

カタロにて



日時：2月13日(土) 13:00~15:00
 18日(木) 10:00~12:00
 (ひな祭りコサージュレッスン体験可)
 2月15日(月) 10:00~12:00
 27日(土) 13:00~15:00
 (通常レッスン体験可)

★ご出産・お誕生日祝いに プリザーブドで飾ったおむつケーキを作りませんか。オーダーもお受け致します(¥5000~)

お問い合わせ・お申込み:
 片岡 090-7267-4498
 HP <http://p-f-cherie.petit.cc/>

甘味 café 空~く~で
 一日オーナーになってみませんか!

ケーキ・和菓子・飲み物・ランチetc..
 ちょっとした喫茶店を貸しきってのホームパーティ
 のようにたくさんの方々に腕をふるってみては!?
 もちろん私達スタッフもお手伝いさせていただきます。

★お友達やご夫婦で是非どうぞ!!
 詳しくは 0297-60-1666(カタロ)まで

~おすすめ商品 今月のコミットコム~

HaRman
 センサーコンロ
 45QSI

親水性クリーンコーティング施した、
 キレイが保てるガラストップコンロ。



通常価格 105,000円
 (税込 110,250円)
 特別価格
49,990円! (税込)
 ★交替工事費・既存コンロ処分費込み!

限定4台!!
 LPガス 2台
 都市ガス 2台

お早めにご連絡下さい!

お家の事でお困り、気になることなど、お気軽にご相談下さい!!



北側には筑波山が望めます
 ~ご家族3人でいちばん高いところから~



お天気にも恵まれました、1月吉日つくば市H様邸 上棟式が行われました



北澤工務店&甘味Cafe空~く~から

★ 2月 工務店は・・・ 龍ヶ崎市W様邸着工予定です
 地鎮祭、上棟の模様をお伝えします

★ 2月 空のミニショップは・・・手芸工房亜雅沙さん 『ハンカチブローチ』
 秋乃紅葉さん 『こけし』 です



Open Sesame! (オーセサン) 紹介します!



外観です。

昨年10月に甘味café空〜くう〜で、『ワンデーシェフ』を体験された小島範子さん。雑穀だけで作るランチはとて好評で、『もしかしたらやれるも!』と自信をつけたそうです。ワンデーシェフのあと、『自宅の空スペースをそのサロンとして活用したい。』とご相談を承りました。私(おさむ)自身が非常に興味を持っている世界でもありましたので、とんとん拍子に話は進み、『いやしろち』なるような工夫をふんだんに取り入れリフォーム工事となりました。工事中にはイメージの違いから手直しなども発生してしまいましたが、写真のようにとってもすてきなサロンが完成しました!



ワンデーシェフ時のランチ。サロンではフルコースとなります。

ご自身がアトピー性皮膚炎やアレルギーに苦しみ、食の探求をしていた折に雑穀と出会い『腑に落ちた』感覚があったのだそうです。以前よりオーラソーマのプラクティショナーも習得されており、ココロとカラダの両面からのアプローチを目指されようとしています。舞踏家としても活躍されている小島さんは『身体も大切。スピリチュアルも大切。でもカラダが基本。雑穀でカラダがよるこぶ感覚を体験して欲しい。実は雑穀ってとってもおいしいんですよ!』と笑顔で語られます。



その雑穀ランチを食べさせていただいた私。食感といい、甘みといい、香りといい、まさにカラダがよるこんでいる感じが!!ぜひこれはおすすめです。多忙な毎日。否が応でもストレスが蓄積される日常。こんな現代だからこそ、時には『内なる声に耳を傾ける』時間が必要なのかもしれませんね。尚、ランチ会は予約をいただいたの会費制となっています。詳しくはホームページをご覧ください。<http://noara-open-sesame.com/>

雑穀&甘酒料理発信処
Open Sesame! Bio

曜日 金曜日・土曜日
時間 12:00~14:30
定員数 1日1組(2~6名様)
会費 完全予約制
お一人様¥2,300
(小学生以上)

どちらも予約は、メールでお願いします。
Info@noara-open-sesame.com

オーラソーマサロン
Open Sesame! Colors

実施日 日・月・火曜日
時間 10:00~11:00 11:15~12:15
13:45~14:45 15:00~16:00
土曜日 15:00~16:00
コンサルテーション料金
¥5,500

雑穀いろいろ



白米に比べて食物繊維は約8倍、マグネシウムは約5倍

ヒエ



白米と比較してマグネシウムが約4倍、鉄分が約3倍含まれており、きびたんぱくには善玉コレステロールの値を高める効果がある

キビ



鉄が白米の約6倍含まれている。鉄分の含有量がレバーより多く、貧血気味の人にもおすすめ

もちあわ



必須アミノ酸を全て含み、白米と比較して食物繊維が約10倍、カルシウム・マグネシウムは約7倍、鉄は約6倍、ビタミンB2は約10倍含まれている

キヌア



高キビ

豊富なカリウム筆頭にマグネシウム、カルシウム、鉄などのミネラルをバランスよく含み、食物繊維も多く含んでいる

おさむのひとごと

2010年となって、初めてのひとりごとを書いています。皆さまはどのようなお正月を過ごされたのでしょうか。

《反省》

前回(新年号)のひとりごとがとて不評だったんです。『理屈っぽい』『情感がこもっていない』との指摘も受けました。実はほくもそう感じていたんです。締め切りが迫ってきて『書かなければならない』が先行して、ただただ書き続けた。ひとりごとは出来上がりましたが、こう、なんていうんでしょうか、ぐわあ〜って湧き上がってくるものがない。文字が並んでいるだけだったんです。一所懸命『考えて』書いてしまった。『感じた』ことを書いているこの『ひとりごと』なのに、『考えて』書いてしまったら、やっぱりそうやってしまいますよね。今回はたぶん、違います。湧き上がってきています。(笑)いま、ニタニタしながら打ちこんでいる自分がありますから。(笑)それは、1様との関わりを書こうと思っているからです。

《1様との出会い》

1様との出会いは、もう10年以上前にさかのぼります。当時、私と社長であった父との関係がうまくいかず、現在の藤ヶ丘に新たに事務所を建て、別々に仕事をしていた頃のお客様です。1様は父の事務所『半田店』のお客様でした。完成当初より不具合が発生していたようです。その間に世代交代が行われ、社長は会長となって一線を退き、ぼくが会社の代表となりました。『後をとる』ということは、全てを引き継ぐことです。良いこともそうでないことも。当然ながら1様からのクレームが、ぼくのところに来るようになりました。その都度対処させていただくのですが、1様の感情は増幅していったんです。今にしてみれば、1様の真意を感じようとせず、1様の激しい言葉に直接反応してしまう自分の未熟さがありありと浮かんでくるのですが、当時はそうならなかった。積極的に対応させていただく気持ちがだんだん失せて、何か連絡があってからしぶしぶ訪問するような態度になっていました。そんなぼくを1様は許すことができず、ますますぼくを攻撃するようになる。またそれに反応してしまう自分がある。極めつけの言葉は『おやじさんのころとお前は違う!』と。でもだってそれって、・・・違うじゃん!!!!だんだんと後ろ向きになっていく私。

《年末アフターサービス》

北澤工務店では、新築工事をさせていただいたお客様に『気持ちよく新年を迎えていただきたい』との思いから、父の代からずっと、年末巡回訪問アフターサービスを実施しています。建具の調整や点検などは無償で作業させていただいています。当初は1様のお家もちゃんと伺っていました。でも、いく度に過去からの不具合を指摘され、ぼくからすると『すごい剣幕』で怒鳴られる。『できるところまではやっている』と思っている私ですから、その指摘に対して反感を抱いてしまう。2年前に初めて『遠いから、件数が増えてしまったから』と自分に言い訳をして訪問しませんでした。そして昨年の年末も、...

《大晦日の夕日》

昨年は年末まで仕事が続きました。やっと事務所にもどって、一息。そしてぼくが一番大切にしている瞬間が近づいてきました。それは、『大晦日の夕日』『初日の出』に願う心はとっても大切。でも、365日目の大晦日の夕日に手を合わせるころはもっと大切。美しい夕焼け、刻々と変化してゆく美しい空と自分のところがシンクロナ

イズしていくような感覚。

全ての影が東側に伸びて金色に染まり始めました。31万5千kmを走ってくれた愛車セフィーロは、年末にそのご褒美としてぴかぴかに磨きこんでもらいました。その愛車と共に気に入りの場所へ。

・・・静かなその地。昨年の夕日は、ほんとうに美しかったです。ブログにも大きな写真を掲載していますので、よろしかったらご覧くださいね。

その頃なんです。『こんなじゃだめだな』と感じたのは、『苦手なことから逃げちゃダメだ』と。



大晦日の夕焼け

《仕事初め》

年が明けて仕事初め。ちょっと大袈裟かもしれませんが、『意を決して』1様のお家におじゃましました。また叱られるのでは。また感情的になってしまうのでは。。。

あいにく奥様しか居られませんでした。しかし『すぐに帰ってくるから待って!』とのこと。これまでの自分なら『いや、ちょっと急ぐんで・・・』とか言って辞退していたはず。でも、今回は違いました。先に上にあがり、1様の帰りを待つことに。『いや〜、よく来たな!もう来てくれないのかと思ったよ!』と、大きな声の1様が帰ってきました。なんとニコニコ顔です。それからの時間というもの、なんていうんでしょうか、楽しくて楽しくて。これまでのことも含めて話題に事欠かない。笑い声が止まない。後ろにいる奥様もうれしそう。そしてこのほか北澤工務店を案じ、さらにぼくのことを案じてくれているのがひしひしと伝わってくる。1時間くらいしてそろそろ席を立とうと思っていたときのこと。

『そついやあ〜きたざわさん、なんであの、あれ、なんとか通信、やめちまったんだ。あれはやめちゃだめだ。あの...おさむのコラムとかみたいなやつ、あれがきたざわこむてんだろ。あれがだいじなんだよ。なんでやめちまったんだ。いろいろあるんだろうけど、がんばってだしなさいよ。おれたのみにしてたんだ・・・』

はあ・・・恐れ入りました。感動が胸を伝わって、込み上げてくるものがありました。とあたまが下りました。申し訳ない気持ちでいっぱいになりました。



《逃げない》

1様から、『逃げない』ことの大切さを学びました。OB施主様ですから当たり前です。でもなんでもそうだけれど、当たり前だけでは済まないときもある。ごちゃごちゃしちゃって、どうにもならない時もある。逃げ出したくなる時もある。実際に問題から逃げていた自分も確かにいる。杓子定規で『逃げたらあかん』とは言えない。

でも今回ぼくは、恐る恐るではあったけれど、ある時間を経て、飛び込んでみた。そして憂いはまったくの逆だった。1様はぼくに最大級のエールを送ってくれた。そしてぼくもそのエールに応えたいと強く強く感じた。帰りには外まで送ってくださり、ぴかぴかのセフィーロを見た1様『これがきたざわおさむなんだよ。いくらでもいいくるまに乗れるんだろうけど、このきもちがあんだなんだよ。』とまで言ってくださった。なんだかぼくの全部を受け止めて下さっているかのよう。帰り道に青空を見上げながら、とってとって晴れやかな気持ちの私。『この家づくりという仕事。おれ、好きなんだなあ・・・』

今年もどうぞ、よろしくお祈りします。

