

100mm

C'

100mm

B'

97mm (内側に折り込む面)

A'

暮らしの知恵

おすすめ理由① 防水で安心

ジップロックのウリ、それは「防水」。プールやビーチで濡れた水着や砂の付いたビーチサンダルを持ち運んでも、水や砂が漏れる心配が減ります。「ストックバッグ」のLサイズは程よい大きさで使いやすいですよ。



また、濡れた折り畳み傘を入れとしてもジップロックはとても優秀!そのまま入れればバッグに収納できるので、手に傘を持ちながら歩く必要がなくてラクなんです!!

おすすめ理由② スキンケアセットや子ども用品も清潔にキープ

ボトルから液体が漏れてしまった時も、ジップロックからは漏れないので、旅行先で使う化粧品やヘアケア用品などをまとめて入れるのに重宝するそうですよ。



また、子どもが直接口にする物を綺麗なまま、且つ他の荷物に触れないように持ち運べるので、哺乳瓶やおしゃぶり、着がえなど、

清潔に保っておきたい子ども用のアイテムを入れるのに◎。

おすすめ理由③ パッキングに欠かせない!

LCCの厳しい重量制限を乗り越えるには、1グラムでも軽い方が良いのです。その点、ジップロックならほんの数グラム。

ジップロックMサイズ: 5グラム
ジップロックLサイズ: 10グラム

ジップロックで圧縮してパッキングすれば、泊数の多い旅行でも荷物がコンパクトに。出張の多いビジネスマンもジップロックを使っている人が多いんだとか、国内外問わずスーパーやコンビニで気軽に買えるのも良いですよ。

カラダすっきり! イキイキ! 健康サプリ

旬や主な産地、美味しいのを選ぶコツは?
【ブルーベリー】

ブルーベリーは数多くの品種があり、日本で流通している品種だけでも100種類以上といわれています! 国産ブルーベリーの主な産地は長野県、東京都、群馬県などで、旬の時期は、6月~8月の夏の時期です。



一方、国外ブルーベリーの主な産地と旬の時期は、アメリカが4月~9月、チリやオーストラリア、メキシコでは10月~3月頃に収穫されます。だから1年中スーパーやコンビニなどでブルーベリーを手軽に購入できるんですね♪

産地によって、果実の粒の大きさや色が異なり、大粒なものほど甘く、小粒になるほど酸っぱくなるといわれています。

品質の高さを示すポイントとして、果実の形の綺麗さや、果実の皮に張りがあるかどうかもチェックするようにしてくださいね。果実の色については、色が黒っぽく濃い紫色のものほど、よく熟していて美味しいといわれています。お買い物の際には、青紫色の鮮やかなブルーベリーを選ぶようにしましょう!

新年度入館生を募集しております、気軽にご連絡下さい!



副館長 浅川 正堂



館長 浅川 裕 茲



道場HPはコチラ



双柳館 浅川道場
岐阜市野一色 4-8-1

お問い合わせは
058-247-3676

子どもたちに剣道と道場という場を通じて日本の礼儀と作法を伝えられるように、生涯稽古です。

作法のみであれば、教本を片手に指図すれば良いでしょう。しかし礼儀あつての作法です。「ありがとうございます」という感謝の心を育てずして、誠の作法は身につけません。

日頃から子どもたちと信頼関係を築き「強くなりたい!」という心を育てながらも、作法を根気よく躡けていく。そして時おり、作法は礼儀(心・気持)の表現であるという事を説いていく。これには大きなエネルギーを必要としますが、こうする事でようやく礼儀と作法が身につく、育つのだと思います。

稽古では休憩を挟んで私たち指導者は面を付けます。すると「先生と稽古がしたい!」という子は競って面を付けて駆け寄り、正座にて「お願いします」と礼をします。その姿を見た子、気がついた子は「自分も!」と競い始めます。一方で、私たち指導者が正座にて着装しているにも関わらず、立ったまま「お願いします!」もしくは黙ったまま頭を下げるような「無作法」では受け付けません。

子どもの汗と笑顔は日本の宝 道

私、登田が通う剣道の師匠に、日ごろ子供達へお話ししている徒然を書いて頂いています。

日本の礼儀と作法の伝承

日本では、感謝の意を表す際に「ありがとうございます」の言葉とともに頭を下げます。

礼儀とは「うれしいな、ありがたいな」という「心・気持ち」であり、作法とは「ありがとうございます」と頭を下げる「方法」の事を意味します。つまり作法は国や文化によって様々であり、礼儀はその人の感性や人格と言えます。ですから、世間一般で言われる「礼儀を学びたい」「礼儀を知らない」という多くの場合が作法をイメージしているのではないのでしょうか。それでは、私たち大人は、模範を示す他にどのように子どもたちに礼儀と作法を伝えていけば良いのでしょうか。私はわずかに作法を先行させながら、同時に「心・気持ち」を育てたいと思っています。