

## 「ノーテレビデー広がる」

“子供をテレビ漬けにしないで”

市民団体やお医者さんがこんな呼びかけを始めています。

テレビを見ない「ノーテレビデー」をもうけて、家族のふれ愛を促す試みが始まっています。

テレビ放送が始まって60年。テレビとの付き合い方を真剣に考える時期が来ているようです。



ある6歳の女の子は、平日をノーテレビデーにして3ヶ月。それまでは、毎夕1時間半近くテレビの前に座るのが日課だったそうですが、今では週末に好きなアニメ番組を30分楽しむだけ。その分、外で活発に遊んだり、親子でおしゃべりを楽しむ時間が増えたそうです。

この女の子のお家でノーテレビが出来たきっかけは、福岡市の市民団体が「アウトメディア大作戦」として家庭で1週間テレビやビデオ、テレビゲームなどとの接触を絶ち、メディア漬けの生活を見直そうという実験に参加してから。ノーテレビ運動をすすめる九州短期大学の山田真理子教授(幼児教育)は、「テレビをだらだら見ることで、子供が体を使って遊んだり、家族で過ごしたりする時間が奪われること自体が問題。テレビなしの生活を経験すれば、主体的にテレビと付き合う力が身につくはず」と話しています。

成功の鍵は、子供が納得すまで話し合うこと、そして親も子供が起きている間は、テレビを見ないこと。また、テレビを見えにくい場所に移すなどの工夫も大切。

テレビ付けの生活が子供達に与える影響も研究されだしていますが、テレビビデオ漬けの生活のために言葉遅れになってしまった事例も新聞に紹介されています。治療にあたった川崎医科大学の片岡教授は「子供の心を育てるには、双方向のやり取りが必要。テレビやビデオ漬けの生活の出現で、従来とは違う言葉遅れの子供が増えている」としています。

今の若いお母さんやお父さんはテレビとともに育った「テレビ世代」。この夏休み、子供たちと一緒にノーテレビデーに取組んでみては如何でしょうか。

## 「古い家の思い出なく」

新しい家は木の香りも豊かでうれしいものだが、その一方で失った物への郷愁は日を重ねるごとに強くなりがちだ。特に古い家を壊さざるを得なかったときに思いは募る。そんな時、古い家の使いこなした部材を新しい家に使う事で貴重な思い出を持続させ、懐かしい住み慣れた環境を持ち込むことができる。しかし、そのためにはコストがかかる「手壊し」にしなければならない。もっと手軽にしたいなら、建具や欄間、天井板など比較的是ずしやすい部材で気に入った物を活用することを考えてはどうだろう。こうした材料は新築工事が始まってから持ち込んでも使いきれるとは限らない。持ち込みたい材料が決まったら、設計段階でどこに使うか、使えるのかを検討する。建具は外すのは簡単でも使いたい高さに足りない事がある。上下に部材を足したり、周りに枠を取り付けたりし、既存の材料の大きさを把握した設計が必要になる。

年月を重ねた物がそこにあるだけで、懐かしい空間となり、新築のよそよそしさがなくなる。その懐かしさは引っ越しの疲れも癒してくれる。新しい家に慣れずにストレスを感じる事があるが、こうした配慮が新しい家を受入れていくことにつながる。

(高齢社会の住まいをつくる会)

## 「夏のガーデニング」

—きれいに咲かせるために欠かせない手入れ—

### 花がら摘み

花がらとは咲き終わった花のこと。つけたままにしては見えも悪く、種をつける準備をし始めると植物は老化の道をたどり株も弱まります。毎日花がら摘みを行いましょう。

### 切り戻し

切り戻しとは植物の伸びた茎や茂りすぎた部分をカットすること。余分な茎を切ることで養分が新芽にゆきわたり、次々につぼみをつけます。成長の強い物は切り戻して全体の調和をはかるように。夏はこまめに行います。

### ペゴニア

咲き終わった小花を摘み取り、最後に房全体を付け根で切り取る。

### チューリップ

花の盛りに早めに摘みます。茎のつけ根で切ると、見栄えが良い。

### ゼラニウム

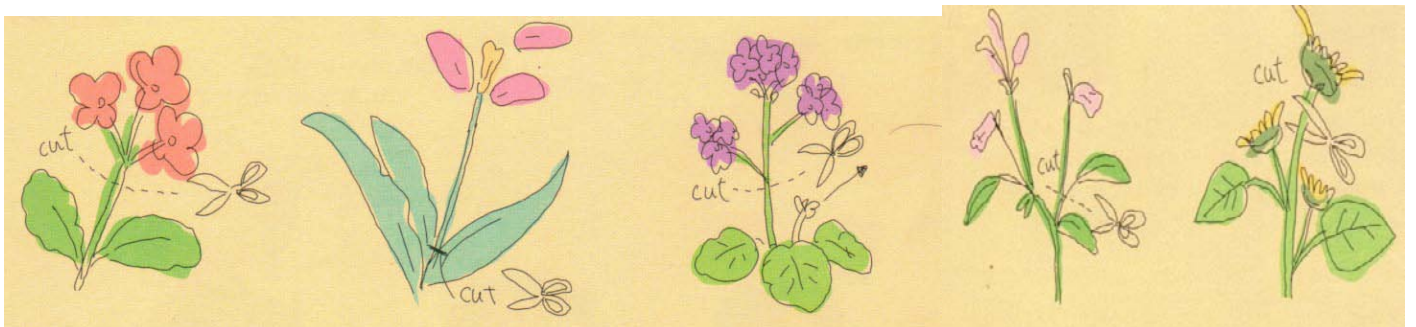
いくつかの房をまとめてきり戻す。新しい芽が出ます。

### ビオラ

花後放置しておくと株が弱るので花がらを摘む。

### ヒマワリ

よく切れるハサミで、細いものは手で摘む。



# 道具よもやま話(9)

道具よもやま話

9

気違いの遊び



わが国の大工は、職人氣質(かたぎ)といわれるように、昔から仕事の質に関わる道具と材料については並々ならぬこだわりをもってきました。また道具をつくる側の鍛冶も大工の心意気に応じようと、心根を込めて多くの優れた道具を生み出してきました。ここでは職人のやりとりの中から生まれた様々なエピソードを、紹介します。



奈良・斑鳩の法輪寺のそばに小川三夫棟梁の仕事場がある。小川さん(昭和21年生)は、法隆寺、法輪寺、薬師寺等の再建で有名な西岡常一棟梁の直弟子である。小川さんは、栃木県矢板から高校の修学旅行で薬師寺に来て、その場で弟子入りを願って断われている。

やっと弟子入りを許された小川さんが、西岡棟梁のもとで修業中に、勉強のために法隆寺五重塔の模型作りを思い立った。同輩と二人、仕事の暇を見つけては夜業をする日が3年近くも続いた。

縮尺は1/20、昭和の大修理の時の実測図を基に、細部の木組1本1本まで忠実に寸法をとり、仕口を刻んで精密に復元されている。

「初めは遊びのつもりだったけれど、これは気違いの仕事だった」

「やるからには、とことん気がすむまで力を入れた。こんな所まで見てくれる人もいないのに」

「遊びもここまでくれば面白いぜ」「男の仕事だ」

…もう一つ作ってもらえますか？

「いやー、もう駄目、若かったからね」

「嫁さんもらって、酒の味を覚えたら、もう駄目、根気が続かないよ」 斑鳩の里は春たけなわ、蓮華の花が真っ盛りであった。



# うちわ スイカ 線香花火 ほっとくつろぐ夕涼み

夜のとばりが降りてきて 空には夏の大三角  
岸辺で揺れる蛍の灯 世界に抱かれ憩うひととき



## 二百十日はご用心

8月31日は、立春から数えて二百十日。  
江戸前期、暦学者の渋川春海が釣りに出かけたところ、漁師に「今日は二百十日で海が荒れる」と忠告され、その言葉通り悪天候に変わって感心したと伝わっています。二百十日の頃は稲が開花する大事な時期のため、農民は台風に用心しました。「天災は油断禁物」の教えは、日本人の生活に深く息づいています。

## 知っておきたい！お墓参りのお作法

お盆やお彼岸に行くお墓参り。宗派は違っても、基本的な順序は同じです。できるだけ家族みんなでお参りしましょう。

- 1** ご住職や管理事務所にごあいさつ。手を洗い清める。
- 2** 合掌礼拝をしてお掃除。ゴミを除いて墓石をタワシで磨き雑草を抜く。
- 3** 花を供え、供物は半紙の上にのせる。
- 4** お線香を吹き消すのはタブー。けがれないよう手であおいで消す。全員が線香を持って供える。
- 5** 墓石にたっぷり水をかけてお参りする。正式には、一人ずつ数珠を持ちしゃがんで合掌礼拝。花以外の供物は持ち帰る。

### 檀家って？

寺院を通して仏教に帰依しているのが檀家。檀家は、宗教活動費用の負担、年中行事の参加などで寺院を支えます。ビジネスではなく、精神的な信頼関係で結ばれた間柄です。  
墓のことは離れて暮らす親まかせ、ということも多くなりました。習わしや寺院とのおつきあい、今後のことなど、家族で話しておくことも大切ですね。

### 我が家の家紋は...

先祖代々の墓に掘られている家紋は、名字の一字、縁起のいい事物などを図案化したもの。平安時代に公家や武家で始まり、江戸時代以降庶民にも広まりました。藤、片喰（かたばみ）など植物が最も多く、約2万もの意匠があります。



体がよるこぶ

## 旬彩のお話

紫紺つややか ナス



“なす紺”とよばれる皮には、ポリフェノール的一种ナスニンが含まれ、抗酸化作用があります。インド原産で、米ナス、長ナスなど種類豊富。大阪泉州特産の水ナスは、皮、肉質ともやわらかく、浅漬け用として有名です。

## 夏にぴったり！めん料理を一工夫！

<鶏肉とナスの梅味めん>

**材料** 細いうどん（稲庭うどんなど）…2人前 ささみ…200g ナス…4本 大葉…4枚 めんつゆ（ストレート）…大さじ4 酒…大さじ2 梅干し…3~4個 塩・サラダ油…適宜

- ①熱したフライパンにうすく油をしき、軽く塩をしたささみと酒を入れ蒸し焼きにする。
- ②①が冷めたら細くさき、めんつゆ大さじ2を混ぜ、たたいた梅干しを和える。
- ③ナスを細長く食べやすい大きさに切り、塩少々をふりかけ少量の油でよく炒める。めんつゆ大さじ2を入れて水分を飛ばす。冷まして②と混ぜる。
- ④茹でたうどんを流水で洗い水を切り③と混ぜる。皿に盛り付け、大葉の千切りをのせる。

## チャレンジ!! 子どものクッキング シュワッとさわやか フルーツポンチ

**材料**  
♥好きな果物  
(バナナ、オレンジ、キウイ、スイカ、メロン、モモ、パイナップル...)♥  
♥サイダー

果物を食べやすい大きさに切って!

スイカ・メロンは丸いスポンジでくりぬいてね



暮らしを笑顔にもっと楽しく

2012年8月号

発行元  
はなまる工務店の会  
神奈川県鎌倉市佐助1-2-4  
tel0467-33-4210

