平成25年6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

梅雨空が恨めしい今日この頃、皆様お変わりなくお過ごしのことと存じます。

さて、先日、国連教育科学文化機関（ユネスコ）が富士山を世界文化遺産に登録すべきと勧告を行いました。「富士山」は「日本の国家的な象徴だが、その影響は日本を超えて及んでいる」とし、「宗教的伝統と芸術的伝統の融合」と評価しました。古くから霊山として巡礼地になったことに加え、葛飾北斎の浮世絵などの題材となり、西洋の芸術思想にも影響を与えた点に顕著な普遍的価値が認められるとしました。地元は、早くも観光客の誘致合戦に熱を帯びてきております。今後は、観光客の増加によるゴミ問題が懸念されています。

「富士山」といえば日本一高い山ですが、二番目に高い山をご存知ですか？答えは、北岳（南アルプス　３，１９９ｍ）です。某国会議員が「２番じゃダメなのですか」と言って顰蹙（ひんしゅく）を買いましたが、１番と２番の認知の差は大きいと思います。

弊社も、当ビジネスモデルのパイオニアとして１番を目指し、金といえばゴールドリンクと認知されるよう研鑽に励み、皆様のご期待に添えるよう堅実に商売していこうと考えております。

ご存知ですか？

小判がザクザク

「おじいさんは竹藪で金色の竹を見つけました。切ったところ、中からかわいい女の赤ちゃんが出てきました。」というのはご存知、かぐや姫の話。

ところが平成の御代、竹藪の地下から金貨や小判が大量に出てきたのです。

発見されたのは、富山県小矢部市の歴史国道「倶利伽羅源平の郷・埴生口」の案内施設の工事現場。平成１４年（２００２年）のことです。

出てきたのは江戸末期の小判１２枚、二分金、二朱金、一分金など２８２枚、明治の金貨が１０１枚。

「小判を床下の壺に入れて」という話はよく聞きますが、竹藪は根が張り掘りにくく、聞いたことがありません。もっとも、その場所には５０年ほど前には民家があったので、当時は床下だったのかもしれません。小判は、質が悪く価値はあまりありませんでしたが、金貨は骨董品としてきわめて高価なものでした。

倶利伽羅峠は、平家が源氏の木曽義仲に敗れた地。まだ平家が残した金があるかもしれません・・・・・。

暮らしの足し算

もう一度「防災」を見直そう

首都直下地震など大地震の発生が危惧されるなか、みなさんはどのような準備をしていますか。平和な日々が続くと防災意識が薄れてきますが、いざという時、自分の身は自分で守らなくてはなりません。防災の忘れがちなポイントをおさらいしておきましょう。

■非常用持ち出し袋の見直し

防災の基本ともいえる非常用持ち出し袋。非常時に持ち出せるものは限られています。非常用持ち出し袋を買ってあるからと安心せず、時々中身を見直しましょう。災害時の持ち出し品リストの詳細はネットで検索できます。

■大災害への備え

見落としがちなのは大事なデータのバックアップ。保険、預貯金、契約、財産管理などのデータはバックアップを取り、非常用袋に入れておきましょう。最近は、思い出の写真をデジタル化して非常用袋に入れている人もいます。また、用意しておきたい食料と水の量は、自力で3～7日生活できるくらいだそうです。

■煙から逃げるときは低い姿勢で

火災の熱気と煙はまず天井に充満し、やがて床面近くまでいっぱいになります。これを吸うと呼吸困難で命を落とす危険があるので、逃げるときは下の方に残っているわずかな空気を頼りに、できるだけ低い姿勢ではって進みます。その際、濡れたハンカチなどを鼻と口に当てておくのも有効です。

新しいことを試みようとするときには
正解なんてない。
でもそこで一番大切になってくるのが、
自分の中にだけは「正解」と言えるものを
持っているということ。

――阿部秀司『じゃ、やってみれば』より

じさとひみごな

知らないことは不安です。やってみたいけれど、「どうなるかわからない」という恐怖が先に立って腰が引けます。そうかと言って不安や恐怖が消える特効薬などありません。それなのに何かを始める前には、こうすれば大丈夫、こうすれば失敗しないという「正解」を求めてしまいます。

けれど物事に絶対はありません。他人が言う「正解」を拠り所にすると、うまくいかなかったとき、それを言い訳にしてしまうかもしれません。失敗を人のせいにしている限り何もうまくいかないでしょう。

頼りになるのは他人の正解ではなく自分の正解です。正解といっても「正しい答え」ではありません。自分で考えて、自分で判断して、自分で決断した自分の選択が自分にとっての正解です。自分で選択できる自由をもっと大事に考えましょう。

おいしい毎日のススメ

ねぎらいの連鎖

数多くの夫婦問題にかかわってきたカウンセラーいわく、

「夫婦は言葉ありき」

これは夫婦の会話だけを指しているのではないようです。会話はもちろん大切ですが、日頃のねぎらいやコミュニケーションが十分でないと収まるものも収まらない、というのが職業的な経験から確信する夫婦円満の秘訣だそうです。

「ありがとう」

「お疲れさま」

「ご苦労さま」

「大変だったね」

こうしたねぎらいの言葉が夫婦の信頼関係を作り上げていくのでしょう。

単純に相手をほめるのとは違い、ねぎらいの言葉は相手の成果に関係なく伝えられます。仮に旦那さんのお給料が減って家計が苦しくなっても、「お仕事お疲れさま。いつもありがとう」とねぎらうことはできます。お料理の味付けに失敗してしまっても、「作ってくれてありがとう」とねぎらってくれたら、また頑張ろうと思えるものです。

ねぎらわれると、「自分を見てくれていた」「やったことを認めてくれた」と感じ、心がポカポカと暖かくなります。体の中心から暖かいものがこみ上げて、もっと頑張ろうという気持ちになるでしょう。

すると不思議なことに、相手も自然とこちらをねぎらってくれるようになります。ねぎらわれる心地良さによって心に余裕ができ、やさしい気持ちになるからです。ねぎらいの連鎖ができている夫婦は信頼関係で結ばれていると言ってもいいでしょう。

「ねぎらう」とは「苦労や骨折りに感謝する」ことです。「結果」に感謝するのではなく「苦労」に感謝するのです。結果が出ようが出まいが、頑張ってくれたという骨折りに対する「ありがとう」や「お疲れさま」がねぎらいなのです。

夫婦だけではありません。家族同士、友達、ご近所付き合い、嫁姑の間でも仕事の仲間同士でも、難しい問題が起こっているなら、原因は「ねぎらい不足」かもしれません。

「いつもありがとう」

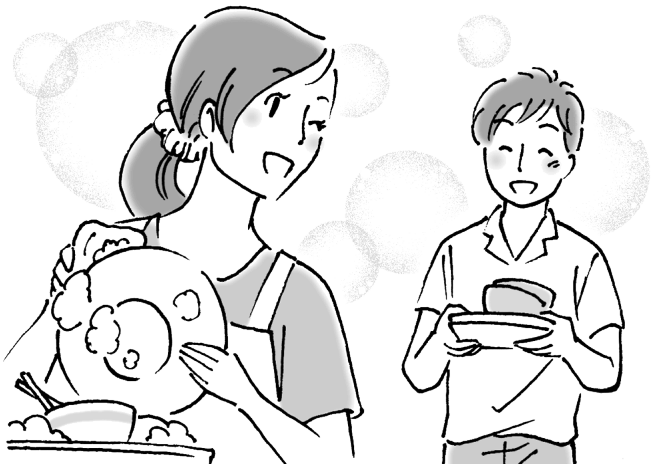
「大変ななか、お疲れさま」

「あなたが頑張っているのを知ってるよ」

「あなたのことちゃんと見てるよ」

身近で大切な人からのねぎらいの言葉は、ぎくしゃくした関係に注す潤滑油のようなもの。まずは自分からねぎらいの言葉をかけてみると、相手のこころを動かすかもしれません。

そして何より大切なのは、自分で自分自身をねぎらってあげること。自分に「お疲れさま」を言ってあげましょう。あなたは今まで、とてもとても頑張ってきたのですから。



心得の教科書

雨の日の心得

人口が過密だった江戸の町では、大勢が快適に暮らすための「江戸しぐさ」というマナーがありました。

たとえば雨の日の「傘かしげ」。傘をさした同士がすれ違うときは相手の反対側へ自分の傘をかしげ、傘から落ちる雨のしずくが相手にかからないように気遣いあったそうです。雨が多くなるこの時期、傘をさしたり持ち歩いたりするときは、ぜひ「傘かしげ」を思い出したいものです。

傘をさすとき柄の部分を肩にのせている人を見かけますが、後ろの人は目の前の傘で視界がさえぎられてしまいます。傘から落ちるしずくで自分の背中が濡れることもあり、そのまま電車やバスに乗れば近くの人の迷惑になりかねません。傘の柄はしっかり握ってまっすぐ持ちましょう。

傘を持ち歩くときはなるべく自分の体に近づけておくことも周囲への気遣いです。また、乗り物に乗るときや建物に入るときは、傘からのしずくが床に落ちないように気をつけましょう。「マイ傘袋」を用意しておくと便利ですね。

学び直しの日本語クイズ

＜キーワードに当てはまる慣用句は？＞

■を埋めてキーワードに関連した慣用句を作りましょう。

【キーワード】知ったかぶり

【１】■■夜舟　【２】■豆腐　【３】■が川にはまる

【１】白河夜舟（しらかわよぶね）。何が起きても気づかないほどぐっすり眠っていることのたとえ。「白河」は京都の地名。「京都を見物してきた」と嘘をついた人が白河のことを聞かれて川の名前だと思い、「夜中に船で通ったので知らない」と答えて嘘がばれたという逸話に基づくとされます。「白川」とも書き、「よふね」とも読みます。

【２】酢豆腐（すどうふ）。古い江戸落語。暑い季節にみんなで酒を飲もうとしたが肴（さかな）がない。昨夜の豆腐は釜に入れて蓋をしたのでドロドロに腐っていた。そこへキザで半可通（はんかつう）な若旦那が来たので、「到来物の珍味だが何かわからない。若旦那ならご存知でしょう」と持ちかけて食べさせる。若旦那は、「これは酢豆腐ですな」と知ったかぶりで一口食べたらさぁ大変。なおも勧められると、苦しまぎれに「いや、酢豆腐は一口に限りやす」。

【３】粋（すい）が川にはまる。その道を究めた専門家が油断から失敗することのたとえ。「弘法も筆の誤り」「猿も木から落ちる」と同じ意味。