味・美・楽Shop

森のくまさん

メルヘンの世界にトリップ！ 四季を目と舌で堪能するログハウス

自然と色とりどりの花に囲まれた「理想の」ログハウス。デッキ席はペット連れ可なのも嬉しい。

まさに「絵本の中の世界」が目の前に……！ 南海河内長野駅から車で10分ほど走ると、美しい山々の中にひょっこりと顔を出すログハウス。その周囲やお庭に飾られた花々と雑貨を見ているだけでワクワクし、扉を開けると、さらに期待以上の広さと温かいインテリアに、思わず声が上るほど感動します。

温かみのある木の素材を基調としたインテリア、コーヒーの香りを放つサイフォン。素朴ながらも美しい机や椅子も手づくりというから驚きです。店内の窓は大きく、千早赤阪村の美しい自然が一枚の絵のように眺められ、それだけでも時間の流れを忘れてしまうほどです。

「ここまで来て頂くのですから、心からのおもてなしとお料理をお出ししたいんです。自家農園で採れた野菜をたっぷり使ったメニューや、国産牛肉の煮込みハンバーグをご用意していますので、時間を忘れてゆっくりくつろいでいただければ嬉しいですね」。

その煮込みハンバーグは、口の中で濃厚なソースと絡み合い、とろけるほどジューシー。採れたて野菜をふんだんに使った天ぷらや副菜も、口に入れた途端「野菜ってこんなに味があった？」とスタッフが驚くほど〝迫力〟があり、箸が止まりません。

まさに窓の外の景色とともに「季節を食べる」喜びに浸れるひと時。子ども連れのママさんたちにもゆっくり過ごしてほしい……と、ベビーベッドと絵本が用意された個室があるのも、とても嬉しい心づかいです。

ゴルフレッスンの合間に立ち寄る方、ウォーキングのコースの休憩として組み込んでいる奥様方、さらにはサイクリングの途中で必ず顔を見せる常連など、ここで一息つくことを楽しみにしている人が数多い、というのも納得です。

春には、窓からすぐ見える4本の桜が咲き、幻想的な時間を過ごせそうです。メルヘンの世界に迷い込んだような空間とお料理の素晴らしさ。お尻に根がはえてしまうような居心地の良さです。

2階席も一つ一つの机がゆったり配置。奥には子ども連れの方のための個室もあり。

店内は天井が広く木に囲まれ、開放感と安心感たっぷり。暖炉も立派に「現役」で、薪がくべられ火の温かさでほっこり。

こだわりのコーヒーは、サイフォンで丁寧に入れられた絶品の味。

天ぷらの和風プレート（ドリンク、サラダ、みそ汁付　1360円）。季節の採れたて野菜が存分に楽しめる。

ビリリと辛め、様々な味が溶け合ったトンカツ&エビフライカレー（ドリンク、サラダ付き 840円）はクセになる深み。

煮込みハンバーグ（ドリンク、サラダ、スープ付き1360円）。トロトロジューシー！ 上から時計回りにスープ、サラダ、白菜たっぷりの湯豆腐、田辺大根の田楽、エビフライ、煮込みハンバーグ、ご飯。副菜は季節によって変わります。

窓から見える外の豊かな自然も何よりのご馳走の一つ。

お店データ
- ●住所：大阪府南河内郡千早赤阪村小吹423-1
- ●Tel：090-2285-7956
- ●営業時間：9:00〜17:00
- ●定休日：木・金曜日　●駐車場：11台

※できましたら、事前にお電話で予約をお願いいたします。
★リビングフレッシュを持参いただくと、ランチセットに、デザートのアイスをプラスさせていただきます（4月30日まで）。

アイ♥ラブ奥河内「ちかくて、ふかい 奥河内」

奥河内オーガニックマーケット vol.3開催！

〝自然派育児だいすきママ〟らが企画

「オーガニック」を切り口として地域の生産者と消費者をつなぐ、その名も『奥河内オーガニックマーケット』が、5月25日(土)南海高野線天見駅前の「あまみ温泉南天苑」で開催されます。

昨年5月にスタートして今回は3回目。

企画&主催は、市内で自然派育児をテーマとした活動を続ける「ルフトクライン」と「河内長野での暮らしをもっと楽しく」をコンセプトに、デザイン企画制作やイベントを行う「アトリエノアノール」。いずれもメンバーは、子育て中のママたちです。「自分たちが暮らす奥河内で、シンプルな食・モノを提供する人と、シンプルな生活を考える人をつないで地域を元気にしたい」との想いからスタートしました。

会場となる南天苑は美しい日本庭園や温泉をもつ老舗旅館。当日は奥河内地域の有機・無農薬（減農薬）の野菜やお米をはじめ、体に安心な食材を使ったパンやスイーツ、絵本読み聞かせ、ヨガ・マッサージ、自然派ネイル、こども向けワークショップなど約35の個性豊かなショップコーナーが出店します。入苑無料。開催は9〜15時。雨天決行。なお、お出かけの際はマイバック・マイ箸をお忘れなく！　**イベント主旨により駐車場はありません。**

毎回500人を超える大盛況。

●問合せ　奥河内オーガニックマーケット事務局　Tel:070-6683-2436　http://okukawachi.info/market/

木戸町Bさんからの質問

Q 河内長野駅近く、石川と天見川の合流地点にある岩のてっぺんに不思議な祠が・・・あれは一体なに？

みなみかわち・なんでも調査隊 〜あなたのナゾにお答えします！〜

行者岩に隠された、ちょっとコワ〜イ伝説

「行者岩」ですね。落合橋の上流にあるこの岩の秘密。かわちながの観光ボランティア倶楽部の広報部長、竹内武彦さんに聞きました。

「この辺りはかつて水量が多く、よく魚獲りが行われていましたが、地元では知る人ぞ知る『行者岩伝説』として語り継がれています。それによると昔、一人の男がこの岩から投網を仕掛けていたところ白髪の老人（行者）が現れて、むやみやたらに殺生することを戒めたそうです。ところが男が忠告を聞かずに魚獲りを続けたため、老人に鉄の杖で打たれて川に沈められてしまった・・・と。そんなちょっと怖い話です。祠は明治末期になって川で遊ぶ子どもたちのお守りにと、千早電力（現・関西電力）の森久兵衛氏によって建てられ、大正時代に長野遊園地（明治41年開園）が建て替えました」。

イズミヤ南側駐車場からの眺め。4月初旬には後ろの長野公園がピンクの桜で染まります。

岩の高さは12m。周辺は「ふれあいの水辺」として整備され子連れママたちに人気の水遊びスポットになっています。河内長野駅前観光案内所で聞けば、さらに詳しい話やビューポイントを教えてもらえます。

岩の上に建つ祠

※同倶楽部では4月26日と5月8日、この地点を通って、もろこし橋から願昭寺を巡る「春のウォーク」を開催します。

質問を募集しています！「ここになぜこんなものが？」「この由来は？」など、街の中でふと感じたクエスチョンをお寄せください。あなたに代わってお調べします。応募先は欄外の宛先へハガキまたはFAXにて受付いたします。

●問合せ先：河内長野駅前観光案内所　Tel：0721-55-0100

Siセンサーコンロでスマートに絶品料理！

ガラストップコンロで日々のお手入れを簡単に！

おすすめポイント！

安心・安全　センサーが鍋底の温度を感知し自動的に消火！

便利　コンロが自動的に火加減を調整しながら適温をキープする温度調節機能！

ダッチオーブン　さまざまな本格オーブン料理・パン・ケーキなどを手軽に作ることができるダッチオーブン！
※ダッチオーブン対応グリルのみご使用頂けます。

ビルトインコンロ
C3WL2PWA56STE
標準価格 278,250円（税込）
当社販売価格 158,600円（税込）
※工事費別途

読者からのご意見

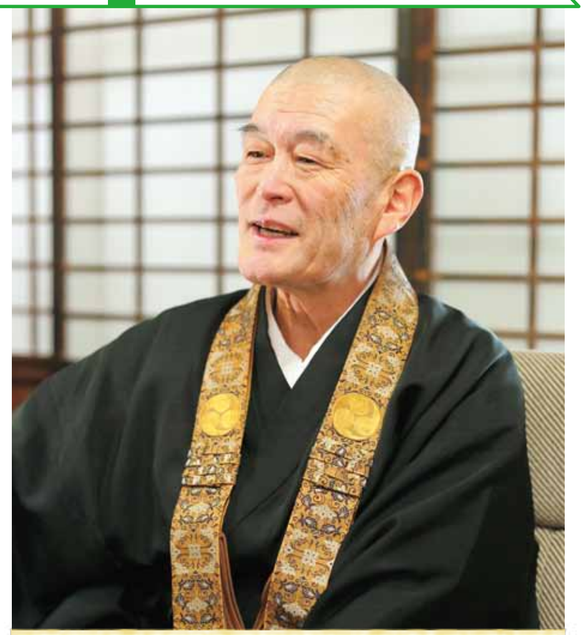
- 河内長野に住んでまだ1年。知らないことばかりなので、今後も地域の情報など期待しています。　美加の台 T様
- いつも味・美・楽shopのコーナーを楽しみにしています。おしゃれなお店ばっかりで毎回いきたいなぁと思っています。　小山田町 K様
- リフォームのステキさに驚きです。以前友人の近くのお宅が載っていたので、友人宅に行った時に見せてもらいました。　木戸 Y様
- 以前に掲載されていた「ラ・パーチェ」に家族で食べに行ってきました。次回の掲載店も楽しみにしています。　千代田台町 T様
- リビングフレッシュがポストに入っている時、嬉しく思います。カラフルで読みやすく親しみやすいです。　長野町 F様
- 早速ミステリー好きの私は「楽園のカンヴァス」を買いました。近場や市内の情報が多く毎回楽しみに隅々まで見ています。　大師町 S様
- 小山田の桃から生まれた「ももそばソース」、是非購入しに行きたいです。一度食べたらやみつきに！ が気になります。　緑ヶ丘 N様

特集　いきいきと素敵に暮らす人たちを紹介します 27　心の時代によせて…**観心寺住職・永島龍弘**さん

Fresh people フレッシュピープル

いのちを活かし切る生き方を

節分の星祭をはじめとして厄除け寺として親しまれている観心寺。金堂には弘法大師が国家の安泰と衆生の厄よけのために刻まれた本尊・如意輪観世音菩薩像をはじめ、数多くの国宝や重要文化財が収蔵され、多くの人々が心の平穏を願って参詣に訪れます。4月17・18日の如意輪観音のご開扉を前に、住職の永島龍弘さんに、幸せや心の在り方についてうかがいました。



プロフィール
永島龍弘（ながしまりゅうこう）さん
昭和19年1月観心寺で生まれる。昭和45年高野山大学大学院卒業。昭和61年観心寺第39代住職に就任。高野山真言宗総務部長。総本山金剛峯寺執行。（社会福祉法人）長野社会福祉事業団理事長。刑務所受刑者の教誨師としても活動。

効率優先の便利な暮らしが見直され、豊かさや幸せのモノサシが変わりつつあります。

「道徳や倫理、何が正しいかという正義は人や国、時代によって変わりますが、人生や幸せの本質は哲学であり、本来普遍的なものです。弘法大師の教えに『利他行と自利行』という言葉があります。一般的に人は利他、つまり幸せや利益を他者に与えることを他人のためになると思って行いますが、実はそうではない。分け与える行為そのものが自分の幸せ＝自利になる、と。幸せの根源もここらへんにあるのではないでしょうか」

ボランティアもその一つですか。

「ボランティアは人間を対象として考えますが、利他行は生きとし生けるものまで広げます。たとえば、人が木の小除でくつろいでほっとするならば木も幸せだという考え方ですね。これなどは西洋の思想にはない概念です」

あらゆるものが関わり合って存在しているということですね。

「そうです。だから仏教では殺生を戒めているのです。しかし、植物も含め大切な命を頂戴しなければ私たちは生きることはできません。『いただきます』という言葉には、お米や野菜などの命を頂くことに対する感謝。育てる自然の力、生産者や流通に関わる人々、買って調理して食べさせてくれる親など、すべてに感謝するという意味が込められています。昔の日本の家庭では合掌と共に言っていましたが、その風習も薄らいでいます」

親世代も教わった経験がないのかもしれません。

「古代インドでは人生を4つの時期（四住期）に区切って、与えられた一生を活かし切ろうとしました。学びの時期である『学生期』、『働き家庭をつくる』『家住期』、現役を退き、家を次の代に譲って林に移り住む『林住期』、そして執着を捨て巡礼しながら聖地をめざしてあの世に旅立つ『遊行期』です。林住期は日本なら隠居ですが、働くことで忙しい親に代わって、子どもたちに生きる術や大切なことを教えていました。それが自分に与えられた命を精一杯活かすことになり、自分にとっても幸せにつながるからです。人生90年時代を迎え、私たちもこの時期にできることを見つめてみたいものです」。

「私は文化財の守り番だと思っています」と永島住職。後ろのお堂は持仏堂で大阪府指定文化財。

ところで4月17・18日は如意輪観音様を拝観できるチャンスですね。

「毎年全国から大勢の方が拝観に来られます。わが国で5番目に国宝になった秘仏で、平安時代の密教美術では最高の仏像といわれます。美しい彩色がそのまま残っていますが、目で見るのでなく、ぜひ心で観じてください。己の心を整えることが仏教の目的です。心を観察して心を観じる。観心寺はそのためのお寺です。山門は朝早くから開いています。多くの方が金堂で般若心経を唱えたり、禅定（座禅）したりされています」

いいお話をありがとう」ございました。〈合掌〉

春の観心寺山門風景（写真提供＝河内長野市役所商工観光課）。

本尊「如意輪観世音菩薩」年1回のご開扉

観心寺は奈良時代に役小角が開き、弘法大師（空海）の弟子実恵が天長4年（827）に創立。金堂の本尊「如意輪観世音菩薩」（国宝）は、六臂（手が6本）像の代表作で人々を六道（天道・人間道・修羅道・畜生道・餓鬼道・地獄道）から救い、望みを叶える観音様。非公開ですが毎年4月17・18日の両日に開扉。拝観は10〜16時。30分おきに講和が行われます。写真は金堂（国宝）。

ホンモノはどれ？

正解の方から抽選で図書カード（2000円）を5名の方にプレゼントします。

応募方法

ホンモノの答え、住所、氏名、電話番号、年齢、職業、本誌の感想・要望などを明記の上、欄外の宛先「ホンモノはどれ？」係へハガキ、またはファックスでご応募ください。
※4月末日締切 消印有効。
※当選発表は発送をもってかえさせていただきます。
〈No.251の正解は⑦でした〉

社員からのお勧め情報

河内長野ガス 近藤

お勧めの一冊「宙の月光浴」

（著：石川賢治。小学館）

この企画での初女性メンバーということで、ご紹介させていただく内容にかなり悩みました。最近、疲れがとれにくいので同じように疲れている方へお勧めしたい写真集を今回はご紹介したい思います。

石川賢治氏は'84年より月光写真に取り組み、'90年に初の写真集「月光浴」を発表した写真家です。 太陽光の465,000分の1の満月の光で撮った写真が月光写真です。

夜、満月の光で写された写真の数々はどれも美しく神秘的です。

今回ご紹介する「宙の月光浴」は人工の明かりがまったくない大自然の中で撮られた作品なので、宇宙から見た地球の映像を思いおこされるような、とても印象的で原始的な青い世界が写し出されています。

各々の写真を眺めていると、風が渡る音や虫の声、滝が流れ落ちる音が聴こえてくるようですし、冷えきった空気や動物たちの息遣いも感じられる気がします。

そして何より、自分自身がその自然の中に立ち、月の光に包まれその光に浄化されるような、疲れが薄らいでいく感覚が味わえます。身体や心が疲れている夜、眠る前にご覧になっていただきたい一冊です。

ただ写真集は書籍の中では高価になってしまいます。

河内長野ガスの隣にある市立図書館の蔵書に、今回ご紹介した「宙の月光浴」、石川氏が最初に刊行した「月光浴」、室町時代からの建物を撮った「京都月光浴」がありますので、お疲れで癒しを求めておいでの方は、一度ご覧になってはいかがでしょうか。

［プレゼント・読者企画のご応募先］　●ハガキ 〒586-0025 大阪府河内長野市昭栄町14-32 株式会社リビングセンター長野　●ファックス 0721-53-8775 ※FAX番号はお間違いのないようにお願い致します。