

# 日々楽々

山に表と裏はあるのでしょうか。どこからでも見えるはずの山に表裏などあるわけない……と思いきや、世界遺産にも登録された日本一の名山・富士山ともなると話は別。諸説が飛び交い、大変興味深いテーマに発展します。

昨今、富士山を話題にする「静岡県対山梨県」という構図が定着する傾向にあるようです。いわゆる「表富士・裏富士問題」です。富士山をめぐって、山梨県民・静岡県民の仲はあまり良くないという噂すら耳にします。特に、「裏」とされる山梨県側では、「どこから見たら、静岡のほうがいいでしょう!」と不満をあらわにする方も少なくないとか……。

な論争が始まったのでしょうか。

実は「表富士・裏富士」という呼び名は、近代になって始まったものではないようです。富士吉田市に、一六八〇(延宝八)年製作の富士山登山案内図「八葉九尊図」という史料が遺されていますが、その中で、南からの頂上部に「するが口表」の注記が認められ、山の南面(静岡側)が表と考えられていたようです。

また、甲斐の国の代表的地誌である「甲斐国志」などにも「南面が表で、北(山梨側)は裏である」という表現が見られるようです。甲斐の国の地誌で「裏」としているのですから、当時、山梨県側も、「山梨側が裏である」と認識していたと推測できそうです。

この他に、表富士・裏富士という呼称を後世にまで広く知らしめた、有名な出来事があります。それは、一八三二(天保二年)頃から一八三五(同六)年頃にかけての、浮世絵師・葛飾北斎による代表作「富嶽三十六景」の発表です。

当初は名前の通り、主版の三十六枚で終結する予定でしたが、作品が人気を集めたため追加で十枚が発表され、計四十六枚になったそうです。当初刊行された三十六枚を「表富士」、追加された十枚の作品を「裏富士」と呼ぶそうです。

版行当時の呼び名であったのか、後世になってからの呼称なのか定かではありませんが、その後作られた「富嶽百景」でも、甲州西部(甲府盆地西部)付近での葉煙草干しの

図柄を「裏一」としています。

表裏論争に関しては、みなさんそれぞれにご意見があると思います。現在静岡側は富士の伏流水で工業が発展し、山梨側は富士山観光でにぎわっています。日本一の富士山は、その野の土地に分け隔てなく恩恵を与え、見る者すべてに感動をあたえてくれる、まさに日本一の山。」とこちらが表でもいじゃないか?」と笑っているような気がしませんか?」



表?.. それとも裏?..?



# 本日も我が家は晴天ない!



## 幸せだと思える人は成功する

ハーバード大学で人気第1位の講師は、心理学者、  
ショーン・エイカー氏です。

彼は、「成功すれば幸せになれる」のではなく、「自分  
は幸せだと思える人ほど、よい結果を生んでいる」  
ということを提唱し、自らの研究で実証しています。

例えば、ポジティブな状態はネガティブな状態と  
比較して、①生産性が31%高くなる②販売では  
37%成績が上がる③医者では19%早く正確に診断す  
る……といった結果を導き出しました。

現状に対して少しでもポジティブになれると、そ  
の人の脳は「幸福優位性」を発揮し始め、それが結果  
に対して大きな影響を与えるというのです。「幸福優  
位性」とは、幸福感そのものがエネルギー源になると  
いう考え方といってもいいでしょう。「笑う門には福  
来る」ということわざはまさに幸福優位性をあらわ

しています。幸せだ  
から笑うのではな  
く、笑うから幸せに  
なるのです。

では、具体的にポ  
ジティブになるに  
はどうしたらいいのでしょ  
う。彼が薦めるのは「ポジ  
ティブのための21日間、脳  
トレーニング」。

毎日3つずつ、その日新たに感謝をしたいことを  
ノートに書き留める、というものです。これを21日  
間続けていくことで、脳がネガティブなものではな  
く、ポジティブなものを見つけようとするパターン  
が身につくというのです。

いかがですか? わずか3週間なら、私たちにもで  
きそうな気がしませんか?



## 虫食い漢字

中央の空白部分に入る漢字を考えてね



鯽③ 鯛② 鱒①【よ景】

台所の排水溝のお掃除  
は嫌なものです。特に、  
いつも悩まされるのがあ  
る又々又々した「ヌメリ」。  
でもこれが、十円玉を置く  
だけで解消されるのを  
知っていますか?  
ご存知のとおり、十円玉  
は銅でできています。銅に  
水がかかると銅イオンが  
発生し、抗菌作用で除菌、  
バクテリアの繁殖を抑え  
てくれるのです。

生ゴミを捨てる三角  
コーナーや排水口に、十円  
玉四枚ほどをネットに入  
れ、置いてみましょう。  
また、キッチンだけでな  
く、お風呂のヌメリとり  
も活用できます。同じく  
ネットに入れた十円玉数  
枚を、浴室の排水口のこ  
ろに置くだけです。

いずれも、驚くほどピカ  
ピカになりますよ。ぜひ一  
度お試しください。

十円玉でヌメリを落とす

### 10秒で納得! 生活の裏ワザ



# 食のトリビア



## 秋ナスは嫁に食わすな？

が美味であることには変わりのないようです。

もあるそうです。

で、それを「子種がなくなる」という呪術的発想につなげ、嫁には食べさせないのだという説もあるそうです。

す。

健康上の配慮からの言葉、という説もあります。

味だ……とするのが最も有名かもしれませんが。

です。

「秋ナスは嫁に食わすな」ということわざがありますが、その意味には諸説あり、現代では正確な意味が分からないとも言われています。

## 今日の献立

### ナス鶏丼

材料（2人分） ご飯・丼2杯分／鶏もも肉・200g／ナス・2本／生シイタケ・2個／大葉・2枚  
土ショウガ・大さじ1／赤唐辛子・1本／水・50ml／酒・大さじ1／しょうゆ・大さじ1／  
砂糖・大さじ1.5／みそ・大さじ2／サラダ油・小さじ2

① 鶏もも肉はひと口大に切る。ナスはひと口大の乱切りにして水にさらし水気をきる。シイタケは薄切りにする。赤唐辛子は種を取って小口切りにする。



② フライパンにサラダ油・土ショウガ・赤唐辛子を入れて火にかけ、香りが出たら鶏もも肉を炒め、火が完全に通ったら、いったん取り出す。



③ 同じフライパンにナスを入れて炒めしめついたらシイタケを加え、鶏もも肉を戻し入れ、水・酒・しょうゆ・砂糖・みそを加えて炒め合わせる。



④ 丼にご飯をよそって③を盛り、大葉をちぎって散らす。



## 一日一禅 癒やしの禅語

### 山雲海月情 (さんうんかいげつのじょう)

話尽(かたりつくす)山雲海月情……これは、山の心情・雲の心情・海の心情・月の心情、即ち山雲海月の情が一切の心情を表し、親しきもの同士が胸中の心情、境地、心境のありったけを語りつくすさまを表す言葉。つまり、お互いの腹の底まで包み隠すことなく、あらいざらいに打ち解けあい、語り合うという意味になります。

さて、皆さんのご家庭は、祖父母も一緒に二世帯家族ですか？ それとも、核家族でしょうか？

近年、核家族が増加傾向にあり今では全体の60%を占めるようになったと言われています。昔から、長男が実家に残り次男や娘は家を出て行くというケースが多かったため、核家族が増えていくのは必然だったと言えなくもありません。

けれども近年は、長男でも実家に残りたくないという人が増加しているのです。

その理由として「家を継ぎたくない」「親との同居が嫌」といったことがあげられ、現代人にとって核家族は、元来は濃い間柄の血縁者ですら、関係が希薄になってきているということの象徴と言えます。

しかし、核家族は若い人たちなどには気楽な反面、子供の教育にとっては良くな

い傾向だという指摘が多々あります。

「家庭の教育力の低下」「コミュニケーションの希薄化」「青少年非行」「不登校」「児童虐待」などの問題の原因の一つとして、核家族化が挙げられているのです。

全てが核家族のせいというわけではないでしょうが、最終的には家庭をベースに育まれるべき「心の問題」に起因するようには思えます。

山雲海月情……せめて身近な家族や恋人・友人には、包み隠さず自分を表現できるよう向き合いたいものです。その中で豊かな心が育まれると信じたいと思います。

時には、家族が顔を合わせて徹底的に語り合う、そういった時間を是非設けてみてはいかがでしょうか。





# リフォーム相談帖

## 少しでも有利な返済方法は？

リフォームローンの返済期間は様々設定でき、返済方法も、ボーナス払いを含めるか否かで毎月の返済額が変わるなど、いろいろなパターンがあります。

まず重要なのは、自分の返済能力を考える事です。返済方法は、元金均等返済と元利均等返済の2通りが選択可能です。

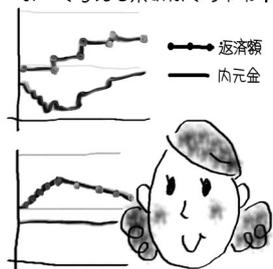
元金均等返済では、毎月返済する元金が一定で、金利はその時点の返済残額にかかってきます。ですから、返済当初は返済額がかなり大きく、必要月収も多くなないと大変ですが、次第に楽になっていきます。

これに対して、元利均等返済は毎月の返済額が一定で、当初の返済は比較的

楽ですが、金利部分を先に払うシステムのため借入残高は思ったより減りません。ただし、繰上げ返済することで元金均等返済に近づけることができます。

また、民間のリフォームローンは、固定金利と変動金利の2通りの金利設定を選べます。固定金利は借入時の金利が最後まで続くもの、変動金利は返済途中で変化させるものです。金融広報中央委員会のウェブサイトにわかりやすい試算ツールがあります。試してみてください。

元金均等返済と元利均等返済が...よく考えて決めなくちゃね!



## Q あなたは「右脳派」？「左脳派」？

### チェック1

自然に指を組んだとき(お祈りのポーズ)、  
親指は右が下？  
左が下？



### チェック2

自然に腕を組んだとき、腕は右が下？  
左が下？



## 自分の心のそいてみたい？

# A

指↓左が下、腕↓左が下「右脳派」

【完璧主義なアナリストタイプ】

理論的で筋道だてて話すため話が長くなりがち。情報収集、分析が得意。物事の先が読めるため未来を心配しがち。慎重な分、一度はまるごとこころはまる。

指↓右が下、腕↓右が下「左脳派」

【天然タイプの博愛主義者】

直感的なひらめきやイメージのまま行動する。裏表のない正直者。好きなことにはことんはまり、興味のないことには無関心。

指↓左が下、腕↓右が下「右脳派」

【人を動かす策士】

状況を客観的に把握し、相手の感情に響く発言、行動をとれる。「コミュニケーション能力が高いが、人付き合いは常に適度な距離感を保つ。負ける戦は初めからしない。

指↓右が下、腕↓左が下「左脳派」

【クールに見えるが情に厚い】

物事をイメージで捉え、自分なりに筋道立てた行動をとる。マイペース。相手の感情を察する能力が高い。マナーや礼節に欠ける人は苦手。お金よりほめられたい。

# 十一月十七日は「将棋の日」

江戸時代、将棋好きだった徳川家康は、将棋を囲碁とともに幕府公認の遊戯としました。

## この日、何の日？

その後、家康と同様、将棋ファンと言われている八代将軍の徳川吉宗が、十一月十七日(旧暦)を「御城将棋の日」と定め、年に1回の御前対局を開催するようになりました。吉宗は、一七一六(享保元)年から一七四五(延享二)年までの三〇年に渡って将軍職に在位。「享保の改革」は有名ですが、フィクションとしても時代劇「暴れん坊将軍」などで描かれ、より広く知られるようになった人物です。

明治維新後は、幕府という公のスポ

ンサーがいなくな

ったことと、将棋



文化の推進は、後に発足した東京将棋連盟や日本将棋連盟といった機関へ受け継がれていきます。

現代の「将棋の日」は、吉宗の時代に御前対局が行われていた日を記念日として定めることとし、日本将棋連盟が一九七五(昭和五十)年に制定したものです。毎年、将棋の日が近づくと日本将棋連盟が主催するイベントをはじめ、全国各地で将棋にまつわるさまざまな催しが行われています。

## 社長歳時記

みなさん、こんにちは。十一月になって急に寒くなって来ましたが、お身体の調子は如何でしょうか。寒くなったと思ったら、今年も流行語大賞のノミネートが発表になりました。有力候補は、「倍返し」「じえじえじえ」「おもてなし」など、騒がれ始めましたが、私はやっぱり、「あまちゃん」ファンだったので「じえじえじえ」が一押しですね。「あまちゃん」の放送が終了して、「あまロス」状態になるかと思っていたのですが、「うちそうさん」を毎日楽しんでます。アキちゃん御免なさい。東京の洋食屋さんの娘の「めい子」を中心に、家族のあり方を画いているように思います。また、毎日色々な料理を見て、美味しいものを作る為の「一手間」に感心しています。「めい子」が嫁ぎ先の人間関係で苦労しているのを見てると、私達も結婚して30年になりましたが、結婚当初、私の家族と同居してましたので、当時を思い出してしまいます。まだ、続いていると言っていることは、妻も「めい子」みたいに、頑張っていたんだなと想い、切なくなる時があります。人生の半分以上を一緒に暮らして来ました。残りの人生、労に報いたいと思っています。皆さん見守って下さいね。

### 今月の作品

木造住宅の柱を抜いて14帖の広いリビングに改装中です完成が楽しみです



・会社名:株式会社 長崎壁装センター

・社員の人数:6名

・提供商品:住宅リフォーム設計施工(内装・外装・水廻り・介護・アウトレット)

クロス・カーテン・カーペット・襖・建具・表装(掛軸・額装)

・モットー:お客様の笑顔の為に仕事がしたい

・会社の場所:本社 長崎市葉山 1-28-9 営業所 長崎市横尾 3-35-28