

わたし日和

平成十九年九月号

こんにちはマルエムプロパ

ンの佐藤昭です。前回、前々

回と少し堅めな話が続いた

ので今回は少し気楽に行き

ましょう。ということござっ

そくマルエムプロパンで働

いている人の紹介コーナー

を始めてみたいと思います。

今回は昭和四十二年からマ

お元気ですか？

村岡 はい、よろしく。

佐藤 出身はどこですか

村岡 群馬県の太田です

佐藤 子供の頃の楽しかつ

た思い出というとなにかあ

りますか

村岡 そうだなー魚釣り、た

こあげ、あと、野うさぎ追っ

なんかして遊んでいました。

佐藤 なんだか野生児っぽ

いですね

村岡 当時はみんなそう

やって遊んでいたよ

佐藤 では子供の頃の「うち

そう」というとなんですか

村岡 えーと、すぎ焼き、ほ

たち、すし、ですね。

佐藤 ほたち以外は現代

と変わりませんね

村岡 昭和ですから！

佐藤 ちなみになつかしい

味というものがあれば教え

てください

村岡 焼まんじゅうです

佐藤 焼きまんじゅう？

その言葉自体がすでにになつか

しい感じですね。

ところで長いことガス屋さん

をやってきたわけですがうれ

しかった事という何があり

ますか

村岡 一番は故障した器具を

直してお客さんに喜ばれたと

きかな

佐藤 仕事をするとき、くだ

わっていることなどあれば教

えてください

村岡 いつもお客さんの立場

になってもものを見るようにし

ています

佐藤 ではお客さんに会つと

きに心がけていることがあれ

ば聞かせてください

村岡 いつも笑顔ということ

を忘れないようにしています

佐藤 なるほど参考にさせて

もらいますね、それではもしガ

ス屋さんになっていなかった

ら何をしましたか

村岡 海が好きなので漁師に

なりたかったですね

佐藤 ちなみに趣味は？

村岡 海釣りです

佐藤 ほんとに海が好きなの

うですね。では今後チャレンジ

したいことはありますか

村岡 ギターと絵です

佐藤 ギターを弾ける人、絵の

うまい人どちらもかっこいい

ですね是非チャレンジしてく

ださい。それでは幸せを感じる

のはどんなときですか

村岡 富士山を眺めながら一

杯飲むとき

佐藤 まさに至福の時という

感じですね、では座右の銘があ

れば教えてください

村岡 遠藤周作の言葉で「汝、

虚しゅうする事なかれ」です。

佐藤 現役引退後にやってみ

たいことはありますか

村岡 キャンピングカーで日

本一周ができればいいなとい

う夢はありますね

佐藤 キャンピングカーに

乗って気ままに旅をするとい

うのには憧れますね、いつか実

現できると良いですね、今日は

有難うございました。

村岡 いぎげんやう。



お財布も、ちょっと贅沢

投資で資産運用を考
えるなら、当面使う予
定のない「余裕資金」を
当てるのが基本です。

ご存知のように投資は
ハイリスク・ハイリ
ターン。基本的に
元本保証はなく、
最悪の場合は元
本がゼロ以下に
なってしまうこ
ともあります。自
己責任の範囲で
△りをしない。これが投資
で失敗しない大原則です。

金融商品には、株や投資
信託、外貨投資、個人向け国
債などがあります。この中
でもっともリスクが少ない
といわれているのが「個人
向け国債」です。国が発行す
る個人専用の債券で、利子
と元本（額面金額）の支払いは国
が保証してくれます。1万円か
ら1万円単位で購入できる手軽
さと、銀行の金利よりも高利回

余裕資金を個人向け国債でいかす①

りなことから投資初心者にも人
気の高い金融商品です。

個人向け国債には2種類あ
り、発行時の金利が満期まで変
わらない5年満期の「固定5年」
と、半年ごとに実勢金利を反映
して利率が変動する10年満
期の「変動10年」です。どち
らも半年ごとに利子が支払
われ、満期時に最後の利子
と元本が戻ってきます（次
回詳しく説明します）。

また、1年を過ぎれば途
中解約できますが（1年末
満の解約は不可）、場合に
よっては利息が大きく目減
りして、受け取り金額の合
計が元本を下回る可能性が
あります。やはり、満期まで
待てる余裕資金で運用する
ほうがいいでしょう。

個人向け国債は募集期間が
決まっており、3月、6月、9月、
12月の年4回。郵便局や銀行、
証券会社などの金融機関で購入
できます。

からだも贅沢

病をうれひて益なし。只、慎むに益あ
り。もし必死の症は、天命の定れる所、
うれひても益なし。人をくるしむるは、
おろかなり。（養生訓 巻第六より）

【意味】養生の道を守っていれば、
健康について悩まずに暮らすこと
ができます。もし、養生を心がけて
いても命にかかわることがあれ
ば、それが運命だと現実を受け入
れましょう。運命を嘆いても仕方
ないのです。

現実を受け入れる――。頭では
理解できても、実際の悩みに直面
すると、現実を受け入れるとはど
ういうことなのか立ち止まってし
まうものです。病気なら苦しみや
痛みを我慢することなのか。個人
的な問題ならその状況を乗り越え
ることなのか……。いずれにしろ、我慢
したり乗り越えたりするのは頭で考え
るほど簡単ではなさそうです。

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

松本サリン事件で犯人扱いされ、今
でも意識不明のまま療養生活を続けて
いる妻と暮らす河野義行さんが、こう
おっしゃっていました。

「憎悪より妻が生きていることへの感
謝のほうがはるかに大きい。与えられ
た現実の中で最大限に生きる」

幼い頃から破傷風やバイク事
故で生死をさまよい、さらにサリ
ン事件に巻き込まれた河野さん
にとっての《現実を受け入れる》
とは、《我慢》や《乗り越える》と
いう発想よりも、今、目の前にあ
る幸せに感謝し、できることを精
一杯やることなのでしょう。「与
えられた人生を恨みの感情で生
きるのは損」という言葉の重みが
胸に迫ります。



一粒のシヨコラ 一粒のシヨコラ

人生の一粒

朱夏（しゆか）
朱夏（しゆか）

夏

が終わりを告げようとするこの時期。空の青さは日にとに澄みわたり、風は心地よく、爽りの秋を目前に心も天高く昇ってゆくようなすがすがしさを覚えながらも、どこか漠然とした寂しさを感じるがあります。それは夏という季節に対する惜別かもしれない。しかし、夏から秋への移り変わり、季節以上のなにかを人の心に映し出すように思っています。

中国の伝統的な発想に「青春・朱夏・白秋・玄冬」があります。これは五行説による古代中国の世界観で、この4つが人生のある時期（ライフサイクル）を表すのだそうです。

万物は五行（木・火・土・金・水）から成り立つとされ、それを季節と色で表すと、木は春で青、火は夏で赤（朱）、金は秋で白、水は冬で黒（玄）。つまり、「青春」は春の青年期。「朱夏」は夏の中年期。「白秋」は秋の壮年期。

作

「玄冬」は冬の熟年期なのでしょう。

家の堺屋太一さんがある週刊誌に寄せた随筆で、「人生の盛りを『朱夏』として、『人生80年代』なら、40代がその前半、50代はその後半に当たるだろう」と書かれていました。

「人間は、ある日突然、自分の人生を引き算で考えるようになる。私も、50代に入って間もなく、オーストラリアのフリースペンの博覧会場を眺めていたとき、突然それを感じた。『あと何回こんな旅ができるだろうか』と思った瞬間から、それまで時間的限界を考えなかった自分の人生に、有限感が漂いだした。最初それは衝撃だったが、すぐに開放感と使命感が変わった。

不安感が減って毎日が大切に思えた」

夏の終わりに漠然とした

寂しさを憶えるのは、自分の人生を季節に重ね、人生の折り返しを意識するからなのでしょう。上り坂のあとに控えるゆるやかな下り坂。坂を上っている途中では、やがて下り坂になることも、もしかすると自分が坂を上っていることすら気づかないかもしれません。しかしいずれ、下り坂が見えてきます。

上り坂も下り坂も同じ一日。今日という日が二度とないのは今も10年後も同じこと。季節も日々も、そして人もうつろいます。だからこそ愛おしいと頭で分かっているのと実感するのは別で、引き算されていく人生を実感したときに初めて本当に毎日を大事に思えるのだとしたら、それは『今』であってよいのです。

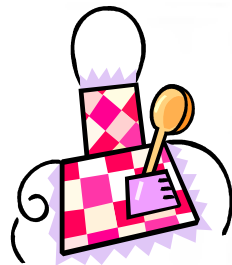


賢者の台所

旬の食材でおいしい贅沢

生しいたけ でからだの調子を整える

まもなく食欲の秋。旬の食材が出回り、きのこ類もおいしい季節です。きのこの中で最もポピュラーな生しいたけもこれから旬で、国産栽培ものが店頭並びます。低カロリーで食物繊維の豊富なしいたけには、新陳代謝を高めるグルタミン酸や、血中の余分なコレステロールを排除するエリタデニンというアミノ酸などが含まれています。また、免疫機能を強化して活性酸素を抑える成分もあり、この時期注目の食材です。生しいたけを選ぶときは、笠が半開きで肉厚、いしづきに変色がない新鮮なものを。裏側が白いものが良質です。紫外線に当たるとビタミンDに変わる成分も含まれているので、調理の前には日に当てて栄養価を高めましょう。



9月の賢者レシピ

生しいたけとホタテのパン粉焼き

食物繊維が豊富
低カロリー
ヘルシーな食材

新陳代謝を
高めて
免疫機能を強化

調理の前に
日に当てて
栄養価を高める

◆材料(4人分)

- ・生しいたけ:18枚
- ・ほたて貝柱:6個

A(香りパン粉)

- ・生パン粉:1カップ
- ・にんにくのみじん切り:1片分
- ・パセリのみじん切り:大さじ6
- ・塩:小さじ2/3
- ・こしょう:少々
- ・パルメザンチーズ:大さじ3
- ・オリーブ油:大さじ4~6

◆作り方

①生しいたけは石づきを切り、軸つきのまま縦横4等分に切る。
ほたて貝柱も縦横4等分に切る

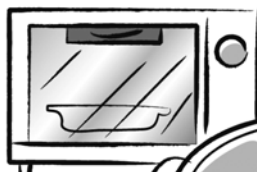


③2にオリーブ油を加えてパン粉がしっとりするまでよく混ぜる。
1の生しいたけとほたて貝柱を入れてしっかりからめ、耐熱皿に入れる

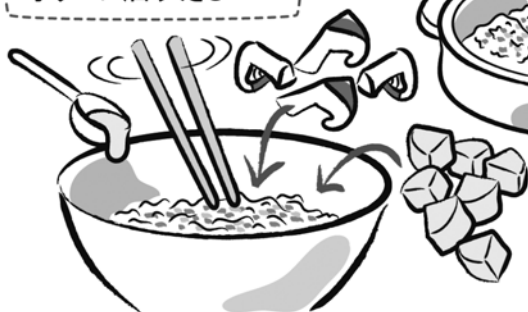
②大きめのボウルに、生パン粉、にんにく、パセリ、塩、こしょう、チーズを入れて混ぜる



④3を230~250度に熱したオーブンに入れ、パン粉に焦げ目がつくまで15分ほど焼く



※オーブントースターでもOK。
パン粉が焦げやすいようなら、途中でアルミホイルをかぶせて。



とっさの流儀

お墓参りの基本

秋のお彼岸にお墓参りをする人も多いでしょう。墓地が遠く、たまにしかお参りできないならなおさら真心を込めたいものです。

持参するのは、タワシ・ホウキ・ゴミ袋などの掃除道具、ロウソク、線香、お供えする花・お菓子とそれを置くための半紙など。水汲み桶とビシヤクは墓所で借りられるか確認しておきましょう。お墓の周りに雑草がはえていることもあるので、草かきや軍手があればより便利です。

お寺の敷地内にある墓地なら、まず本堂にお参りして住職にご挨拶しましょう。水汲み場で手を洗い、桶に水を汲んでお墓に向かいます。

墓石は、水をかけながらタワシなどで丁寧に洗います。線香台、水鉢、花立などの細かいところも忘れずに。掃除が終わったら花立に花を挿し、ロウソクを灯して線香を焚きます。

おはぎや故人が好きだったお菓子などを半紙の上にお供えし、墓石にそっと水をかけ、近親者から順に墓石の前に屈んで手を合わせます。「く」なっただ方の冥福を祈ることも、自分が今あることへの感謝を込めて礼拝しましょう。

お墓にいたる時間は線香が3分の2くらい燃えるまでが適当だそうです。また、供物はその場でいただくか持って帰りましょう。

編集後記

7年ほど前から始まったある活動があります。それは古くなって廃棄処分されるプロパンガスのメーターを業者に引き取ってもらい、そこで得たお金で神奈川県内の児童養護施設等にガス器具や机、ベッドなどを寄贈するというような活動です。この活動は「社団法人神奈川県エルピーガス協会青年部」というところが音頭をとって毎年行なっています。ですがほとんど何のアピールもしていないので知る人ぞ知る秘密活動のようになっていますがメーターの回収で得られる金額は毎年約百万円くらいになりそれを品物に変えて寄贈しているのですがかなり存在感のある(?)寄贈品になり寄贈先の施設の方々にはとても喜んで頂いています。神奈川県知事から感謝状をいただいたりもしているんですよ(！)去年は二宮の心泉学園、その前は小田原の富士学園、秦野のあけぼの園、近いところでは綾瀬市吉岡の唐池学園(平成十四年実施)などです。世の中へのアピールが足りませんが、皆さんのご家庭で使われ古くなったガスメーターもひそかに地味に社会貢献してるんですよ。(この活動に参加していない企業もあり全部のガスメーターが活かされているわけではありません。)



かど)

有限会社マルエムプロパン
神奈川県大和市上草柳533
電話046-261-3866
FAX046-263-9205

会社設立 昭和38年11月5日
社員数 5名

(国道246号線 上草柳交差点)

来月も
おたのしみに!

