

Do small things in a great way



月刊

ZENIYA & LIFE

— 最高の普通を —

ご自由にお取りください

2022  
February  
vol.20

2

# 上本町 どこもかし 愛だらけ



いも

あなたの幸せが  
わたしの幸せ



ゼニヤの  
キホン

Principle of  
ZENIYA

ちょっとしたことを、ちゃんとやる。  
そうとしか言いようのない基本を  
大切にしたいと思います。

# 桃丘を ご存知ですか？

ももがおか

上本町界隈を古い地名では桃丘と言いますが、ご存知でしたか？残念ながら今は地名として残っていませんが、名残はあります。銭屋本舗本館があるのは石ヶ辻町ですが、この町会を含む近隣の6町会(石ヶ辻西・東、上七西・東、上之宮、北山)を合わせて桃丘連合町会と言います、今でもその地域を桃丘地区と呼んでいます。ちなみに桃丘の東側は桃陽地区と呼ばれていて、丘の東斜面で陽当りの良い地域であったことを思わせ

ます。

上之宮町にある市立天王寺図書館の隣に地域活動の中心となる公民館があります。それは「桃丘会館」と呼ばれています。私が知る限りは現在、文字で地名が残る場所や施設はここだけです。

## 桃丘の由来は？

かつて、この界隈は桃の名所だったようです。その様子は江戸時代の錦絵などにも描かれています。いくたまさん(生國魂神社)の参道で

もあり随分と賑わったことでしょう。

そんな由来もお伝えしたくて、銭屋本舗本館の入口の左右には鉢植えの桃の木があります。

JR環状線に桃谷駅があります。形としての谷だったわけではなく、桃畑の広がりが長い距離にわたる割に幅が狭いので、美称として「谷」を用いたとされています。

地域の由来を知るとは、その土地に愛着を持つきっかけになると思います。その地の歴史や文化的背景は既にある価値でもあり、それを共有することで生まれる連帯感や地域愛は生活者の財産ともいえます。気

づき、意識をそこに向け、知るだけで得られる豊かさです。

交通の便がいい、学区がいい、病院が近いなど上本町周辺は様々な理由で人気があるようですが、古くは古事記や日本書紀にも登場する地域です。難波宮の朱雀大路も通っていたと考えられ、古代から人の賑わいのあった地域です。ちなみに難波京は大化の改新後の日本の新しい政治の舞台で、「日本」という国号及び「天皇」という称号が正式なものになったところでもあります。飛鳥時代↓奈良時代(平城京↓平安時代(平安京))と歴史の教科書では習いましたが、難波京は飛鳥から奈良に至る間、あるいは時代をまたがって長きに渡って副都心的役割を担う等、重要な役割を果たしました。

中世、そして近代については別機会があれば書きたいと思いますが、歴史や文化に踏み込んでいただく、更にこの町の魅力を感じて頂けるのではないかと思います。

(文・正木)



銭屋本舗本館前の桃の花



ゼニヤの  
ホンキ

Earnest of  
ZENIYA



小林美希

ウエディングドレスの縫製や修理、そして洋服のお直し会社に勤め、縫製技術などを取得。

2020年2月『洋服のお直し美希』開業。長い下積みの中で、自身の考える“人と洋服の向き合い方や寄り添い”を大切に、京都を拠点に活動中。

本気だからこそ伝わる。  
伝えたいから本気になる。  
どちらも大切にしてお届けします。



裾上げなどの  
シンプルなお直しから、  
本格的なリフォームまで、  
まずはご相談ください。



洋服のお直し美希

# 『洋服に宿る思い出を カタチをかえて甦生する』

変化していく自身の体形や重ねていく年齢。移り変わりの激しい流行。

そんな中でも長く着続けたい大切な洋服や受け継ぎたい洋服がありません。ただ、どうしても時代が巡り、いま目の前にある服をそのまま着る事には少し戸惑いがある。そう感じた時に出会ったのが、小林美希さんが主宰する『洋服のお直し美希』でした。

環境保全のために洋服のお直しやリメイクに対して意識する人も多く、町には店舗が増えたように思います。ただ美希さんをお願いしたいと思ったのは、彼女が個人で活動する理由のひとつとして『お直しのデザイン提案から縫製までを一貫して自分で行いたい』というお客様に対する真摯な想いを感じたからです。一人での作業は「効率」を重視すれば、きつとよいとは言えないでしょう。ただ「効率」よりも洋服にまた命が宿りお客様が笑顔になることが美希さんの喜びにも繋がるということが、お話をする上でとても伝わってきました。

私も裾上げをお願いしたいと思いついて、パンツを持参したときに、身長とのバランスやパンツのラインを考え、いわゆる「丁度よい長さ」ではなく思い切つて膝下でカットしクロップ

ドパンツにしていたいただきました。想像もしていなかった美希さんからの提案に、はじめは驚きましたが、服の素材も活かし自分の身体にフィットした素敵なご提案だった、とパンツを穿いてすぐに感じました。これもきつと私だけの判断ではできなかったでしょう。お陰様でクロゼットの途中で眠り続けることなく、大活躍の一着となっています。

この度、錢屋ギャラリーにて美希さんに相談しながらお直しできる相談イベントを行うこととなりました。皆さんももう一度クロゼットの中を奥の方まで見てみてください。思い出とともに眠っている洋服はありませんか？大切に眠らせているよりも、いまのご自身にフィットさせてぜひたくさん着用してください。また新たな思い出を刻んでいくことしましょう。  
(文・中島)



INFORMATION

美希さんの洋服お直し相談会

2022年2月23日(水・祝)・24日(木)

時間：11:30~17:30

会場：錢屋ギャラリー



ちょっとした時間、  
ちゃんとした美味しさを

味わいを追求し続けるブランド  
『Shattell』



- 1
- 2
- 3

1. 『Shattell』設立者のリシイ・モントーヤ氏。ペルー国内だけでなく、世界各国の技術者から高い技術を学ぶ。
2. 原料となるカカオチュンチョのカカオポッド(果実)。
3. リマ郊外にある工房。ここでハンドテンパリングを行いチョコレートを作っている。



ヴィーガンミルク56%  
カカオチュンチョ

1,404円(税込)  
新作!乳不使用のミルクチョコレートをお楽しみください。



70%チュンチョ&  
マラスピンクソルト

1,350円(税込)  
ペルーの特産品でもあるマラスソルトをトッピングしました。

この時期になるとどうしてもチョコレートのお話をしたいです。錢屋カフェーでは通年、店内の専用冷蔵庫にチョコレートと並べて販売していますが、「2月」が近づいてくると一層意識しますね。

ご存知の方もいらつしやるかと思いますが、チョコレートソムリエとして活動するさつたにかなこさんが本気でおすすめるものの中から、選定して販売させていただいております。様々なメーカーの商品がございますが、一貫しているのは『Bean So bar』であるということ。今回はその中より、上質で香りが良いカカオを生産している、国際的に高い評価を得ているペルーでつくられる『Shattell』(シヤテル)をご紹介します。

美しく雄大な光景が広がるペルー・リマ郊外でチョコレートづくりを行うリシイ・モントーヤさんによって設立された『Shattell』。チュンチョと呼ばれるカカオ品種を使用し、つくられています。数多くあるカカオ品種の中でも豊かな風味・バランス、いづれをとっても素晴らしいと称賛されることの多い品種として近年世界中から注目されていますが、もちろん素材の良さだけでなく収穫後の多大なる努力があるからこそ、『チョコレート』として皆さんに喜ばれる商品が出来上がります。リシイさんが約5000名の農家と共に取り組んで完成したチョコレート、ぜひご賞味ください!

(文・中島)



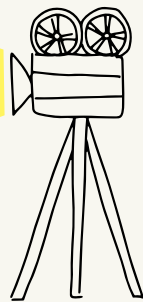
シネマコンプレックスでは流さない、素敵な映画を集めて上映している銭屋シネマ。どれでもちょっと気になったのなら、銭屋カフェに映画を見に来ませんか？ コーヒー片手にゆっくりお楽しみください。

作品情報・上映についての最新情報は  
銭屋カフェWebサイトをご覧ください。



## 銭屋シネマ

～ちょっと考えてみたいこと～



## ディヴィッドに学ぶ -愛に溢れた人生-

🎬 ディヴィッドとギリアン 響き合う2人

この作品と出会った時、ふと「生きる」って何だったの？と、考えさせられました。この映画は、アカデミー賞受賞『シャイン』のモデルとなった天才ピアニスト、ディヴィッドの生涯を描いたドキュメンタリー。ピアニスト人生を謳歌する中、精神病を煩い11年もピアノに触れることなく過ごすことに。そんな時、運命の人、ギリアンと出会い、人生の転機を迎えます。少年のようにまっすぐでユーモア溢れる彼と初めて会った人は、ギリアンのように戸惑いながら

もその魅力に惹かれるでしょう。彼が出会った人々にかける「HELLO I AM DAVID.」という言葉が印象的です。何気ない挨拶のようですが、その言葉と仕草から彼の愛を感じる事ができるのです。生きる喜びに満ち溢れている彼の日常。ぜひ皆さんと、彼の素敵な部分を真似て(笑)「人生ってこんなにも素敵なんだ!」「生きるって今を精一杯楽しむことなんだ!」とワクワクする気持ちで映画を楽しみましょう。 (文・木村)

銭屋シネマ  
2/6 [日]  
18:00-

### ディヴィッドとギリアン 響きあうふたり

不安定な精神を抱えながらもユーモアな人柄が周囲の人を虜にする天性のピアニスト『ディヴィッド』と彼を深く理解し、愛して寄り添う妻ギリアンとの間に生まれる深い愛が表現された映画です。

原題: HELLO I AM DAVID / 監督: コジマ・ランゲ / 配給: ユナイテッドビーブル / 制作国: ドイツ / 公開: 2015年 / 時間: 100分



## 「和」と「輪」の花火

🎬 LIGHT UP NIPPON -日本を照らした奇跡の花火-

### 日

本人にとって花火は特別なもの。「鎮魂」の意味を持つ火は、古来より日本を照らす神聖なものでありました。この映画は、東日本大震災の被災地を花火で元気づけたという1人の想いから始まった企画のドキュメンタリー。900時間の密着をもとに描かれる、情熱と真実のストーリーです。発起人である高田さんの常に上を向いて歩き続ける姿から、不可能なことなんかない!と勇気ももらいます。

実は『LIGHT UP NIPPON』

は、映画で終わりではないのです。打ち上げ場所は2011年の10箇所から翌年には13箇所、花火が作り出す「輪」が広がって2018年には14都道府県26箇所と、樺はずつと繋がっています。地域は違えど、この花火にかける想いは同じ。まさにこの企画のゴールである「和」と「輪」の象徴を表現していると感じます。まだまだ寒い日が続きますが、皆さんとこの映画を通して温かい日本を感じたいと思います。

(文・木村)

銭屋シネマ  
2/27 [日]  
18:00-

### LIGHT UP NIPPON -日本を照らした奇跡の花火-

東北を、日本を、花火で、元気に。東日本大震災から5ヶ月後の8月11日、23400発の奇跡の花火が打ち上がった。東北を元気づけるために立ち上がった男たちの情熱と真実のストーリー。

原題: LIGHT UP NIPPON / 監督: 柿本ケンサク / 製作: LIGHT UP NIPPON / 配給: ティ・ジョイ / 制作国: 日本 / 公開: 2012年 / 時間: 99分



## 本物に触れる

あなたも探偵に!?



### 『謎解き朗読会～この謎解いていただけますか?～』

「推理している時間は、まさに探偵として現場にいる気分!」。そんな感想が飛び交う『謎解き朗読会』この謎解いていただけますか?』。出演・演出ともに声優の玉山真衣さん・湊崎さやかさんが務められます。脚本は玉山さんが考えられるのですが、巧みな技で参加者たちの混乱を招きます。どうすれば臨場感あふれる空間を作り上げることができるか、と毎回工夫を凝らし、リハーサルでも演出が変更になるほど全力投球です。

参加者の方々は、始まってみればみんな仲間。お二人の朗読を聴き、惑わされながら謎解きタイムにはコミュニケーションを図り、一丸となつていきます。しかし、回答はもちろん様々です。発想の面白さに出会うこともグループで行うことの醍醐味でしょう。

次回の朗読会には、どんな謎が秘められているのでしょうか。そして玉山さん・湊崎さんは何役を使い分けるのか。見どころが重なり合うミステリーの世界へ参加してみませんか。

(文・中島)

#### Information

### 謎解き朗読会 ～この謎解いていただけますか?～

日時：2022年2月12日(土) 16時00分～17時30分(終了予定)

会場：銭屋サロン

(大阪市天王寺区石ヶ辻町14-6)  
(銭屋本舗本館4階)

詳しくは  
コチラ



ど真ん中を、目がけて。

### 『めがね舎ストライク 定期販売会』

昨年より開催していただいております定期販売会。まもなく1年が経とうとしています。めがね舎ストライクが大切にされているのは「対話」です。銭屋ギャラリーでも多くの対話が重ねられ、数多くのめがねが完成しました。めがねつてデザインだけで善し悪しが決まるのではない、その人の悩みも解消し、なりたいたい自分になれるかどうかである、と来店されたお客様との対話を通じて実感しました。

わたしは既製品も持つていますが、購入時に「好きだけど、似合っている気がしない」と思うことは多く、これなら!と思うめがねにたどり着くまでには苦労しました。しかし、めがね舎ストライクでつくった1本はそのような感覚はもちろん無く、自分の顔(目の位置や耳までの長さなど)に合わせてサイズもつくっていただけるので、似合うのかななんていう不安はなく、何本も欲しくなる心を抑えることの方が大変でした。个性的にみえるめがねも、サイズが合えばきつとあなたに似合います。

(文・中島)

#### Information

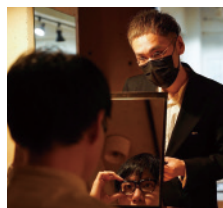
### めがね舎ストライク 定期販売会

日時：2022年2月19日(土) 20日(日) 11時30分～18時

会場：銭屋ギャラリー

(大阪市天王寺区石ヶ辻町14-6)  
(銭屋本舗本館1階)

詳しくは  
コチラ





ZENIYA

# 銭屋塾

いつもの暮らしをもっと豊かに、  
そして丁寧に。



銭屋塾の講座は、  
ちょっとしたことを  
ちゃんとやってみる「大人の学び場」。  
講師が込めた想い、  
受講された方にもたらされた感動を  
ご紹介します。

## ◎ 銭屋塾

### ピラティス指導20年の 安部先生に教わる

## 初心者でも楽しい ピラティス

おうち時間が増え、  
動画配信サービスが  
充実してきた昨  
今。ご自宅で運  
動を始められた  
方も多いかと思ひます。しかし取り  
組む中で、正しい動きや呼吸法がで  
きていないかなど、直接先生からの指  
導を受けたいと思うシーンが出てき  
ませんか。安部先生のピラティス  
レッスンは、インストラクター歴20  
年の経験で培われた豊富な知識と  
確かな指導力が支持を得ています。



参加されている方からは、「レッス  
ン後は身体が軽くなり、普段の生活  
でも自然と疲れにくくなった！」と  
の声をいただきます。ピラティス  
では胸式呼吸を行うため肺の強化  
にも繋がることを生徒様との会話  
で初めて知りました。ひとりずつ  
に合わせた声掛けと、テンポよく進  
めていくところが好評のレッスンに  
是非ご参加ください。

(文・山内)

### 初心者でも楽しいピラティス 安部 善城先生



20代からスポーツクラブで指導を始  
め、エアロビクス競技で入賞経験あ  
り。20年前ピラティスに出会い渡米し  
資格を取得。現在PAI（ピラティスイ  
ンターナショナルアカデミー）の教育  
トレーナーとして養成コースを開催。

### 講師のことば Teacher Message

## 楽しくて効果的！ ピラティスの魅力を体感

20年前からピラティスのインスト  
ラクターとして、多くの方を指導し  
てきました。ピラティスって実はリ  
ハビリからできた運動なんです。身  
体の関節や筋肉をスムーズに動か  
せるようになることを目的としてい  
るので、ピラティスの動きの一つひ  
つにはそれぞれの意味があります。

レッスンでは動きの説明とポイン  
トを分かりやすく詳細に伝えていま  
す。特に心掛けていることは、楽し  
くて効果的なレッスンにすることに  
です。中には運動はつらいというイ  
メージを持つていらつしやる方もい  
ると思います。ですので、なるべく

楽しく気持ちいいと感じ  
てもらえるようにクラスを構成して  
います。

生徒さんからトレーニング内容の  
質問や「身体の不調などの悩みが改  
善された」という報告を受けること  
があります。運動を楽しんでいると  
感じていただけることが、やりがい  
を感じる瞬間です。

銭屋塾のレッスンでは、参加され  
た方に合わせたレベルでトレーニ  
ングを構成しています。単発のお申  
込みも可能ですので、気になった  
方は是非一度レッスンにご参加くだ  
さい。

### 受講者の声

Student Voice

#### 無理なく楽しく続けられる

安部先生のピラティスでは、参加者のレ  
ベルに合ったストレッチと筋トレ両方を  
同時にすることができ、トレーニングの  
ポイントを分かりやすく教えてもらえ  
て、しっかり理解しながらトレーニング  
できます。無理なく筋力低下を予防でき  
て、中高年にも大変お勧めです。終わ  
った後はいつも爽やかで体が軽く感じ  
ます。一回レッスンも可能なので、家族  
も時々気軽に参加させて頂き、和気藹々  
とした楽しい雰囲気です。

受講者 匿名希望様

#### ピラティスが日々の楽しみに

「ピラティスって難しそうだな…ヨガの  
方が良いかな?」と思っていたのですが、  
一度レッスンを受けてみると、不思議  
と身体全体が引き締まり、とてもスッ  
キリした気分になりました。コロナ禍  
の中、肺の強化や免疫力が高められる  
ピラティスって凄く良いな〜と思ってい  
ます。継続していると筋肉もついてきて  
階段の上り下りも足が軽く、おまけに  
姿勢も改善されました！今ではピラ  
ティスが私の「ストレス解消法の一つ」  
で、楽しみに過ごしています。

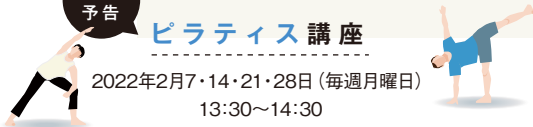
受講者 T.T様

次回  
予告

### ピラティス講座

2022年2月7・14・21・28日(毎週月曜日)  
13:30~14:30

ピラティスインストラクターとして指導歴20年  
になる安部先生のレッスンは毎月月曜日に開催中。  
個人に合わせた声掛けやテンポよく進めていく  
内容が好評！初めての方もお気軽にご参加くだ  
さい！



2/7(月)・2/14(月)

Exercise

2/21(月)・2/28(月)

13:30-14:30

## 初心者でも楽しい ピラティス

講師/安部 善城

受講料/お試し体験初回のみ1回1名1,100円。2回目以降は1回2,200円、月謝コース2回4,000円、3回6,000円、4回8,000円

ピラティスインストラクター指導歴20年になる草分け的インストラクター安部先生のレッスン。道具を用いながら、マットの上でコアを意識し腹部を引き締める動きやねじる動き、そる動き等を行っていきます。個人に合わせた動きを行い、テンポよく進めていくことが特徴です。無理なく習得していただきますので、初心者の方でも楽しく受講できるレッスンです。インナーマッスルの強化や肺の強化や免疫力が高められるなど嬉しい効果があるピラティスをはじめませんか。

2/9(水)

Culture & Life

昼の部 11:00-13:00/夜の部 18:00-20:00

## 冬のホームパーティー

講師/平井 葉子

受講料/6,500円(お食事あり)

今回は薪ストーブを使って作る先生特製のチョコレート・エッグノッグとご自宅でも簡単に再現していた



だけのヴァレンタイン・ランチ/ディナーメニューをお楽しみいただけます。そしてアメリカ人カウンセラーのベストセラー本「愛を長続きさせる方法」をつまみ読みし、先生と一緒に大人のための冬時間を銭屋サロンでお過ごしください。

2/11(金・祝)

Exercise

13:00-14:00

## クリスタル瞑想講座

講師/鈴木 みえ

受講料/3,500円

瞑想は忙しい毎日、自分の思考や感情をリセットする時間です。「脳疲労」の休息を促すことで



集中力、記憶力、創造力 UP に効果的と言われ、仕事のパフォーマンスも上がると言われています。また、瞑想にクリスタル(天然石)を加えることで、瞑想時間がより豊かなものになります。使用する天然石はテーマに合わせて変えていきます。今回は水晶を使って「浄化瞑想」を行います。

2/5(土)・2/12(土)

Exercise

2/19(土)・2/26(土)

初級 9:30-10:50/中級 11:00-12:20

## 50歳からは骨を かえよう!育てよう!

講師/るみ

受講料/3,850円(月謝コース2回6,600円、3回9,300円、4回11,000円)

意外と知らない身体の使い方。無意識に使っていた身体を意識することで、骨の向きが変わり、さらに正しい筋肉が付き、スタイルアップが期待できます。テーマは日により異なります、お好きな回にご参加ください。(テーマはHPにてご案内しております。)



.....

2/6(日)

Exercise

11:00-12:30

## エクササイズ& ウォーキング

講師/亀田 智実

受講料/3,300円

正しい姿勢の作り方と簡単ストレッチ法を学ぶ講座です。継続する事で身体が軽く感じ、疲れもとれやすくな



なっていきます。固まる身体をしっかり伸ばし、怪我のしにくいしなやかな体を作っていきましょう。当日でもお席が空いていればご案内可能です。気軽にお問合せください。

2/7(月)・2/28(月)

Exercise


10:30-11:40

## コアポスチャー トレーニング

講師/Natsumi

受講料/4,000円(チケット4回13,000円)

美しいボディラインを作るにはどうすればよいでしょうか?答えは【骨を本来あるべき位置へ】戻すことです。"筋肉をゆるめて伸ばすストレッチ→正しい骨の位置でトレーニング"これらを行い骨格を改善!自然と体が引き締まっていきます。様々な試行錯誤を重ねた先生が本当に変わったと思えるものだけをお伝えしていきます。色々試してきたけれど思うような効果が感じられていない方必見の講座です。




ZENIYA

# 銭屋塾

2022.2/3~2/28

## レッスン スケジュール



銭屋塾では、料理・文化・ものづくり・健康などに関する様々な講座を開催しております。集い、学び、体験することの素晴らしさを再発見してみたいかがでしょうか。開催についての最新情報は銭屋塾Webサイトでご案内しております。  
**お申込みの詳細は、10ページをご覧ください。**

2/3(木)・2/10(木)

Exercise

2/17(木)・2/24(木)

13:30-14:30

## ゆったりヨガ

講師/Se2ko

受講料/2,200円

(体験レッスン1人1回初回のみ1,100円)

効果をより高めるため、まず筋肉をほぐしてからヨガをはじめます。ヨガの呼吸に合わせて身体の内側から整えていきます。無理なくできるポーズやご自宅でもできるものなどもレッスンで学ぶことができます。自分自身で身体を整えることができるようになりますか。初心者も経験者もお気軽にご参加ください。

2/3(木)・2/10(木)

Exercise

2/17(木)・2/24(木)

19:00-20:15

## 夜の部 50歳からは骨を かえよう!育てよう!

講師/るみ

受講料/3,850円

※夜の部はお月謝コースはございません。

あらかじめご了承頂きますようお願いいたします。

土曜日のお昼に加え、お仕事帰りにもご参加頂けるよう、夜の部も開催いたします。テーマは日により異なります、是非お好きな回にご参加ください。(テーマはHPにてご案内しております)



2/23(水・祝)・2/24(木)

11:00-14:00

## からだ喜ぶ 日常ごはん

講師／吾妻屋 向久保、吉田よりこ  
受講料／5,800円(試食あり)

目からうろこの究極の出汁レッスン

「出汁を極める出汁の事、全部教えます」。昆布の



種類、鰹の種類、出汁の取り方、温度、火加減、取り出すタイミングなどどれが正しく、一番美味しいのか、判断がとて難しい出汁。「これが本物だ」と感動する究極の出汁を是非皆さまにも食して頂きたく、このイベントを開催いたします。出汁をたっぷり使ったお料理もデモをメインにご紹介。今回のメニューはアボカド海老まじゅうの和あんかけ、ゲン天ぶらのイカ飯、蓮根の酢味噌煮、生まぐろの薬味とろろがけ、米粉のアップルケーキです。

2/25(金)

10:00-12:00

## メイク講座

講師／DEMODE所属 asa  
受講料／3,300円(ペンシルプレゼントあり)  
自分に似合った本当の眉毛かけていますか?今の時代にあった、一番似合う眉毛を探す「アイブロウ教室」です。今回は特別に一本一本キレイにかけるペンシルをプレゼント。



2/26(土)

10:30-13:30

## 写真講座

講師／ゆきこ  
受講料／13,000円(お茶付き)

2月はスマホでの動画の加工・編集だけを集中して学べるレッスン。今注目を集めているのは動画です。動画のコンテンツを作れるようになりますと幅広く SNS に役立てることができます。また、SNS だけではなくプライベートのちょっとした瞬間を自己流のアレンジを加えた動画で保存できるようになります。動画編集は基本編からアレンジ編集まで学べる内容となっております。ペットを撮ったり、お出かけ記録も動画編集までできるようになるはじめてのステップを、この講座で学びましょう。



Cooking

特別  
イベント

2/20(日)

14:00-16:00

## 発酵講座

講師／畑中 伸洋  
受講料／6,500円(みそ料理付き)

テーマは「腸活・みそ料理教室」。みそを使った腸活レシピで便秘解消はもちろん、腸内細菌も元気に!さらにメンタルアップのホルモン分泌や夜ぐっすり快眠のレシピもご紹介。日々の生活にみそ料理を取り入れ免疫力アップを目指しましょう。



2/21(月)

18:15-20:45

## 洋菓子レッスン

講師／石川 雅也  
受講料／6,500円(試食あり、バリスタが淹れる珈琲付き)

フリーランスパティシエ「S. coeur」石川雅也先生から学ぶ「洋菓子レッスン」。今回は【スコップショートケーキ・焼きドーナツ】を学んでいきます。デモンストレーションをメインに少し体験もできるレッスンです。コツをつかんで実践してみましょう。試食時にはケーキに合わせてバリスタが淹れる珈琲とのマリアージュをお楽しみ頂きます!



Cooking

Culture & Life

Culture & Life

Culture & Life

2/22(火)

13:00-15:30

## かぎ編み講座

講師／能勢 マユミ  
受講料／7,200円

TV 番組「NHK 教育テレビ おしゃれ工房、すてきにハンドメイド」などで活躍されている能勢マユミ先生のレッスンです!

今回の作品は【モザイク編みスクエアモチーフの椅子敷き】。かぎ針モザイク編みは簡単にきれいな編み込み模様が現れるのが面白くクセになる技法です。好みの2色でいろんな大きさのスクエアモチーフの椅子敷きを作ります。



Culture & Life

2/15(火)

10:00-12:30

## 有田焼色絵付け講座

講師／糸峰 伊賀 恵理子  
受講料／12,500円+仕上がり作品の送料  
※作品はレッスン終了後、焼成のためお預かりし、改めてご自宅にお送りさせていただきます。

テーマは「お雛様」。400年以上の伝統を誇る有田焼。色絵付けには、筆を器につけずに盛り絵の具をぶっくり盛って塗り絵のように絵付けしていくという不思議な技法があります。輪郭の線描きされた絵皿をご用意いたしますので初心者の方でもとても見映える素敵な作品に仕上がります。有田焼を見る目も養われ、器選びなども一段と楽しくなる講座です。



2/17(木)・2/24(木)

10:30-11:40

## コアポスチャー トレーニング

講師／MARI  
受講料／3,850円(チケット2回6,600円、3回9,300円、4回11,000円)

レッスンでは身体の歪みによって凝り固まった筋肉を、しっかりほぐしていくことからスタート!血流を良くし身体の不調を改善します。呼吸を深め全身に酸素を送りながらストレッチ、トレーニングしていく事で骨格が正しい位置に改善されます。日常生活でも取り入れやすい動きや意識して欲しいこともお伝えします。レッスンと日々の心がけて「気づけば美body」を目指しませんか。



Cooking

2/20(日)

11:00-13:00

## 発酵講座

講師／畑中 伸洋  
受講料／6,500円(試食あり、持ち帰りあり)

テーマは「玄米でお腹すっきり!玄米食をちゃんと学ぶ教室」。玄米の美味しい炊き方を学んですっきりとおなかやせしませんか?美味しい玄米食はおなかやせ効果だけではありません。体のいらぬものをしっかりデトックス&腸内環境を良くし、免疫力アップと代謝力があがり健康でうつくしい体になります。そのためには美味しい炊き方、体によい食べ方を知らなければ上手いきません。玄米食で腸内細菌も増えて体の中から変わってきます。玄米を食べたことがない方、食べたけど合わないと思った方は必見です。

### 3. お支払い

レッスンによりお支払い方法が異なりますのでご注意ください



#### ◆カード決済の場合

必要事項を入力の上、クレジット決済にて処理ください。

(対応カード：VISA, MasterCard, AMEX)

※お持ちのカードが上記3種以外でお困りの場合は、トップページ一番下【contact】ボタンをクリックいただき、必要事項を入力の上ご送信ください。折り返しお支払い方法ご案内メールをお送りいたします。ただし、タイミングによってはキャンセル待ちなどになる場合がございますのでご了承ください。

#### ◆銀行お振込の場合

必要事項を入力ください。お振込先ご案内メールをお送りいたします。期日までにお振込みください。

#### ◆錢屋本舗プリペイドカードご利用の場合

お申込み講座名、日時、お名前、お客様住所、お電話番号、メールアドレス、プリペイドカード番号をご記入の上ご送信ください。受付が完了したら、メールにて返信させていただきます。

※必ず [salon@zeniyahompo.com](mailto:salon@zeniyahompo.com) を受信できるように設定ください



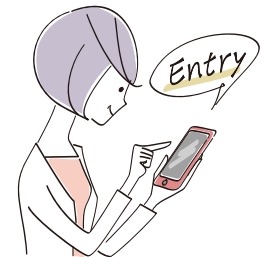
### 1. レッスンを選ぶ

錢屋塾のWebサイトの中から受講したいレッスンを選んでいただきます。



### 2. 受講申込み

ご希望のレッスンの詳細画面にあるピンク色の「予約はこちら」ボタンをクリックしてください。再度レッスンの詳細がご覧いただけますので確認の上、「予定日時」のボタンをクリック。その後、お客様情報を入力してください。



### 4. レッスン当日

実施の会場をご確認の上、開始5分前に会場へお越しください。

※お着替えが必要なレッスン(エクササイズ系)の場合は、15分前に会場されることをお勧めいたします。



錢屋塾 06-6772-1245

<https://zeniyahompo.com/zeniyazyuku/>

zeniya\_juku

fb.me/zeniyahompo.honkan



LINE



錢屋本舗本館 LINE@



錢屋塾や錢屋カフェの最新情報やイベントのご案内を配信します。

錢屋カフェ 06-6770-5770

zeniya\_cafe fb.me/zeniyacafe

<https://zeniyahompo.com/zeniyacafe/>



企画・制作・発行

株式会社 錢屋本舗

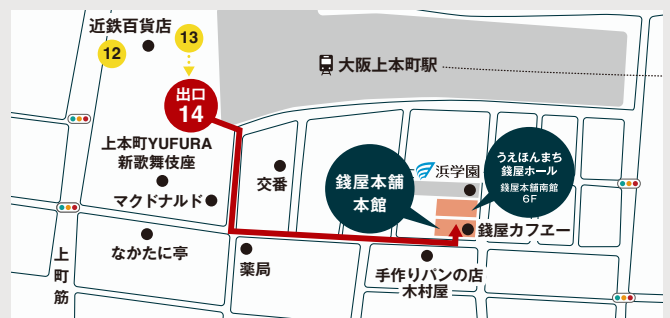
06-6772-1241

大阪市天王寺区石ヶ辻町14-6

<https://zeniyahompo.com/>



バックナンバーはこちら





俳句の楽しみ

— 海外吟行 —

俳句で吟行とい  
うと、神社仏閣や  
景勝地などを訪  
ねて、句の材料を  
探し、句を詠むこ  
とを言います。時  
には、新しい句の



素材を探して海外に行くこともあり  
ます。筆者も行きやすいアジアの国々  
は、いろいろ廻りました。

ここで問題になるのが、季語をど  
うするか。南国に行くと、日本で一  
番寒い二月頃に行っても春か夏のよ  
うな気候です。こんな時は、季節に  
関係なく目に入ってきたもの(季語)  
を使って詠む。あるいは、無季の句  
をつくることです。

無方無時無距離砂漠の夜が明けて

津田 清子

作者がナミブ砂漠で詠まれた無季句です。

第65回 錢屋句会

2022年1月8日

兼題：風花、淑氣、福寿草(他、自由題2句)

青空が蛇口に映る福寿草

西野 徹

先生評 蛇口に映る青空と福寿草の取り合わせです。年末の大掃除で庭の蛇口までピカピカに磨いた作者が清々しい気持ちで、福寿草を眺めているのです。幸せ感の伝わってくる一句です。

風花や綺麗な人とすれ違ふ

岸野 里美

先生評 風花の季語と残りの十二音の取り合わせがとても美しいですね。仲間の俳人の句で「深雪晴きれいな息とすれ違ふ」とよく似ていますが、違うのは、「人」と「息」。息を使えば、もう一流の俳人です。

陽だまりをひとつに束ね福寿草

甲佐 京子

先生評 福寿草が咲いている景を、素敵な一句に仕上げました。この句は陽だまりを「一つに束ね」が新鮮です。まるで、福寿草の咲いている付近のみにお日様が集まっているようです。

福寿草またぎ手渡す宅配便

服部 真以子

先生評 お正月も三が日を過ぎると宅配便もやってきます、宅配便のお兄(姉)さんは、荷物を渡すときに福寿草を踏まないようにまたいで荷物を渡してくれたのです。黄色の福寿草とお兄(姉)さんの優しさが良く似合っています。

講師の句

人形の三人息合ふ淑気かな

原 和人

鑑賞 文楽人形を遣う三人(みたりー主遣い・左遣い・足遣い)の息がぴったり合って、見事に役の勘所を演じています。淑気が新年の季語ですから初春の文楽公演(寺子屋)の一場面です。

「季語のあれこれ」

講師 原和人

「春風」

傍題…春風、春の風

春先はまだ冷気がありますが、春風は暖かく穏やかな風です。まさに「春風駘蕩※」なのです。これは、「春風駘蕩※」なのです。これは、春になると大陸から移動性高気圧が張り出してきて、日本を広く覆うから。まさに、「うらうらに照れる春日」にひびりあがり心悲しもひとりし思へば「大友家持」に歌われているとおりです。

※春風駘蕩 反対の意味が、秋霜烈日。秋の冷たい霜と夏の烈しい光。刑罰や法令などを極めて厳しく行う喩で使われます。

象老いて小さくなりぬ春の風

田中 裕明



俳句講座

毎月第二土曜日 13時〜

最も短い短詩型である17音の俳句を作ることを通じ、日本の文化にも触れていきましょう。俳句教室では、俳句の基本から勉強します。実作の方法は勿論、古今の名句の鑑賞・季語の使い方など、初心者も経験者も一緒に楽しめる講座です。





## 雨あがりの虹

Vol. 14

教育関連の制作を仕事とする銭屋本舗の子会社サン・ロワから、子供の成長を支えて晴れやかな日々を送れるような小さなアイデアや提案をお届けします。いろいろある毎日でも、雨上がりに虹が見えますように！

監修：  
正木大貴[博士(医学)]  
文：櫻井

ココロ  
コミュ



### 上手に 子離れするためには？

親にとって我が子はいくつになっ

ても子供です。心配になってつい世話をやいたり、口出しをしたりしてしまいがちですが、成長し自分でできることが増えた子供を干渉しすぎると、自立を妨げてしまう恐れがあります。それを防ぐために必要なのが子離れです。

「子供が側にいないと心配で落ち着かない」、「子供のやることに口出しして、世話をやいてしまう」、「失敗から守るため、子供より先回りする」といったことはありませんか。何かにつけて口出しをする、自分が代わりに何でもやってあげようとす

る過干渉は、子離れできていない親の特徴です。子供のことが気になり、学校や塾でどう過ごしているのか、寄り道などしていないか、勉強のスケジュールはどうかになっているのか、明日の準備はできているのかなど、子供の状況をすべて把握しようとしてしまうのです。

過干渉な親は子供のために「いいお母さん、優しいお父さん」でいようと、自分を犠牲にしてまで子供の世話に一生懸命になってしまふ傾向もあります。子供に頼られることに自分の価値を見出し、「自分（親）がないと、この子はダメになってしまふ」と思い込んで、子離れできないことが多いのです。

子離れできない親を持つ子供は、自分の希望より親の要望を優先し、自分で決めるべきことでも親の意向をうかがいがちです。親の意見に従うことに慣れると、家庭以外の場でも自分の意見をもったり自分で判断したりできなくなり、「言われたことをやればいい」という受け身の姿

勢になりかねません。

上手に子離れするためには、急かさず見守り、子供に判断を任せてみましょう。子供は小さな失敗を重ね失敗を親に上手くフォローされて、成功体験につなげることで、少々のことでは諦めたり落ち込んだりしない強さを手に入れます。子供が自分で取り組むべき物事は手出しせず、自分で判断し決断する習慣が身につくようにしてあげるのが親の務めです。

子離れの時期は子供の発達によって異なりますが、一般的には小学校高学年（10歳）になり思春期を迎えた頃が目安。子供の成長を楽しみに、時間をかけて大切に育ててきた親にとって、子離れは寂しいことかもしれないが、大切な子育ての一部ととらえ、子供も親もさらに成長する重要な機会として前向きにとらえて実行してみましよう。



# 上本町人

上本町には街を愛し、愛されている人がたくさんいます。  
なじみあるあの人やあの店の歴史、自慢、  
これからのことを、根掘り葉掘りと聞きました！

## 音楽をもっと身近に、 もっと好きに



ムジカヴィータ音楽教室上本町校は、今年の2月で開校10周年を迎えました。ピアノ、ヴァイオリン、声

楽、フルート、ギター、作曲、雅楽の笙が学べます。屋号を立ち上げて14年、私の講師生活は25周年を迎えました。

開校前は上本町に縁がございませんでしたが、文教地区ということで「オーケストラと共演できる音楽教

室」という特徴に興味を持ってくださる方が多いかもしれないと思い、この場所で教室を始めました。

「オーケストラとの共演」は珍しいと思いますが、私が高校1年生のときにオーケストラとピアノで共演した感動が忘れられず、生徒にも私と同じような感動を味わってほしいと強く思ったからです。演奏後の緊張感から解き放たれたときの開放感



**MUSICA VITA 音楽教室**  
大阪市天王寺区石ヶ辻町13-18  
TEL.090-5467-5407  
10:00-21:00  
<http://musica-vita.com/>



ムジカヴィータ  
**MUSICA VITA 音楽教室**  
代表 新岡 左知子さん



ピアノレッスン

は、大きな感動になります。

生徒さんは、下が3歳から上が77歳。園児から小学生が一番多いです。子供たちは学習塾通いもあつてとても忙しいですが、毎年「発表会」「バンドと共演するポップスコンサート」「オーケストラとの共演」「外部のグレイドテスト」「コンクール」という5つの中から目標を2つほど選び、頑張っています。

日々のレッスンを通して、上本町の子供たちに感じることは、物事を学ぶ姿勢がとても熱心で真面目なことです。忙しい子ほど忙しさを言い訳にしないで、自分で時間管理ができています。こちらでも刺激され、お互いに成長していけると感じますね。

ムジカヴィータでは、皆さんに音楽をもっと身近に、もっと好きになつていただくことを大切にしています。そのために、私が今まで培つ

てきたものを共有できればと思いますし、音楽教室も時代と共にあることが大切と考え、クラシック曲だけでなく子供たちが大好きなポップス曲も取り入れています。目標を持つてしっかり取り組んでもらいますから、今年は「日本バッハコンクール」を挑戦した6人全員が全国大会へ進めることになりました。

今後は、私自身がホテルの披露宴で1500本ほど演奏してきた経験を活かして、演奏派遣という事業を立ち上げ、またグループレッスンに特化した教室を新しく立ち上げようと思つています。原動力は私のやりたいこと。それに共感していただける方々を巻き込んでいきたいです。

(取材・山田)



声乐レッスン

10周年  
記念

2月中入会で  
20%オフクーポンを進呈

## 「コロナ禍後社会に向けた戦略の立て方」

2021年11月25日

講師：池永 寛明氏（大阪ガス エネルギー・文化研究所顧問）

@錢屋本舗

コロナ禍後に生き抜く戦略を考え、ビジネス力を習得するための「コロナ禍後 & ビジネス実践講座」（全十二回）。  
第八回目はコロナ禍後社会に向けた戦略の立て方を軸に、コロナ禍後の社会を生き抜く力について考えました。

「技術」から「人」を  
中心にした社会へ変化

コロナ禍による景気の低迷が続く中、日銀総裁は昨年11月に「日本経済は2022年前半には回復する」という声明を発表しました。しかし世界では、2022年後半もコロナ禍の影響は続くという見方をする国が大半となっています。池永先生もコロナが一段落してから本格的な不景気が始まり、景気後退（リセッション）となると予測。2023年に企業倒産が増える恐れがあるといえます。

「不況というだけでなく、調整局面となる。」と池永先生は続けます。調整局面とは上昇してきた株価や景気指標などが、その上昇速度を鈍化させ停滞する現象。池永先生は「これまでの経済活動の膨張を修正する段階に入り、倒産や失業者が増加する恐れがあります」と語ります。では、そんなコロナ禍後社会には何が必要なのでしょう。池永先生は「これまでの技術ありきで考える社会から、人を中

心に考える社会づくりに転換していくことが求められます」と説明します。

戦略とは  
「こうありたい」という  
未来への意思

コロナ禍による変化を受け、これから必要なビジネス実践力は「変わり続ける力」だと池永先生は指摘します。今後は過去

の成功体験に捉われ古い戦略を繰り返すのではなく、時代と顧客の変化に適切していく柔軟さこそ重要になるでしょう。

求められるのは競合他社にはない魅力や価値で差別化し、お客さまの立場で物事を考え顧客満足を獲得しつつ、企業として利益とノウハウを蓄積すること。それらを活かして自社ならではの成功方式や勝ちパターンを作り、スピーディーに水平展開して、さらに新たな勝ちパターンを生み出していくのです。

## さいごに 勝つ戦略を考え、実行して、「勝ちパターン」をつくる

競合他社にない魅力・価値で「差別化」し、お客さまの満足を獲得し、企業として利益とノウハウを蓄積する。自社ならではの「成功方程式・勝ちパターン」をつくり、スピーディーに水平展開し、新たな勝ちパターンを生みだしていく



池永先生いわく「戦略は未来への意思」。「こうなるだろう」という予測ではなく、「こうしよう」「こうありたい」と明確に打ち出し実行することが大切です。まだ出口の見えないコロナ禍ではありますが、強い意志こそ前進へのカギになるのだと前向きにされた講座でした。

(文・櫻井)

## 受講者の声

- 新鮮な情報と池永先生による見解を伺うことができました。様式の変化に順応したいと思います。
- 世界と日本の比較の話などとても興味深く、視野を広げ行動したいと感じました。

次回  
予告

錢屋塾 ビジネス実践講座

第11回「コロナ禍後の新たな都市像を考える」

日時：2月24日(木) 18:30～

講師：池永寛明氏 参加方法：オンライン開催

\*詳しくは錢屋塾 Web サイトをご覧ください。





真田幸村の終焉の地「さなだ松」は安居神社の境内にありま  
す。四天王寺前夕陽ヶ丘駅から  
南へ進み、天王寺七坂の一つ「天  
神坂」を下っていくと安居神社

### 「さなだ松」

に続く石段が見えて来るのです  
ぐにわかります。  
大坂夏の陣（1615年）の  
終盤、豊臣方にとつて厳しい戦  
局の中、真田幸村は最後の力を  
振り絞って徳川家康の本陣に突  
撃します。TVドラマなどで誰  
もが一度は目にしたことのある  
あの名シーン。あと一步のここ  
ろで家康の首に届かず幸村は退  
却し、「安居神社」の鬱蒼とした  
森に身を隠しました。そこが終  
焉の地となります。

現在の安居神社は住宅地の中  
にあるにもかかわらず、その時  
の息遣いが聞こえてきそうな静  
けさが漂っています。「わしの首を  
手柄にされよ」という幸村の最  
期の言葉が聞こえてきそうです。  
幸村の切っ先が、もし徳川家  
康に届いていたならば…大阪  
は、日本はどうなっていたらろ  
う。そんな大阪人の思いの力が  
強かったのか、徳川政権下でも  
真田の武功は語り継がれ、今に  
至っています。（文・池側）

### 誰かの幸せは 自分の幸せ

「和をもって貴しとなす」は聖  
徳太子による十七条憲法の最初  
の言葉としてあまりにも有名で  
す。続く第二条で「篤く三宝（仏、  
法、僧）を敬へ」とするほど仏  
教に帰依した太子が血で血を洗  
う争いの時代を終わらせ、国を  
定めるべく制定された日本初の  
憲法は、今に至るまで日本人の  
価値観や精神の真中に息づい

ていると思います。

仏教には「随喜」という言葉  
があります。誰かが善い行い  
をして徳を積んだならば、それ  
を喜ぶというものです。心から  
喜べば、その人と同じ功德を自  
分も積んだことになる。とされ  
ています。これの反対が「嫉妬」  
で煩惱の一つです。

「慈悲（思いやり）」は心の灯明  
（ロウソクの灯）を誰かに分け  
与えるようなものなのだそう  
です。いくら分けても自分の灯は

消えない。も

し消えたとし  
ても周りが明  
るければ困ら  
ないし、また  
分けてもらう  
こともできる。

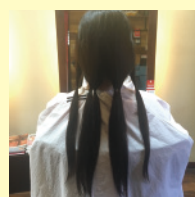
この例えはチベッ  
ト僧から教えてもらいました。  
幸せな人の笑顔に囲まれていた  
ら自分も幸せですよ。和顔施  
と言って、やさしい微笑みをもっ  
て人に接することもお布施らし  
いです。（文・正木）



### みんなの「ちょっとしたことをちゃんとやる」を繋ぐ

リレー

#### 後悔を次へつなげる



銭屋本舗  
岡田 聖子

現在、二度目のヘアドネー  
ションに向けて髪を伸ばして  
います。一度目、「何となく」  
伸びていた髪をどうしようか  
迷っていた時、友人がヘアド  
ネーションの為に髪を伸ばす  
と聞き、私もやってみよう  
とそこからさらに一年伸ばしま  
した。一年後、33センチの髪  
をカットし、頭は軽く、首元  
はスッキリする感覚はあった  
のですが、何か物足りなさを  
感じました。それは、ちゃん  
と手入れをしてこなかった事  
の後悔でした。

カットしたその日に密かに  
二度目を決意。二度目は美容  
師さんがおススメするアイテ  
ムを取り入れ、自分なりに髪  
を過保護に育てています。半  
年に一回毛先を整える以外は  
ハサミを入れる事なく約二年  
が経ちます。一度目とは全く  
違う髪の重量を首や肩に感じ  
る日々です。今年中にはド  
ネーションカットをする予定  
です。私のスマホは「ショ一  
トボブ」「マッシュュショート」  
次の髪型の検索履歴が並んで  
います。



月刊

It's my place

## UEMACHI &amp; LIFE

- みんなのわがまち -

ご自由にお取りください

2022  
February  
vol.20

2

10年前と今とで、この町は何が良くなって何が悪くなったか。そして10年後は？暮らす、働く、楽しむ、学ぶ、育てる、育つ、老いを迎える…。この町を歩き交うさまざまな人が、それぞれの思いで描く10年後の寄せ書きです。

寄書

## 未来の上本町

上本町のコミュニティの場として  
百貨店を再生株式会社近鉄百貨店  
上本町店長  
宮崎 幸一さん

昨年5月末から近鉄百貨店上本町店長を担当しています。どうぞよろしくお願ひします。

私は入社して40年近く経ちますが、上本町店勤務は初めての経験です。ただし、昨年12月号で執筆された松原様のお話にも出ておりました「近鉄劇場」跡地に建設された「上本町新歌舞伎座ビル（上本町YUUFURU A）」の商業テナントの誘致

業務を当時担当しておりました。2010年8月末に開業しましたので約10年が経過したことになります。

10年前でも、関東の方と商談しても上本町の土地柄の良さは良くご存じで、出店に魅力を感じて頂ける方が大変多かったと記憶しています。当時からタワーマンションが建設されるなど駅前周辺はマンションも多く、また大阪でも有数の文教地区

でもあることから、居住エリアとしての評価が非常に高い地区でした。それから約10年、更にマンションやスーパーマーケットが増え続け、比較的若い世代家族の移住も多く、今後も人口が増え続ける大変有望なエリアだと感じています。

そのような中、直近の私も百貨店は新型コロナウイルス感染拡大の影響をまともに受けました。本来なら多くのお客様にご来店頂き、店内がごった返すくらい賑わうことを目論んで、様々な販売促進策や広告PRに努めるどころですが、出来るだけ密を避けることに力を費やしました。加えて海外からのお客様も大幅に減少するなど厳しい状況が約2年間続き、やつと最近になってお客様が戻りつつある状況ですが、今しばらくはまだ予断を許さない状況です。

コト消費へとお客様ニーズの急激な変化に対応をしていかなければ、百貨店の未来は無いと考えています。上本町店の目指すべき方向は、「モノ」を売るだけではなく、足元商圏や沿線に住いの方々の暮らしを豊かにする沢山の「価値」を提供できる「百貨店」を目指し、地域の皆さまの「コミュニティ」の場やサービス施設など、買い物以外でも気軽に立ち寄っていただける空間づくりが必要であると考えています。「日常の上質感」をキーワードに普段の暮らしに役立ち、彩りを添え、10年後にこの上本町店が今以上に地域の皆さまに愛され、当てにされている姿を目指したいと考えています。「この店に有ったらいいな、便利だな」と思われる施設やサービス、お店の情報など、皆さまのお声を是非お聞かせください。ひとつひとつしっかりと耳を傾けて行きたいと思っております。よろしくお願ひします。

誰のものでもない我が町。その未来はみんなの輪でつくります。