

週刊すず辰たっ (第347号) 令和1.7.8

今週も、「すず辰(すずたっ)」が厳選しました農家さんの野菜(果物)たちをお買い上げいただきありがとうございます。ぜひおいしいもの好きなお友達・お知り合いにもお声かけください。お客様の輪が八百屋の力になります。

●今週のピックアップ商品○(来週もあります)

ひかりれんこん、始まります。

茨城の高須農園さんのひかりれんこんが始まります。7/9(火)入荷より。光合成細菌の力ですくすく育ったれんこんは、シャキシャキで甘みもあり、煮物、炒め物、サラダと大活躍。特にシャキシャキ感は食べていてうれしくなります。食物繊維だけでなく、ビタミンC/Eも豊富。ぜひぜひお試しくださいませ。



初夏ってことで。

直近の天気はぐずついています。初夏ってことで、夏な感じのお酒が入りました。杜氏自らデザインしたボトルは、春(ネコ)から夏(金魚)へ。冷やしておいしい夏限定酒「純米吟醸 京のなつさけ」も。京都伏見の招徳酒造さんから。※初夏といえば、最近こてこての関西弁を話すアイドル、ファーストサマーウイカさんが気になる店主です。



▲すず辰のこぼれ話▽ 次の京とうふは7/9、11、13、16、18です。

兄弟バッテリー？

息子たちとのキャッチボール。毎日とは行きませんが、ふと時間ができたときに、「父、やるの？」と息子たちから誘ってくるようになりました。知人曰く、子ども用のグローブは使いづらいようで、受け止めるのが難しいそう。それでも始めた当初より、グローブで受け止めるのがうまくなってきた息子たち。どちらかと言うと、長男の方が受けるのがうま、次男は受けるのまだまだですが、投げるのがうま、見事なコントロールと速さ。「あれっ、これって兄弟でバッテリーとか組める？」と妄想が浮かぶ父(笑)。兄弟でバッテリーを組んで甲子園？、とか妄想はあらぬ方向に。まあ、そんな簡単に行くものではないでしょうが、しばらくキャッチボールで息子らと戯れます。

◆ちよっとまじめな話:「か〜きくけこ〜♪」◆

たまたま見つけたファッションデザイナーのコシノジュンコさんの言葉です。『人生を進化させる「かきくけこ」』。

か:感謝の気持ち。どんな嫌なことがあっても、それに感謝すれば次に進める
き:どんな失敗をしても、新しい希望を持てば、過去も忘れるができ、次に進める
く:とにかく「くよくよしない！」
け:人生では何より「健康が大事！」(ジュンコさんは週に2回筋トレしてるそうです)
こ:行動すれば道が開ける！

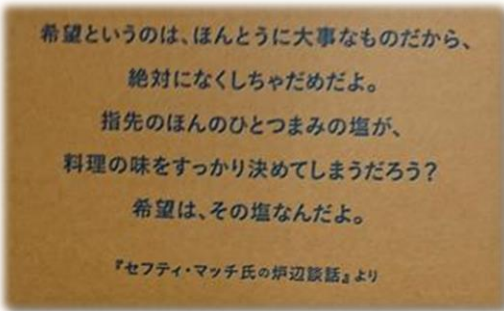
「かきくけこ」という短い言葉の中に、人生の奥義が凝縮されてるといいますか、ちよこっどへこんだときなんかには一歩踏み出す勇気が湧いてくるなあ、と納得しました。順番としては、くよくよせず感謝の気持ちで希望を持って行動。そして健康第一！、みたいな感じでしょうか。

感謝と行動でいうと、2年前の入院時の体験(裏面)がすごくしっくり来ます。それでいくと、行動してみると希望が見いだせる、って場合が往々にしてあるかもです。くよくよして、同じ場所で堂々巡りしているのではなく、感謝の気持ちを燃料に一歩踏み出す、行動してみる、すると見える景色が変わって希望が出てくる。

希望について言うと、こんな言葉も。

料理の塩に例えた感じが、とてもくっきりきます。ほんの一粒の塩で料理の味が変わるように、人生、希望を持てるかどうかで大きく変わる。世の中に足りないのは「希望」かもしれません。

子どもが大好きな「アンパンマン」の中に、「ばいきんマン」というキャラが出てくるのですが、そのばいきんマンが登場するときに「は〜ひふへほ〜♪」と言うのが定番なのですが、そのノリで「か〜きくけこ〜♪」と言えば、人生どんな時も乗り越えて行けそうです。



すず辰マガジンがウェブで読めるようになりました↓



《すず辰について》

鈴木辰徳(辰年:43歳。12.9.7歳の3児の父)がH23に開業。「野菜で笑顔を結ぶ」をモットーに、作る人と食べる人の笑顔の架け橋となるべく、素敵な農家さん、野菜果物のおいしさ楽しさをご提案。路面での販売「マルシェすず辰」を経て、H25/3/25念願の店舗オープン！ マンガ「八百森のエリー」絶賛応援中！
函館市本通1-24-3(店舗) 店前・店横駐車可。
平日11時半・土曜12時半開店 17時閉店(日祝日休み)
TEL/FAX:0138-76-9865 メール:suzutatsu831@ncv.jp
HP:<http://suzutatsu831.com/>

◆ちよつとまじめな話:【立待岬】二つの友の言葉とひげそりと◆

2017年10/20(金)、北海道新聞の夕刊の道南情報誌「みなみ風」内のリレーコラム「立待岬」に載った文章です。入院中に考えたことを書いてみました。

実は先月3週間余り入院生活を送っていました(今は営業再開しています)。術後、身体の痛みと慣れない環境に寝つけず、2日目以降も、小一時間寝てはすぐ起きてしまい、そのまま寝れなかったり。

寝れなかったら治らんやん、と後ろ向きになっていた4日目の朝。ふと別件で友に言われた「願望と行動が一致しない人が多い」という言葉が頭に浮び、「あれ、もしかして今の俺?」、とわが身を振り返り。

別の友人に過去に言われた「あるものに感謝を」との言葉を思い出し、あるもの一つずつ確認。手術は成功、食事がおいしくとれる、愛する家族がいる、左耳は聞こえないけど右耳は聞こえる…すると力が湧き、一步踏み出す気に。

で、「あー、包帯ぐるぐるでちゃんとそれんしええやー」と思ってたひげをそろうと。そってスッキリした自分の顔を鏡で見て、頭もスッキリ。人間って単純なものです。そんな私の顔を見て、主任看護師の方が一言。「調子よさそうですね。もう病棟内、自分で歩いていいですよ」。なにか、いろんなことがいい方向に転がり出した、術後4日目の日曜日でした。

上手い出来ないことが重なると人間立ち止まってしまう(後戻りする)ときもありますが、あるものに感謝し、思う方向に向かって一步踏み出すとがらんと風景が変わるなんてことも。それをつくづく感じた経験でした。(八百屋すず辰店主)

術後3日間は、さきやかな回復(立てた!、トイレに自分で行けた!、リハビリが始まった! などなど)を素直に喜び感謝できたものが、元来寝ないとうにもならない人間が4日間も徹夜・半徹な日々が続くとどうにもこうにも後ろ向きになり。。

でも、これじゃあかん!、とひげをそったら、上記の「病棟内解禁」に始まり、頭をおおっていた包帯(というかコルセット)も外れ頭も軽くなり。

さらに、点滴の取付機具が電動式(コンセントに刺さっているのでいちいち引き抜かないといかず、かつ重たい)から、ただの鉄の棒になり軽くなり。

そして、昼のリハビリ後、療法士の先生から、「病院全体を自分だけで歩いていように看護師さんに許可出しておきますね」と完全な自由を得る!、と朝へこんでたのがウソのように1日で事態が一気に改善。

「ひげそり」というさきやかな一步が大きく効いた一日だったなぁとしみじみ思ったそんな日でした。

そうそう、二人の友人にも感謝!(もちろん愛する家族や皆々さまも!)

◆ちよつとまじめな話:『感謝です!』◆ (2014/9/16)

「コップに半分入っている」と「コップが半分空である」とは、量的には同じである。だが、意味はまったく違う。「半分入っている」から「半分空である」に認識を変えるとき、大きなイノベーションの機会が生まれる。(『イノベーションと企業家精神』ピーター・ドラッカー著)

「半分空である」とは、まだまだやれることがあるってことで、何ができるか、やってみる中で何か生まれてくるってことですね。2週前に書きましたが、最近意識が前向きになり、さきやかなから動き出してみましたら、「来ないなぁ」と思っていた常連さんが何人も来店。最近音沙汰がなかった友人からは第3子出産の報告や、婚約の報告も。動き出すと「いい出会い・知らせ」があるものですね。

一方で、「半分入っている」って視点も大事だなぁ、と改めて思っています。「半分しかない」でなく「半分入っている」です。営業時間が短い八百屋なのに、通っていただけるお客様がいます。なんてありがたいことでしょう。自営業なので、土曜日子供らを店に連れてくることもできます。子供がわいわい動きまわることので店が賑やかになります。そもそも世の父親でここまで子供の成長を見守れる人はどれほどいるのでしょうか。一緒にいる時間が長いからこそ、「息子に告白される」という経験もできるわけです(笑)。

この世に生み出してくれた両親には感謝ですし、出会ってくれた女房に感謝。そしてわたしたちを選んでくれた子供たちに感謝。そして見守り、いろいろ応援してくれる友人・知人に感謝。そして、改めて来店していただけるお客さん、みなさんに感謝です。

営業時間は、先週いろいろ調整しましたら、水11:05、木11:20、金11:10開店とやればできそうです。「ピンチはチャンス」。すず辰らしいサービスをしっかり作っていきたいと思います。皆さん、本当にありがとうございます。

人生、動かないと始まらないってのが根っこですが、人間は感情の生き物で、頭でわかって動けないときがあるってもので、そんなとき視点を変えてみると、「あるもの」が見えてきて、心のパワーが沸き起こり、できることからやってみると。

希望が持てて、どんなときでも「なんとかなる」と思えることが力になるわけで。

そういう意味では、「超高齢化」とか、「少子化」とかマイナス面を見て足踏みしている日本社会。もっと「あるもの」に目を向けて、希望をもっと語り合い、力を合わせて進んでみると結構幸せな未来が待っているような気がしたり。

子どもらが「か〜きくけこ〜♪」と元気に進む未来を作りたいものです。