

# 地デザ日誌

## 活動の先輩から学ぶこと

やりたいことや興味のあることをきっかけに、暮らしを豊かにする企画をつくり実践していく「地域デザインの学校 in 西都」。8月末に講座が始まり、先日、第3回「ご近所インタビュー」を終えました。

今回は、地域交流センターさいとびの館長、会場をお借りしている地域複合福祉センターいとあしの施設長、新しく西都公民館の主事さん、学生と地域をつなぐ取り組みをすすめる若い世代の自治会員さん、の4人から興味のある方を希望してチームに分かれ、インタビュー。取組の内容や、地域に関わるようになったきっかけなどを伺いました。

インタビューのみなさんそれぞれに共通していたのは、役割や課題を持ちながらも「地域との関わりを楽しんでいる」こと。受講生のみなさんも、その姿勢や熱意、課題の考え方や捉え方に刺激を受けたようでした。講座が終わった後に偶然まちで再会し、「ぜひ一緒にやりましょう!」とさっそく名刺を交換された人もいたそうです。



次回からは、それぞれのやりたいこと、テーマを発表しあってチームをつくり、活動の企画内容を考えるステップに進みます!

櫻井香那 (ドネルモ/スタッフ)  
http://donnerlemot.com/



冷泉荘不動産 Reizensou Real Estate



エンジョイレトロビル!

新メンバーも参入。3年目のDIYリノベWEEKが始動!



©Fukuoka DIYリノベWEEK:  
http://fdwr2016.strikingly.com/

※最新情報はFacebookでチェック!  
https://www.facebook.com/FUKUOKADIYR/

梶原あき (冷泉荘不動産スタッフ)



SUKUYOKA ~ OHANA たちへ  
ナブア発 16号



もやもやするときには。

ヨガ的に言う心の働きに「グナ」があります。「グナ」とは「質」の事、「3つのグナ」があります。・サットバ ・ラジャス ・タマス  
湖に映った綺麗な満月は、湖面が静かで穏やかな時、月のありのままの綺麗な姿が見えます。これがサットバの状態です。さざ波で湖面が揺れているとき、満月の形が歪んで見えます。これをラジャスの状態と言います。湖自体が濁って、月が写っている事さえも解らない状態にあるのをタマスの状態と言います。また、ラジャスは未来をタマスは過去を表すようです。サットバは「今、この時」です。過ぎ去った過去や、まだ来ていない未来に心を奪われるよりも、ありのまま、あるがままの状態に満足する事が大事だといえます。

「今を生きる」

今この瞬間がもたらしてくれる、全ての出来事や目の前の状況に對して、贈り物だと思え感謝をして生きていく。そんな



な自分になれると信じていく。なんかのテレビのコーナーで、「忙しくても収入が高いほどいい」のが「家族と過ごす時間が大事」なのかをアンケートしていました。年齢の高い人達は前者を、若者達は後者を選択していました。どちらの気持ちもわかります。若いときはそんな綺麗な気持ちでいてほしい。でも、生きてるだけでもお金はかかる(笑)。病気になったときに、病院にいたり、手術をしたり、休養をとるためのお金は絶対必要だもんね。愛する人をお金のせいで失うのは、どのみち自分自身が不幸になる。

私のグナは、サットバで安定することはあまりないけど、月の満ち欠けと同じように、動きが止まる事なんて何一つない。だから、流れる中でも正直な自分でいたいと思うのでした。新鮮なものを食べ、綺麗なものに囲まれて、安心を手に入れられる人と出会います。心に優しい言葉を聞いて、過ごせたらなおいい。

月は雲ってたり、お昼間には見えないけど、確実に私達のそばにいます。目で見えるものだけが真実じゃない事もお忘れなく。過去にとらわれたり、未来にとらわれ過ぎてラジャスやタマスと呼び込むこともあるけど... 妙にもやもやとした気持ちや体調のときは、静かに通り過ぎるのを待とうね。今を生きるために(\*^\_^\*) 心も整理するために。たまには静かに、ラジャスやタマスが通りすぎるのを見送ったほうがいいですね。

高橋ひとよ

(ラウレア・ヨガ&ピラティス スタジオ代表/美・Body salon ナブア代表)



## サンダーレンズ Thunder Lens\*

サテライト冷泉荘で今月号の表紙撮影を終えた帰り道、目がちかちかして止まないサンダーさんの足元に強烈な存在感をこちらに向けているショッキングピンクのスニーカー。別の方向見ているも視界に入ってきてしまうくらい光輝いておりまして、これまたシャツとサックスのパンツとうまくマッチさせた、ド派手な色を使いつこの涼しげな感じを演出できるサンダーさんのコーディネートに脱帽です。

撮影：雨宮康子

酒民党员でもある、まちづくり屋さんにも聞くと!

## 毎日 in 酒話

山椒でお酒を



寒さを感じる季節になりました。寒い季節に上手く使ってほしい山椒(サンショウ)の話。うなぎを食べる時にはお馴染みの山椒は、食欲増進や胃腸の働きを向上させます。また代謝を促し、冷え性を改め、鎮痛作用もありますので、特に女性にお勧めです。英語ではJapanese pepper (日本のコショウ) といいますが古来より愛されてきました。春の若菜は木の芽として日本料理には欠かせません。5月の花山椒、6月の実山椒、そして秋の割山椒と

愛用されます。割山椒は、山椒の実が熟して割れた皮をすりつぶして粉にしたものです。これがよく見かける山椒です。

山椒は山椒魚にもその名が使われています。見た目山椒の木肌のような、山椒の香りがするからその名が付きましました。有名なオオサンショウウオは天然記念物なので食べられませんが、その他の山椒魚は滋養強壯の秘薬として食べる地域があります。機会があればお試しください。

小説家の中島敦の歌に「山椒魚は山椒魚らしき顔をして水にたっぷりあるたゞ何となく」とありますが、山椒魚のようにたゞ何となく過ごす秋があっても良いですね。

## アトリエ穂音 日本画家の徒然叟

### 日本画とは? ①

最近、夜になると虫の音なども聴こえるようになってきました。ひと月が過ぎるのは、早いものです。福岡市のけやき通り中程、ミヤトレ赤坂ビル2階にあります「ギャラリー尾形」にて、9/21~28日まで福岡では2年ぶりの個展を開催して頂きました。作品を気に入ってくださった方々から、沢山の作品を購入して頂いて、感謝しております。それを励みとし、これからも自分の制作を精進します。未長く代々その作品達が、それぞれの場所で時を経て引き継がれていければ、素晴らしい事でしょう。

さて日本画と言うと、その名前前から日本の風景や日本的なものを描いた画風だと思われる方も多い様で、たとえば、水墨画、浮世絵などを連想される方もいらっしゃると思います。説明しますと水墨画は、墨の濃淡で表現したもの。浮世絵は、原画である肉筆もありますが、江戸時代の浮き世を表現する今で言うところの宣伝用や記録用写真の代わりでもありプロマイドや印刷物、フライヤーのようなもので版画という技法によって成り立ち、広く海外まで知られるようになったのは、輸出される陶磁器を入れた木箱に詰め物として利用されていたからです。

本当は、1500年前から存在して使用され続けてきた水干絵具や岩絵具や胡粉などの絵具を使用し、膠で定着させ描かれた絵のことを総

称し、日本画と呼びます。それは、明治時代に外国から油絵(西洋画)の存在と技法が伝わったあとに日本で古来継承されてきた絵具材料や筆などを含め、技法的な違いを油絵と区別するために付けられた名称なのです。墨も使いますが、水墨画との違いは、絵具の色がふんだんに使われているところでしょうか。但し、接着材料の違いで区別すると油絵に対する名称なら膠絵と呼ぶべき、なのかもしれませんね。

アトリエ穂音/日本画家 比佐水音

