



# にしじま通信

編集者 西島 由紀恵



急に寒くなってまいりましたが、みなさん、お変わりありませんか。  
もうすでに、学級閉鎖のところもあるそうですので、くれぐれも体調管理にはお気をつけくださいね。

さて、先日ブータンのワンチュク国王夫妻が、  
国賓として来日されました。  
笑顔がすてきでイケメンの国王は、日本でも大人  
気だったそうですよ。東日本大震災の被災地  
(福島県)を慰問されたとき、小学生を前にしたお話が、とっても心あたたま  
るものでした。



ブータンの国旗にも描かれている「龍」の物語を引用し、「龍は私  
たちみんなの心の中にいて、“経験”を食べて成長します。だから、  
私たちは日増しに強くなるのです。自分の龍を鍛錬して、感情をコ  
ントロールすることが大切です。心の中にいる一人ひとりの龍を大切に育ててく  
ださい」このお話は、ブータンの小学生にもされているそうです。

“国民の幸福度”が世界一高い国ブータン、行ってみたい国の一つになりました。

〒919-0621 あわら市市姫 5-6-33

西島木材株式会社

リフォームハンズにしじま

西島和之一級建築士事務所

フリーダイヤル 0120-430-150

H・P nishijima-wood.co.jp

～社長の一言～

先日、母の一周忌をしました。もう一年か…  
と本当に早く感じます。去年の今頃、毎日病院  
に通っていたことが思い出されます。

「墓に布団はかけられぬ」と  
いいますが、もっと生きてる  
ときに親孝行すればよかったと  
今頃になって思います。



……木になるおはなし……

## 「豊かな自然心つくる」

建築士事務所協会は、作家のCWニコル氏を招いた講演会を開催しました。 (福井新聞より抜粋)

長野県で生物を育む森の再生に取り組むニコル氏は「森は間伐すれば豊かになる。豊かな自然は豊かな民族と心をつくる」と訴えた。

「間伐して地面に光が入るようにすれば、木も元気になり、花が咲き、昆虫や小鳥がいっぱい来る。絶滅危惧種も戻り、森が復活する。」と間伐の意義を強調した。

日本は森林が国土の約67%を占めるにもかかわらず、林業を担う人が激減している点を危惧し、「自然が豊かな国は、自然といっしょに働かなければならない」と指摘。輸入8割の材木市場を改め、国産材を積極的に使っていくべきだとした。

虐待を受けた子どもたちを森に招待し、笑顔が戻ったエピソードも語り、「森は心を豊かにする。日本人の心が元気になったら、経済もついてくる」と訴えた。



Art Document 2011 SHIGEKO HIRAKAWA exhibition  
**平川 滋子展** アートドキュメント2011  
— 空気が危ない? — 光合成の森  
2011年10月22日(日) → 12月11日(日) 公開制作期間 - 2011年10月12日(水) → 21日(金)

金津創作の森で開催されている「平川 滋子展—空気が危ない?—光合成の森」のチケットがありますので、欲しい方はご連絡ください!

1枚500円ですが、もちろん無料でお渡ししますよ。12月11日まで開催。

たまに、私も創作の森を散歩するんです。心が浄化されるような気がします。

元気お婆さんの  
おすすめレシピ



### 大根の皮のきんぴら♪

《材料》

大根の皮…適量  
にんじんの皮…適量  
ごま油…適量  
さとう・酒…大さじ1  
しょう油…大さじ1と1/2  
いりごま…適宜

《作り方》

1. 大根・にんじんの皮は3mmほどの細切りにする。
2. 鍋にごま油を入れ、大根・にんじんを炒める。透き通ってきたら、酒・さとう・しょう油を入れ炒める。仕上げにいりごまをふりかけ完成。

ビタミンCは実よりも皮のほうが多いです。毛細血管を丈夫にするビタミンPが皮には含まれています。