平成25年2月号

いやしのひととき

千代田日記

～ちよだにっき～

今月のごあいさつ

立春のころ、皆様お変わりなくお過ごしのことと存じます。

さて、先日テレビである高校野球の監督さんのことが取り上げられておりました。この監督自身も高校時代に甲子園に出場した経験があり、今は母校で野球部の監督をされています。ご自身の経験から何事も「準備」が大切だと選手たちに教えています。

甲子園での試合でこんなことがあったそうです。野球は連係プレイが大切ですが、その手段は大きな声です。しかし、甲子園ではその声が観衆の声援にかき消され、全く聞こえず普段通りのプレイが出来なかったと。そこで今、選手たちには声で連係を取らず、大きなジェスチャーで選手間の意思疎通を図るという練習をしているそうです。実際、そういう場面が来るかどうかわかりませんが、練習をしていないといきなり試合ではできません。これが「準備」です。

年明けから株高、円安が勢いを増しております。安倍政権のインフレターゲット２％という政策によるものです。皆様、ご友人の方々、お子様たちは、デフレからインフレにかわるときの「準備」はされていますか？　実際、どの程度のインフレになるかは誰もわかりませんが、そういう時が来て慌てない為にも、今、「準備」を始める絶好の機会だと思いますがいかがでしょうか。

まだまだ寒さが続きます。くれぐれもお体ご自愛ください。

ご存知ですか？

飯田町の定火消(じょうびけし)

飯田橋駅の南側、千代田区富士見一丁目の富士見小学校の辺りには、江戸時代、火消の屋敷がありました。それが飯田町定火消です。江戸時代初期の江戸では元々火消の制度がなく、火事の際は幕府の命で大名が消火に当たっていました。その後三代将軍家光の頃に大名火消が設けられましたが、四代家綱の時の明暦の大火で江戸市中と江戸城天守閣が焼失。幕府は翌(一六五八)年、四千石以上の旗本四名を選び定火消という武家火消を組織しました。

定火消は幕府直轄の消防組織で、その火消屋敷は御茶ノ水・麹町半蔵門外・飯田町・小石川伝通院前の四箇所に設置されました。すべて江戸城の北西に配置されたのは、冬に多い北西の風による江戸城延焼を防ぐ為だそうです。定火消屋敷は約三千坪の敷地を持ち、出動用の馬も準備され高さ三丈(約九・一メートル)の火の見櫓もあり、現在の消防署の原型にあたります。

ちなみに町火消が初めて組織されたのは時代劇でも有名な八代将軍吉宗の頃です。

また毎年一月初旬に行われる出初式は、この定火消四組が行ったのが始まりです。

暮らしの足し算

イマドキ主婦は「昭和の主婦」よりやりくり上手？

母親と自分、どちらが「やりくり上手」だと思いますか。生活情報誌『サンキュ！』で二十代から四十代の主婦271人にこの質問をしたところ、6割の主婦が「自分」と答えたそうです。平成不況を体験しているせいか、昭和という時代を生き抜いてきた母親世代よりやりくりに自信があるようで、「お金だけではなく資源の節約にもなると思う」「生活にメリハリをつける上で日常生活のやりくりは重要」など、「やりくり（節約）は当たり前」というのがイマドキ主婦の共通認識だそうです。

買い物で「目利き」（商品のよしあしを見分ける力）に自信があるかを聞いたところ、6割強の人が「自信がある」と回答。自分の「買い物力」を自己採点した平均点は70・5点で、3人に1人は80点以上をつけています。「買い物上手」という自己評価もやりくり上手の自信につながっているのでしょう。

また、「大変」とか「苦しい」といったイメージの「やりくり」をむしろ楽しんでいる人が多いのも特徴です。ポイントは「買い物のメリハリ」と「安価なものをおしゃれにする工夫」。安価な家具にやすりをかけてアンティークに変える。安い食材に高級調味料を使って味のレベルアップ。流行の洋服はプチプラで、長く使うものはブランドものを織り交ぜる。こうしたメリハリと工夫で、お金をかけずに毎日をおしゃれに楽しむのがイマドキ主婦のやりくり術と言えそうです。

なごみひとさじ

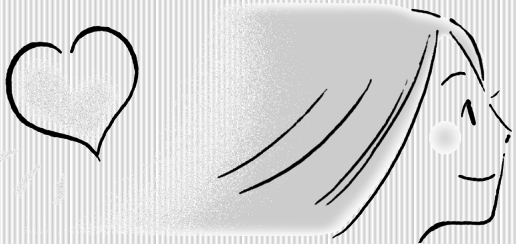
これからの世の中がどうなっていくのか、実のところは誰にもわかりません。けれど何がどうなっても、いちばん大事なことは「私はわたし」という強くてしなやかな気持ちだと思います。自分で判断し、自分で決断し、自らの責任で行動した結果に自分で責任を持つ。「私はわたし」とは、自分の頭で考えるということです。

世間は移ろいやすいもの。たった今の「イエス」が次の瞬間「ノー」には変わっているかもしれないほど、無責任にころころと良し悪しを変えていくのが世間です。世間の評価で生きている限り人は自由になれません。

自分の良心とちゃんと向き合って、堂々と凛々（りり）しく生きていきましょう。私はわたしです。

いつも堂々としていましょう。
どんなことをしていても、
どんなところにいても、
堂々と凛々しく。
世間があなたを評価するのではなく、
自らの良心で自らを評価しましょう。
自らの判断が大切です。
自らの考えが大切です。
自らの心が大切です。
私はわたし。

――李承憲（イスンホン） 希望の手紙『私はわたし』より



おいしい毎日のススメ

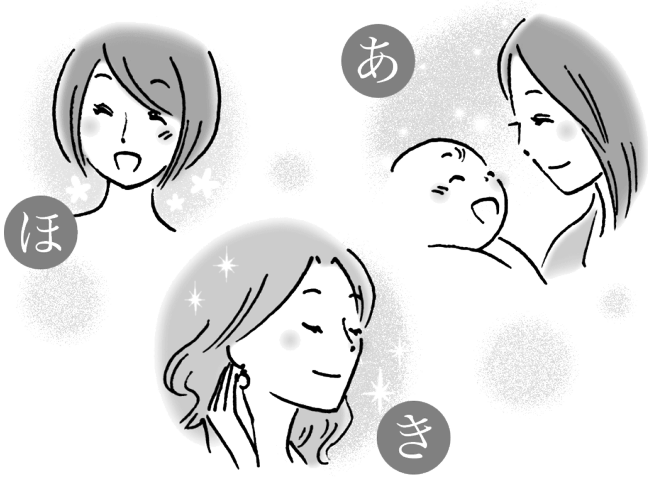
シスター・ボッセの幸せ指南書

日本在住65年、カナダ生まれの現役シスター、ジャンヌ・ボッセさんの著書『しあわせは微笑が連れてくるの』（メディアファクトリー）が静かなブームを呼んでいます。そこに書かれている人生を輝かせる40の習慣は、どれも当たり前のことばかり。けれど、迷うことの多い今の世の中で豊かさを受け取るには、当たり前のことを当たり前にすることが大切だと本書は教えてくれます。

慈愛に満ちたシスター・ボッセは御年96歳。彼女流の「当たり前」を「しあわせのあいうえお」で表現するとこんな感じです。

【あ】愛はすべての始まりです
【い】命は何より尊いもの
【う】上を向いて生きましょう
【え】笑顔はいつも気持ち良い
【お】老いを淡々と受け止める
【か】体をいたわるとは心をいたわること
【き】きれいにする努力を惜しまない
【く】苦しみの先には希望
【け】健康はありがたい頂き物
【こ】子どもの素直さを身につける
【さ】寂しいときも一人ではない
【し】静かな時間を持ちましょう
【す】好きと思う気持ちが大切
【せ】世界について考えましょう
【そ】外に出ることから出会いが始まります
【た】楽しい気分で周りを見る
【ち】近くにいても近づきすぎない
【つ】つまらない日など一日もない
【て】手をつないでみましょう
【と】となりの人に温かい気持ちで接しましょう
【な】涙で悲しみを流しましょう
【に】虹は神様と交わした安心契約のしるし
【ぬ】ぬくもりを感じさせる人でいましょう
【ね】眠っている心からは何も生まれない
【の】野の花はそのままで美しい
【は】話し好きは長生きする
【ひ】必要なものはすべて与えられます
【ふ】不思議を見つけて若返る
【へ】返事をしたらすぐ行動
【ほ】微笑みは誰でもできる贈り物
【ま】待つことは信じること
【み】身近な人に感謝する
【む】無理をするのはやめましょう
【め】目覚めていれば気づきも多い
【も】物に執着するのをやめる
【や】休むことも大切です
【ゆ】許すと自分が楽になります
【よ】弱い者に目を向けましょう
【ら】楽天的になりましょう
【り】リズムを付けて暮らしましょう
【る】ルールに振り回されないようにしましょう
【れ】歴史に学ぶ
【ろ】労働の喜びを味わう
【わ】わかり合えば幸せ　わかち合えばもっと幸せ

「幸福」や「豊かさ」は特別なことではなく、当たり前の日常の中で感じるもの。そんなシンプルな生き方に改めて気づかせてくれる一冊です。



心得の教科書

神式葬儀のマナー

神式葬儀では、仏式の告別式にあたる儀式を「葬場祭」といいます。仏式と異なり、会場に入る前に身を清める「手水（ちょうず）の儀」を行い、焼香の代わりに「玉串奉奠（たまぐしほうてん）」で故人の霊をなぐさめます。

玉串奉奠では順番が来たら前に進み、遺族と神官に一礼して玉串を受け取ります。玉串とは、榊（さかき）の枝に紙垂（かみしで）を付けたもの。神が宿るとされているので取り扱いは丁寧にしましょう。

玉串

右手で玉串の根元を上から持ち、左手で下から葉を支えます。このとき、左手の葉先の方が根元より高くなるようにします。

祭壇前へ進み、遺影に一礼します。玉串を胸の高さで時計回りに90度回転させ、左手を根元、右手を葉先へ持ち替えます。

そのままさらに時計回りで180度回し、根元を祭壇に向け、玉串を両手で静かに台に置きます。

ここで通常は二礼二拍手一礼ですが、神式の場合、二拍手の部分は「しのび手」といって、音を立てずにそっと手を合わせるようにします。

最後、遺影に一礼してから二、三歩下がり、遺族と神官にも一礼して退きましょう。

学び直しの日本語クイズ

どこがヘンでしょう？

次の文章にはおかしな意味の箇所があります。
その箇所と理由を考えてみましょう。

【1】あの人は偽善者ぶっている。
【2】彼の遅刻は確信犯だ。
【3】まんまと失敗した。

遅刻の確信犯？

【1】「偽善者」とは、本心からでなくうわべだけの善行をする人のこと。「〇〇ぶる」とは〇〇に似た振る舞いをすること。この二つをつなげて「偽善者ぶる」という言い方をすると、元々あまり好ましくない偽善者の真似をするという意味になってしまいます。「善人ぶる」とか「いい人ぶる」という表現が的確でしょう。

【2】「確信犯」を、悪いことだと分かっていながらする行為という意味で覚えている人が増えましたが、もともとは信念に基づき正しいと信じてなされる行為のこと。信念に基づいて「遅刻は正しい」と思っているなら別ですが、言葉の本来の意味は押さえておきたいものです。

【3】「まんまと」は「うまうま」から転じた副詞で、思いどおりにうまく、見事に、首尾よくといった意味です。従って「まんまと失敗した」は誤用。正しくは、「まんまと騙された」などのように悪事に使います。