



# 懐しい思い出の歌シリーズ ⑥

## 椰子の実

作詞／島崎藤村  
作曲／大中寅二

一、名も知らぬ  
遠き島より

流れ寄る

椰子の実

ひとつ

故郷の岸を

離れて

波はとも

波に幾月

二、旧の樹は

生い

茂れる

枝はなお

影を

やなせる

われもまた

渚を枕

ひとり身の

浮寝の旅ぞ

三、実をとりて

胸にあつれば

新なり

流離の夏

海の日沈むを

見れば

たぎり落つ

異郷の涙

思いやる八重の

潮々

いづれの日にか

国に帰らん

【ひとことエピソード】 明治34年、民族学者柳田國男が浜に流れ着いた椰子の実の話を藤村に語り、藤村がその話を元に創作した詩に曲が生まれました。明治言葉なのでそれを現代語に訳しますとこうなります。「名前も知らない遠い島から流れ寄って来た椰子の実よ、お前は故郷の岸を離れ、この波間に何ヶ月浮かんでいたのか。実をつけてた頃の元の木は今も生い茂っているのだろうか。枝は今も影をつくっているのだろうか。私もまた波の音を枕元で聞きながら一人淋しく故郷から遠く離れた地をさましている。この椰子の実を胸に抱けば、あてもなくさまよう旅の不安がいつそ大きくなって来る。海に沈む夕日を見れば故郷を思う涙が激しくあふれ落ちて来る。椰子の実が流れて来た遙かな潮の流れを思うと、我が人生の遠い道のりも思いやられる。だから、いつの日か故郷に帰ろう・・・」目をつぶってこの歌を口ずさんでみて下さい。きっとあなたの優しい心にこの情景が鮮明に映し出される事でしょう・・・

※さあ、次回はどんな曲が掲載されるでしょうか？どうぞお楽しみにして下さいませ。(編集係)



# プレオ通信

(株) 春光園 福島市鳥谷野字扇田 10-1

LIXILリフォームショップ

TEL: 024-546-2883

FAX: 024-545-5396

NO. 7



こんにちは。プレオの森藤準一です。連日厳しい暑さが続きますが、体調をくずされないようにお体ご自愛ください。私は学生を終わってから入社し、今年40歳で18年目を迎えました。

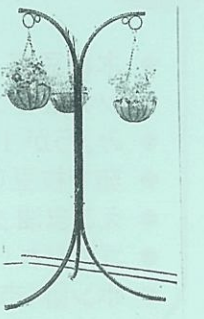
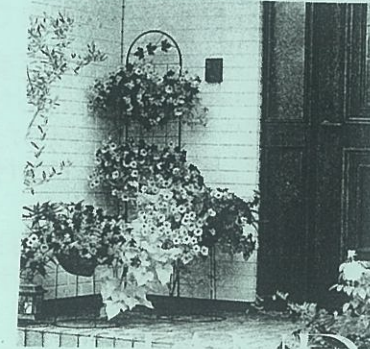
現在は、エクステリア、建築、不動産と幅広く携わらせていただいております。

これまでたくさんのお客様に営業としてお世話になってまいりましたが、工事後も何かあると声をかけていただき、末永いお付き合いをさせていただけることに日々感謝しております。プレオがあって良かったと言っているように頑張らせていただきますので、今後もよろしくお願いいたします。

## PREO 園芸店からの一言

いつも当店をご利用頂きまして、誠にありがとうございます。

今回は暑い時期の「玄関先のおもてなし」のお話です。うっとうしい梅雨が明けますと今度は「暑い暑い」挨拶が続きますね。そんな時人はアツサリしたものやスッキリしたもの、またはサッパリしたもの(どれも似たような表現ですが)に関心をもちやすくなると思われまふ。そこで玄関先の雰囲気を変えてみるのはいかがでしょうか？好みの花々を玄関先に飾るとその数分だけの植木鉢やプランター、または細々とした花ポットたちでどうしても玄関先が賑やかになってまいります。だからこそこの季節は次のようなフラワースタンド類で「涼しげな玄関先のおもてなし」をしてみませんか？



※写真の植物や鉢類はイメージです。各季節商品につき生産終了の場合もあります。

さらに、PREO園芸店よりお知らせです

夏休み特別企画(要予約) 先着順となりますのでご了承ください

◆第一弾・・・7/28(土) 親子で作る寄せ植え講習会(限定10組)

◆第二弾・・・8/18(土) 二ヶ玉講習会(限定5組)

どちらも、当社教室にて13:00より 参加費:材料費込みで¥1,500



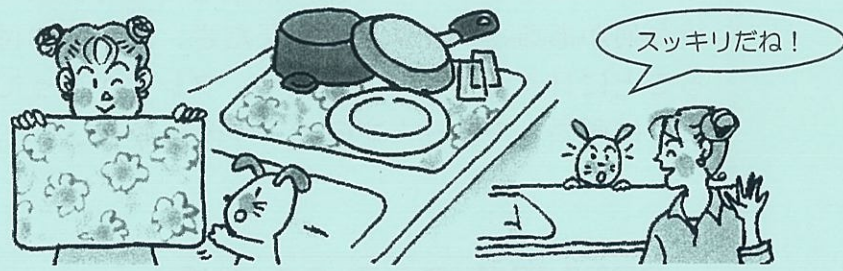
## 快適 Life



## ケミカルなのにナチュラル?

収納にも便利で、ナチュラルなインテリアのポイントにもなるバスケット(籠)。籐や白樺などの素材が多く、ホコリと湿気に弱いのがちょっと難点。でも最近は、ケミカル素材(PP=ポリプロピレン)なのに、見た目がまるで本物?というモノが増えています。

これなら、湿気が多い洗面所の収納や洗濯カゴにもOK。白樺タイプはリアルな色ですが、籐タイプはアンティーク、ビタミンカラーなど色も豊富!インテリアに合わせて選べます。水洗い出来るので、編み目に溜まるゴミやホコリが気になったらザブザブ洗えて清潔です。水濡れOKだから、キッチンでオシャレなザルとして、野菜を洗うなどに使うのもいいかも! 熱に強いタイプもあり、電子レンジでパンの温めなどに使えます。朝の食卓をちょっとリッチに演出!いいですね。



水切りマット! マイクロファイバークロス表面に使ったタイプなどは、吸水性・速乾性もあり、インテリアにもマッチ。洗い物を伏せて乾かし終わったら、収納してしまえば、水切りカゴが不要になりそう。キッチンスペースも広々使えるかも? 鍋や大皿が置けるのも便利!

## かんたんレシピ

夏の定番、冷奴&枝豆。2つの食材にツナ缶を加えて、蛋白質たっぷりのオカズになる1品はいかが? 火を使わないので、暑い日にピッタリです。枝豆の緑が涼やか!

### ツナ缶&枝豆の冷奴



材料 (1人分)

- 木綿豆腐 1/2丁
- ツナ缶(ノンオイル) 小1缶
- みょうが 1個
- 茹で枝豆(ムキ) お好み
- えごま油 大さじ1
- ゴマだれ(市販) 大さじ1
- ポン酢(市販) 大さじ2



①茹で枝豆はさやから出す。みょうがは小口切り。水にさらしてほぐしザルにあげておく。

②ボウルに、軽く水気を切ったツナ缶と枝豆を入れ、ポン酢(大さじ1)とえごま油で合わせる。

③豆腐はスライスして皿に並べ、②と刻んだみょうがを乗せる。その上に残ったポン酢とゴマだれを混ぜ合わせてかければ完成。

※お好みでバルサミコや胡麻油、ラー油をかけて。

## Beauty



暑さも真っ盛り! 顔にも夏疲れが出ていませんか? そんな時は、ゆっくりお風呂につかって、顔の簡単マッサージでリフレッシュ! 毎日すると小顔になれるかも? 呼吸は止めずにユツタリと行なってください。

### 鎖骨・首筋のリンパ



鎖骨のくぼみを体の中央に向かって指先で5回程優しくさする。

次に首筋を耳の後ろ辺りから鎖骨に向かって、手の平で5回程優しくさする。

### 顎裏



顎先の裏に親指を、表を人差し指の腹で掴むようにして、顎の裏側を耳の下まで押していきます。

1カ所1秒程、耳下までしたら、同じように5回程くり返す。

### 頬



親指の先端は耳下に、頬骨の下にそって親指の腹を置き、顔の中心から外に向かって、5秒かけて頬を上を持ち上げて、手を離す。

5回程くり返す。

### 咬筋(咀嚼筋のひとつ)



口を軽く開けると動く部分ね。

頬骨の下のくぼみを親指以外の指で覆う。

頬の下にある筋肉を感じながら、少し力を入れ小さな円を描くようマッサージ。外回り、内回り各5秒で1セット。3セット程。

### 全体

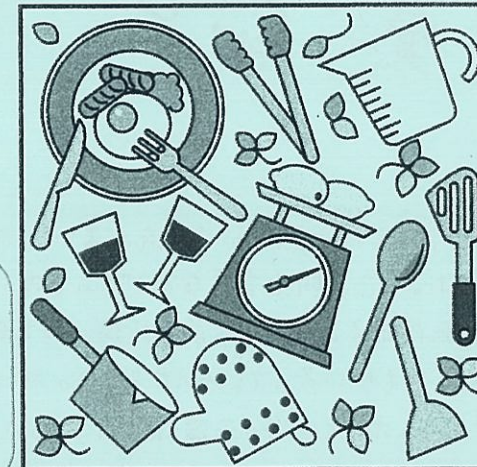
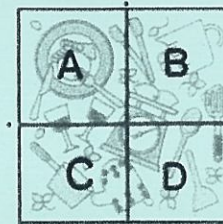
中指の腹で小鼻や口の周り、こめかみなど、触って気持ちの良い場所を軽く押す。中心から外側へが基本。



力を入れ過ぎないようにしてください。また、皮膚に湿疹や炎症がある場合はやめましょう。

## 間違い探し

左右のイラストで違う箇所が7つあります。左の表から間違いのないエリアをアルファベットで教えてください。



官製ハガキに正解を記入し、下記までご投函下さい。心ばかりの粗品を差し上げます。〒960-8152 福島市鳥谷野字扇田 10-1 (株) 春光園 プレオ通信係

インフォメーション掲示板をご利用ください。プレオ園芸店入口に掲示板が

あります。この掲示板は当店からの情報の他にも、お客さまご自身の情報発信板としてご利用下さい。(無料) 貼り出しの際にはスタッフへお声がけ下さいませ。例えば右記のようなことも大歓迎!

### 子ねこが生まれました!

里親さん募集中!!



連絡先〇〇〇〇〇〇

### 私たちのサークル発表会

〇月〇日 会場...

同時会員募集してます

連絡先〇〇〇〇〇〇

### うちの孫が踊ります

※赤いリボンに黄色のドレス姿が孫です  
入場料 ¥△△円

〇月〇日 会場...

連絡先〇〇〇〇〇〇

一般常識の範囲なら、どんな情報でもOKです!