

読書ノート

- ・ さわやかに老いる知恵 新福 尚武著
精神科医のすすめ 婦人の友社

この本、昔買ったのにどこにも見当らず、また買って手元に。やがて身の変化(老化)に日々とどい、どう受けとめればいいのか、どのように老いて命を終えるのか、答えが出ない。精神科医のアドバイスにうなづき、前向きに生きていきたいと思う。

最後の章は、野口弥生子さん(小説家)。大分、白井へ東京から移築した弥生子さんの自宅を、私は昔、外から見学した。品のある洋風の家、畠99歳、10ヶ月余りが歿するまで文筆活動に徹底された。規則正しい生活、好奇心旺盛、日常生活の中でよく体を動かし、身のまわりに余分なものを置くのを嫌、いざために整理、妻として母としての家庭生活も自らきりもりして家事にもいそしました。

若いころ読んだ「海神丸」「秀吉と利久」の格調高い小説。再読するエネルギーが今はない。

- ・ へいわとせんそう にいかれいゆたう ぶん NORITAKE 著 フロンズ新社

へいわのボウ センそうのボウ
へいわのまち センそうのまち
左ページに平和の男の子が前を向いて立っている。右のページにせんそうのボウは両ひじをかかえてうすく立っている。短い短いとほと単純なりんかく線の絵。何度も読む、戦争に向う大人たちとの本を見て話したい。

作り物
おかいもの

ホロテトとかぼちゃのダイスサラダ

(2人分) ホクホク、シャキッおいしい味

じゃがいも 1/2 (150g)	A マヨネーズ
塩 小さじ 1/2	フレーンヨーグルト
かぼちゃ 100g	各大さじ 2
りんご 1/2	塩 コショウ 少々

- ① じゃがいも 1cm 角に切り、熱湯カップ2杯に塩を入れた中でゆでる。
- ② かぼちゃも 1cm 角に切り、熱湯でゆでる。
- ③ りんごも 1cm 角に切り、うすい塩水につけてすぐ水気切る。
- ④ A を合わせ①②③ をあえる。



彼岸花の球根は有毒、食べた村人は、川で毒をさらして

食べていた。土佐、石鎚の山の方寺川といふ小さな集落、民族学の宮本第一の本に書かれ、みつけましたと寺川を訪ねたことがあります。

人生の先輩から教わった日々の暮らしの小さなこと。
たくさんのこと教えてもらいました。

若い人に伝える?

毛布、シーツ、ハサオルなど
大きな四角いもの見たもと

まず「四隅を
集めて片手で
持ち

もう一方の手で
わの方を引いて
伸ばす。

これで四つ折り、
あと適当な大きさに
たたむ。

大きな毛布も
ひびの上に
たためます

お女在
茶の
おり
室
長
か
果物

食べたあと
それいに

貝のおつゆ

実を
食べたら
カラはうつむけ

○ 開いた
食べた跡が
ついた方を下に、
皮の表を上に。

きちんと片寄せて。

食べたあと
それいに

貝のおつゆ

実を
食べたら
カラはうつむけ

○ 開いた
食べた跡が
ついた方を下に、
皮の表を上に。

きちんと片寄せて。

①
カフ
タ
ヤ
マ
ジ
セ
ム
ス

お定
よそ
あ
よ
う
に
ま
す

小学1年
わたくし
おはの「お作法」の
おけいこについ? 行った
ときの先生のことば。

今も覚えています。

9/24

けやき通信 2022.10月
No 352

一錦織 佳代子一

町はすれの田んぼの
赤せりに彼岸花の
帯

世界にどんなことが
いつの年と同じように
まつすぐ伸びて笑く。
子どものころと同じ
風景に出合って

・ 先月号“すきなノート”の中のスペリングがまちがっていました。正しくは Modern - Alvar - iittala です