらるとすぐにみんなに教えたくなくなっちゃうんです。いま一番夢中になっているこ

とが写真撮影。ニコンの小さなデジカメが相棒です。きっかけは退職後に入会したシルバー人材センターで、会員向けの情報誌「あじさい」の編集委員になったこと。最初は会誌に載せる写真を撮っていたのだけど、撮っているうちに気づくことがありました。「生きとし生けるものはいつかなくなってしまう」ということ。その頃、母親の介護をしながら「街かどシリーズ 鏡子の写真展」として定期的に発表していました。その寂しさやつらさを写真に込めた。きれいなものを、きれいなまま残したい。そ

の思いが強くなって、街角の物陰に隠れた花や、ふとした風景、自らの琴線に触れたものをたくさん写真に残しました。写真の腕前は市や県の複数の美術展で入選するまでになりました。シルバー人材センターで出会った仲間を中心に写真サークルも立ち上げました。街角を撮り続けた写真は4年前から「街かどシリーズ 鏡子の写真展」として定期的に発表しています。来場者数は延べ7,000人にもなるんですよ。近頃は民謡やジャズ、クラシックなど、いろいろなジャンルの音楽の演奏家を招いた演奏と組み合わせた写真展を開催しています。みなさんに「素敵だね」と「こんな見せ方があるんだ」と、とても好評をいただいています。これからも出合いを大切に、いろいろなものに触れ、写真を通じて今生きている人や物の美しさを伝えていきたいと思っています。

お知らせ

★街かどシリーズ鏡子の写真展第11弾★
「音楽とのコラボ・セレナーデ」
日時：8月28日(水) 午前10時～午後5時
会場：福井市にぎわい交流施設ハビリン3階
ハビリンホール(福井市中央1-2-1)
音楽：午後1時～
ウクレレ、マリンバの演奏
三国凌平のまち流し
柗屋弥登悠師匠による三味線、日舞ほか



小学生を対象に行われた「身近な科学を見てみよう!!」のコマ

季節の話題

8月4日は「箸の日」

「は(8)し(4)」(箸)と読む語呂合わせから、1975(昭和50)年、わりばし組合によって「箸の日」が制定され、2014(平成26)年に一般社団法人・日本記念日協会によって正式に認定・登録されました。越前市には、箸を通して日本文化の素晴らしさを伝えようと国内外で活動している団体「はし和文化研究会」があり、小学校や児童施設などで箸使いを広めるために「おはし塾」を開催しています。日本料理は「箸に始まり箸に終わる」ともいわれます。美しい箸使いの所作は、一緒に食事をしていても気持ちの良いものですね。ホームページやYouTubeなどでも、正しい箸の持ち方や和文化(歴史・文化、和の心、礼儀作法、しつけなど)を発信しているの、参考にしてみてはいかがでしょうか。ホームページは「はし和文化研究会」で検索を。

いくつか知っていますか? 箸使いのタブー

- 迷い箸(まよいばし) 箸を持ったまま食べ物の上をあらく動かすこと。
- 箸渡し(はしわたし) 箸から箸へと食べ物を受け渡すこと。(違背を拾う行為を想起させるため忌嫌われます)
- 仏箸(ほとけばし) 箸をご飯に突き刺して立てること。
- 叩き箸(たたきばし) 箸で食器やテーブルを叩いて音を出し、人を呼ぶこと。(「茶碗を叩くと飢鬼が来る」といわれ、悪霊を招く行為とされています)
- 持ち箸・受け箸(もちばし・うけばし) 箸を持ったままで、他の食器を持ちたり、お代わりをしったりすること。
- 直箸(じかばし) 取り箸を使わずに大皿の食べ物自分の箸で取ること。箸を上下逆さにして用いる「逆さ箸」もマナー違反なのでご注意ください。(中国・朝鮮半島では逆さ箸は友好の証とか、郷に入っては郷に従えですね)
- すかし箸(すかしばし) 骨の付いた魚の上側を食べた後、魚をひっくり返さず、骨越しに裏側の身をつついて食べること。

(はし和文化研究会のホームページから一部を紹介)

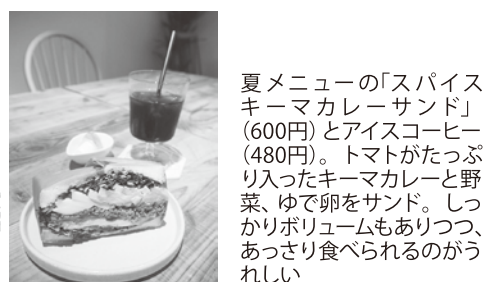
北陸初のマシンで作る

糸ピンスとサンドイッチのカフェがオープン!

ROKKA 福井市松本3丁目



オープン以来大人気の「純米大吟醸自家製シロップ酒粕ゆき氷」(1,300円)。オリジナルの5合弁に盛り付けられ、上には甘みのない生クリーム、黒豆、金箔(きんぱく)が載る。アルコール成分0で、食べた後の運転はもちろん、子どもが食べても大丈夫。糸ピンスは他に、フルーツを使用したものなど、常時5~6種類のメニューがある



夏メニューの「スパイスキーマカレーサンド」(600円)とアイスコーヒー(480円)。トマトがたっぷり入ったキーマカレーと野菜、ゆで卵をサンド。しつかりボリュームもありつつ、あっさり食べられるのがうれしい

福井市松本3丁目に今年6月、店の看板メニューの一つ「糸ピンス」は、ミルクなどのフレーズを瞬間的に凍らせながら糸状に削り、それを何層にも折り重ねて作るかき氷だ。ロッカでは北陸初の糸ピンスの機械を導入。まるでパウダースノーのようなフワフワで優しい口当たりで、口に入れるとすっと溶けたり、もう一つの看板メニュー、ボリューム満点のサンドイッチは、野菜などの具材をたっぷりサンド。マヨネー

ズは自家製で、使用する野菜などの素材にもこだわる。「いつでもお店を楽しんでほしい」との思いから、あえて定番メニューは置かず、季節の食材を取り入れ、長谷川さんやスタッフが「食べてみたい」「おいしい」と思ったものを提供する予定という。モーニング営業をしているのもうれしいポイントだ。店舗の大半は長谷川さんと家族、スタッフがみんなで手造り。木を基調にした温かみのある空間で、隣の席との距離も程よい。グループで来てでも、一人で来ても、周りを気にすることなく、ゆったりとした時間が過ごせるカフェになっている。

ROKKA

- 福井市松本3-10-11
- 0776-50-0612
- 午前7時30分～午後5時(イトインは午後4時L.O)
- 不定休(休日はお知らせせず、最新情報はインスタグラムで)
- 10台
- ホームページで情報発信中



笑顔で交流が生まれる場に

文化・芸術活動の発表の場 SDGsコミュニティスペースギャラリー POLAミナミ支店 福井市月見2丁目

「女性が健康で明るくなると、地域社会も元気になる」と、半世紀以上にわたって美容や健康を提供してきた福井市月見2丁目の「POLAミナミ支店」が、一昨年から誰でも利用できるアートギャラリー「SDGsコミュニティスペースギャラリー」を店舗内に新設し、地域の文化・芸術活動の発表の場として喜ばれている。

同店は、化粧品を通して生き生きと元気になってもらおうと、高齢者施設でメークボランティアを行っているのはじめ、病院でのギャラリー運営、海岸の清掃活動、ビューティーセミナーの実施など、長年にわたり地域のために活動してきた。新設したギャラリーは年齢に関係なく、人と人とのつながりを感じ

じられる拠点を作りたいとの着想から。県のクラウドファンディング型ふるさと納税制度の対象事業の認定を受けて誕生した。支店長の竹内真紀さんは「この空間を、子ども・若者・高齢者・親子連れなど年齢やプロ・アマに関係なく、作品展やワークショップなど自由な発想で多目的にお使いいただきたい」と話し、「さまざまな文化活動を通して交流を楽しみ、心にゆとりを持って元気になっていただきたい」と利用を呼びかけている。

バリアフリー対応で防音設備も完備。音楽やダンスの発表の場としても利用できる。アートを身近に感じられ、コミュニケーションと笑顔の交歓も生まれそう。詳しくは同店に問い合わせを。



テーブルや椅子もあるので、さまざまな用途に対応できる



POLA ミナミ支店
● 福井市月見2-14-3
● 0776-36-0780
● あり



今月の読者アンケートプレゼント

紙面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
 - ②住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業
 - ③現在購読の新聞名
 - ④おすすめのおいしい飲食店
 - ⑤読者からのお便りコーナー、テーマ「学校祭の思い出」への投稿を記入の上、下記のいずれかの方法でお送りください。

■はがき [宛先] 〒910-0005 福井市大手3-2-13 中日新聞分室内 「さんぼみち嶺北8月号プレゼント」係

■メール ■LINE ■ホームページ



osano@fukui.koho-c.co.jp ID:@059fzwww 投稿フォームから

※応募の際は「さんぼみち嶺北プレゼント係」と入力して下さい

A えほんのともドリンク引換券 **5人**

B 菓子工房 茶葉菜お買物券(500円) **3人**

C SDGsコミュニティスペースギャラリー POLAせつけんセット引換券



D 武井武雄展招待券 **10人**

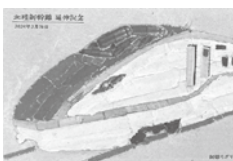
締め切りは8月20日(火)必着
※当選者の発表は、プレゼントのお届けをもって代えさせていただきます。

あったか塾

参加者募集

親子で作る新聞ちぎり絵教室

日時 8月24日(土) 午後1時30分～3時
場所 ハビリン2階の「福福小屋」
参加費 500円(ふきん、新聞のカラー紙面を持参してください)
対象 親子でご参加ください(祖父母とお孫さまでも可)
定員 5組10人(先着順)
講師 稲木美苗さん(ちぎり絵コーディネーター)



前回大好評により第2回新聞ちぎり絵教室を開催します。新聞紙をちぎって下絵に自由に貼り合わせて作る新聞ちぎり絵は、絵心がなくても子どもからシニアまで簡単に作れます。越前和紙の台紙に世界で一つだけの味わいのある作品を作ります。

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

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)

読者からのお便りコーナー



「めん房新月亭」(越前町)の夏もどき。スイカやワカメ、野菜もトッピングされていて、ボリュームもあります。ほんのりショウガ風味で、夏でもベロッと食べられます。(鯖江市 60代 男性)

亡き母が作ってくれた採れたての海藻から作ったトコロテンです。コリコリしておいしかったです。夏になると市販のものを買って食べるけれど、やっぱり違います。(福井市 70代 女性)

盛岡冷麺。コシのある麺とあっさりしたスープがすごくおいしいです。(福井市 60代 女性)

機械じゃなく、手で削ったかき氷を食べたいです。(鯖江市 60代 男性)

なんてって「冷やし中華」でしょ!梅だれでさっぱり、旬の夏野菜をたっぷり入れてちゅるちゅると…(福井市 60代 女性)

ショウガの味噌漬は、そうめん、冷ややっこ、酢の物の薬味としてとてもおいしくて食欲がでます。(福井市 60代 女性)

投稿募集

投稿してくださった皆さま、ありがとうございます。今回のテーマは「学校祭の思い出」です。楽しかったことや、おもしろエピソードなどを送ってください。

※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。

スタッフ日記

夏本番がやってきました。早朝から暑くて、筆者が子どもの頃は朝の時間帯は涼しかったのになぁと、昔を懐かしんでいます。今月のお便りコーナーのテーマ「夏にコレ食べたい!」にたくさん投稿ありがとうございました。筆者はやはり焼肉とキンキンに冷えたビールです。8月7日には立秋を迎えますが、厳しい暑さはまだまだ続きます。パワーをつけて酷暑を乗り越えたいと思います。

個人情報保護法

さんぼみちはお客さまに記入いただいた個人情報、さんぼみちとお客さまが地域の販売店において適切に管理し、プレゼントのお届けに活用させていただきます。