

ウェディングブーケ、レストランウェディングフラワー
一式承ります。全国どこへでもお花をお届けいたします。

 **フラワーショップ**
リリウム フローレ

PHONE&FAX 3559-8787 板橋区高島平1-43-13

高島平
きものしんぶん

まちが和く輪く

高島平きものしんぶん
〒175-0092 東京都板橋区赤塚 7-19-26
TEL 03 (3975) 9088
FAX 03 (3938) 5778
ホームページ: <http://kimono-news.com>
Eメール: info@kimono-news.com
ブログ: <http://kimono-news.at.webry.info/>
発行人 三井 真

2017年の成人の日は1月9日。全国で123万人、板橋区は5352人が大人の仲間入り。「成人のつどい」(板橋区、町会連合会、青少年健全育成委員会共催)が区内18会場で開催されました。高島平地区は高島平区民館ホールに区内最多の338人が出席、参加率は76・8%。蓮根地区は志村六小に207人(同57・7%)集まりました。区全体で50・3%の参加率。新成人20人に抱負や決意など聞きました。



ニットデザイナーが目標。糸から選んで編むので魅力がある。どんな人でも着られてカラフルでハッピーになる洋服を作っていきたい☆小物づくり(古谷優佳さん)専門1年・高島平

患者さんの気持ちが変わるような看護師になりたい。2年後の国家試験合格を目指す☆ピアノ(幸地里菜子さん)大学2年・蓮根

2年後に就職したら、安泰の生活を送りたい。健康に気を付ける。年金保険料を上げないようにしてほしい☆縄跳び(平石玲奈さん)大学2年・蓮根

ハッピーな服作るデザイナーに



親孝行したい。結婚記念日や誕生日をお祝いしたい。スポーツインストラクターを目指している☆スポーツ全般(粕谷玲奈さん)大学2年・高島平

タイに行くのと優しい人が多いと感じる。東南アジアの国とかかわる仕事をしたい。航空会社の地上勤務希望☆ピアノ、三線(佐々木舞子さん)大学2年・三園

20歳になってもいつも通りの自分になりたい。みんなをまとめる立場にあるので仕事にまい進☆ムードメーカー(ピマモンテ・パオロさん)建築関係・元高島平

東南アジアと関わる仕事したい

2017 **成人の日** 板橋区で5352人

オトナの主張&抱負!

区内18会場で 門出を祝福

菱川宗理 見立六歌仙図 板橋区立美術館蔵 書 飛奈祐紀(解説2面)



春風致福

新年が明けて間もなくの成人の日は午前中で雨上がり、晴れ姿の新成人を街なかで見かけた人も多かったことでしょう。多くの女性は振袖を着ていました。朝早くから着付けをしてもらい、成人式に臨んでいました。慣れない和装に、ぎこちなさや窮屈感を覚えたかもしれない。晴れ着のために何点もの和装品を身につけます。キモノと帯に加え肌襦袢、裾除け、帯板、帯締め、帯揚げなど30点ほど装着。品目が多くて一品くらい欠けても問題なさそうに思えますが、以下省略というわけにはいきません。

衿元と足元を決めよう

キモノは煩雑で費用がかかると思われていますが、メリハリをつけるなら衿元と足元です。表面に出ない物は多少使います。

高島平きものしんぶん 編集長 三井 真

て、衿元の半衿は新調して、張りのある白で整えます。鎌倉時代の貴族・藤原兼家(929-990)が貴族の正装であった束帯の襟元を緩めるなドルーズな着こなしであったことを伝える逸話が『古事談』『大鏡』にあり、兼家の無礼さ、傍若無人な人柄を示すものとして受け止められていた、と佐多芳彦立正大教授は「服装の歴史学」(朝日新聞16年12月3日)に書きます。1千年以上前からVゾーンの印象は重要だったのです。足袋も同様、下し立てで清新さを印象付けられます。半衿も足袋もわずかな露出とはいえ、着姿を引き締める大切な役どころ。数時間の着用でも疎かにできません。

手づくりの和菓子

「区民が選んだ板橋の「うっぴん」選定!

さくら餅 うぐいす餅 赤飯 上生 母似麗

ご進物には 一不二の和菓子をご利用下さい

 **一不二**

ダイエー南側角 ☎3960-1254 第2第3水・木定休

手打そば

こはら

●味自慢●
みそキムチうどん
1,000円

海鮮、豚肉、野菜たっぷりの具と、味噌+キムチ味の秘伝つゆが手打ちうどんと美味しく調和。ボリューム満点、からの芯から温まる当店オリジナル逸品をぜひ、ご賞味ください。

午前11時～午後8時半(3時から5時休)水曜定休
高島平 1-57-1 (巣鴨信金となり)
☎ 3935-2211



国指定重要無形民俗文化財

田遊び

2月11日(土)18時頃から
北野神社 徳丸6-34-3
2月13日(月)19時頃から
諏訪神社 大門11-1

徳丸北野神社、赤塚諏訪神社に古来より伝わる田遊び。五穀豊穡と子孫繁栄を願い、本殿前の特設舞台の太鼓を中心に年間の稲作過程を演じ、奉納する芸能神事です。かつて収穫までの農作業は多大な労働力と工夫を凝らした農器具、家畜が不可欠のうえ自然との闘いでした。ユーモラスな所作を折込みながら町歩調べから倉入れまで緩やかな唱えことばにのせ、2時間ほどで見せます。時空を超えた里人たちの息吹を運んでくれる、模作された小道具の数々も見どころ。

万全の防寒態勢で、穀霊に捧げる古雅な祭祀のご体感を。高島平の原風景が浮かんできます。

問合せ／板橋区教育委員会生涯学習課文化財係

☎03-3579-2636 ※雨天、荒天で内容等に変更あり

編集長発

◆成人式は華やかでした。母親の晴れ着を着た人も多く、帯や小物の色合わせを工夫して上手に着ていました◆もうすぐ卒業シーズン。袴姿の学生さんはおなじみですが、近年は小学校の卒業式に袴姿で臨む男女児童が増加。良い記念になるので広がりそうです◆2月4日は立春ですが、寒さはこれからですね(M)

【一面の解説】菱川宗理「見立六歌仙図」
緻密な模様の着物に身を包んだ女性たち。描かれているのは、武家の女房や町娘、花魁など年齢や階級は様々で、まるで美人の身分づくしといったところ。さらに、この六人は、平安時代の和歌の名手として知られる「六歌仙」に見立てて描かれていると考えられています。
作者の菱川宗理は江戸時代後期の絵師です。師である葛飾北斎の作品に同趣向の作品があることが知られています。歌仙たちは歌の優劣を競いましたが、女性たちは各々の美を競っているようです。
(板橋区立美術館学芸員 植松有希)
■書：飛奈祐紀「大東文化大学文学部書道学科4年」春風致福(しゅんぷうちわ)は、人の心が平和の中が平和になるという意。

公益財団法人 紙の博物館 3月5日(日)まで

紙で旅するニッポン〜九州・中国線〜

入館料／大人300円 小中高生100円 ※月曜・2/14休館
北区王子1-1-3 飛鳥山公園内 ☎03-3916-2320

植村冒険館 2月1日(水)〜4月11日(火)

メモリアル展 山頂に残された旗
〜マッキンリーに消えた植村直己の足跡〜

入館無料 ※月曜休館(祝日閉館し、翌日休館)
植村直己の最後の冒険となった厳冬期マッキンリー単独登頂の様子を紹介。装備、日記(実物)をこの時期限定で公開。

ニコンF2 チタン/ウエムラスペシャル実機展示
板橋区蓮根 2-21-5 ☎03-3969-7421



自己成長する。英語とかいろいろなことにはトライしたい。選挙の仕組みをもっとわかりやすくしてほしい☆サッカー(西村達也さん)大学2年・坂下)



成人の実感はない。4月から事務職に就くので社会人として責任を持ちたい☆誰とでも仲よくできる横内沙記さん(短大2年・元坂下)



内面を磨く。きれいな字を書く。管理栄養士の国家試験合格を目指す☆ムードメーカー(内山愛里さん)大学2年・蓮根)

選挙の仕組みをわかりやすく

内面を磨き きれいな字を書く



親をたくさん困らせてきたので親孝行したい。サーフィショップを開く勉強をしていく☆人を笑顔にさせること(飯島笙太さん)大学2年・高島平)



俳優になる夢をあきらめない。将来ドラマに出たい。他人より一歩先に出る努力をしたい☆笑顔をつくること(山崎弘暉さん)フリーター・高島平)



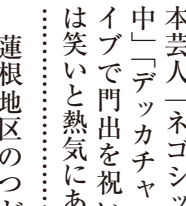
0歳の長女の子育てがたい。遊ばなくなってきた。ママを頑張ります☆逆立ちできる(肝付かのあさん)主婦・高島平)

俳優になる夢をあきらめない

将来年金を支払ってほしい!



蓮根地区のつどいは、10時すぎ頃から新成人が訪れ、校門付近は付き添いの人も交じり人々。さいたま市から参加した横内沙記さんは「中学校の友人との再会が楽しみです」と話し、晴やかな表情。式典とパーティイ1が行われ、学友との談笑に花が咲きました。



の言葉を述べました。写真。式典に続くアトラクションでは、吉本芸人「ネゴシックス」が「キャベツ確認中」「デッカチャン」が登場。お笑いライブで門出を祝いました。満席の会場は笑いと熱気にあふれていました。



経済に関心を持ち、社会人の一員として高い志を持ち人格形成を行う努力をする。田中美沙希さんは「かけがえのない仲間たちと励まし合いながら新たな一歩を踏み出していく」と誓



新成人代表の飯島光一朗さんは「政治に開会。坂本健区長の祝辞が伝えられ、高島平地区のつどいは午前11時すぎに開会。坂本健区長の祝辞が伝えられ、新成人代表の飯島光一朗さんは「政治

お笑いで門出祝う 高島平地区学友との再会喜ぶ 蓮根地区

お父さん、
また二人暮らしに
なりましたね

家の主役は、住んでいる人。
使いにくくなったり、
古くなってきたら、
断熱やリフォームを
ご検討されてはいかがですか。
山本工務店なら、経済的で
快適なエコリフォームをご提案できます。

そうだな、
住みやすい家に
リフォームするか
山本工務店に
相談してみようか

☎ 03-3979-3401

家づくり・街づくり
Réforme

有限会社 山本工務店

〒175-0082 板橋区高島平7-1-1 E-mail yamar@zmail.plala.or.jp

打ち直し・仕立て直し

木綿わたは打直して資源のリサイクルができます

お問合せ・ご注文はお気軽に電話ください

志村綿寝具商同業組合

ふとん 寝装品 打直し

寝具の店 かねだ

【営業時間】10時～19時 日曜・祝祭日休業

板橋区蓮根1-31-15 TEL/FAX 3966-5035



私は高島平に完全予約制のマンツーマンの治療院を開いて10年が過ぎ、症状改善と心のふれあいを大切にする患者さんが集まる場となりました。地域の方にも自分で出来る健康法が伝えられたらと始めた、蓮根集会所での女性専門の整体サークルは10年以上続いています。呼吸法や自分で行う整体をグループワークで進め、会員同士の協調性を高めながら健康づくりをしています。仲間と接しながら適度な気配りをする時間は、気持ちもほぐしてくれます。友人が多く、外出して趣味を持つ人は認知症や鬱の発症を遠ざけています。歩くことで筋肉や心臓に適度な刺激を与え代謝も上がり、骨粗鬆症の予防にもなります。人が集まる場所への外出は男女とも年齢にかかわらず、他

人から「見られる」意識を持つことに
もなりオシャレをしたり、お化粧したり若さを保つ努力につながります。

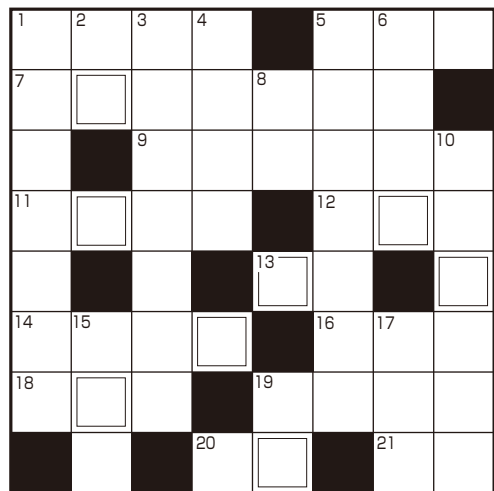
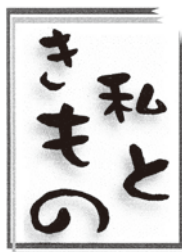


和式生活も取り入れて 姿勢よく心身の健康を

宮島 大介

ところで、整体師の私は「良い姿勢を保つにはどのようなことが必要か」と必ず尋ねられます。実際問題、骨盤を整えても姿勢が良くなるわけではありません。姿勢を保つには顎を少し引いて、耳と肩の位置が平行にあるように注意すると良いでしょう。それだけで姿勢はかなり改善されます。顔や顎を突き出すと、頭の重さで首が前に

が適度なバランスで働き無駄な力みが抜けて姿勢は整います。また、キモノでの外出も効果的でしょう。帯を締めると背筋が伸びますし、何よりも他人から見られる機会が増えるのですから刺激になります。姿勢は心の内面と関わります。姿勢の良い人は気力が充実、人生を楽しみ方が多いのです。姿勢がよくないと相手に与える印象も明るく元氣に見え、他者とのコミュニケーションを円滑にするでしょう。心と体の健康術を、先人の知恵よりひとつ。白隠禅師(1685~1768)の寝たままで行う禅(呼吸法)は中世より伝わります。毎朝、布団から起きる前に3分程度、ゆっくりとした無理の無い呼吸を好きなことをイメージしながら行うと、楽に気の安定が得られるはずです。毎日継続することで徐々に効果が出てきます。新しい1年が始まっています。呼吸法を取り入れ、健やかに過ごしてまいりましょう。(武蔵野大学大学院人間学修士課程修了、鍼灸師、整体師、産業カウンセラー、高島平はり灸コンディショニング学院長、日本医学柔整鍼灸専門学校講師)



よこのカギ ①陰暦で2月 ⑤昔から仲よし。——なじみ ⑦4月はダイヤモンド、7月はルビーです ⑨それ関係ないですよ! ⑪着付けの練習で使うボディ ⑫⇄文系 ⑬毛筆の字 ⑭男が女の姿をする ⑯夢か——か幻か ⑰目的地に到着く——列車 ⑱胃カメラにする?これ飲む? ⑲独り。——芸人 ⑳キーマン。これを握っている

たてのカギ ①徳丸に鎮座。学問の神様 ②リトマス紙でアルカリ性と——性が判る ③第1も第2も体にいいネ! ④海産物 ⑤お正月によく食べましたね ⑥魁の読み方は ⑧——の大木。役に立たね〜 ⑩信州産の織物 ⑪事前に知らせる ⑫ビットコインは仮想通貨—— ⑬⇄朝

ファクス: 03-3938-5778 Eメール: puzzle@kimono-news.com
先号の正解「むしゃぎょうれつ」。先号のご当選者20名には、すでに賞品(ボジョレーヌーヴォーワイン)を進呈致しました。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。大勢の方のご応募ありがとうございました。
※毎号多くの方からご応募をいただきます。ご住所、お名前の記載がないお便りが時折あります。ご確認のうえ、投函または送信をお願い致します。

区立小中学校作品展 入場無料 2月19日(日)まで ※月曜1/31・2/9休館

江戸に長崎がやってきた! 長崎版画と異国の面影

2月25日(土)~3月26日(日)
※月曜休館(祝日開館し、翌日休館)
江戸中期から幕末まで発展した「長崎版画」は、素朴な色彩や合羽摺の技法、オランダや中国の人や船などの画題で知られています。長崎版画の多彩な魅力を紹介。肉筆作品を含め、謎の多い長崎版画の実態に迫ります。
観覧料: 一般650円、高校・大学生450円、小・中学生200円 ※土曜は小中高生観覧無料
板橋区立美術館
赤塚5-34-27 ☎3979-3251
24時間テレホンサービス ☎3977-1000

特別展 武具 繚乱

関谷弘道氏甲冑刀剣類コレクションを中心に
3月26日(日)まで 入場無料
※月曜休館(祝日開館し、翌日休館)
平成23年度に実施した特別展「当世具足」が契機となり、故関谷弘道氏より寄贈された90点を超える甲冑刀剣類のコレクションを中心に、伝来や由緒の特定が可能な資料については説明資料を合わせて展示。また、現在名もなきコレクションが歴史的拝見を持つ有意義な内容であることを紹介。
板橋区立郷土資料館
赤塚5-35-25 ☎5998-0081

熱帯環境植物館 葉っぱ展 2月26日(日)まで ※月曜休館

展示内容 ◇葉の仕組みと役割…光合成、紅葉、落葉などパネル解説 ◇特殊な葉…食虫植物など紹介 ◇さまざまな葉…大きな葉など紹介
期間中の催し ◇多肉植物の寄せ植え作り 2/5 14時 定員50人 ◇バレンタインプレゼント お菓子進呈 2/12 10時から 定員100人 ◇バレンタインライブ 2/12 13時半~14時・15時~15時半▽出演=ジャズバンド BIEN WHO? 各定員70人 ◇シュロの葉でバッチを作ろう 2/19 10時半から・14時から 定員各回20人 (いずれも先着順、直接会場へ。費用=入館料)
申込必要の催し ①ふらわりんぐ講習会「観葉植物の楽しみ方」2/16 13時半~15時 定員30人(抽選) 費用500円 ②デジタルカメラ写真教室 2/21 13時~16時 デジタルカメラ持参 定員30人(抽選) 費用1500円 ③間香体験講座 2/23 13時半~15時 30人(抽選) お香進呈 費用=700円(いずれも入館料が必要)
▽申込=2月3日(必着)まで、はがき・FAX・Eメールで①申込講座名②氏名(フリガナ)③住所④電話番号・FAX番号を明記のうえ熱帯環境植物館(〒175-0082 高島平8-29-2) FAX:03-5920-1132 Eメール:nettaikan@seibu-la.co.jp
入館料/一般240円、小・中学生・65歳以上120円、未就学児無料 ※土・日は小・中学生無料
板橋区立熱帯環境植物館
高島平8-29-2 ☎5920-1131

くつろぎの家庭料理でおもてなし

おしゃべり処
きんがみ
定食 1000 円より
日本酒の美味しい季節です

午後5時から11時まで 定休日=毎週月曜
高島平9-24-2 (とうきゅうの近く) 電話 3936-3221

“貴方ブランド”の服お作りします

ジャケット	¥25,000	スカート	¥14,000
パンツ	¥16,000	ブラウス	¥18,000
ワンピース	¥29,000	コート	¥42,000

きもの生地よりお作りできます (デザイン生地によりお仕立て代は前後します)

手作り洋裁教室 生徒募集中!

自由教材・お好きなデザイン、お好きなアイテム
お好きな生地、思いのままに作れます。
開講日 月・水・金 月謝 4回¥6,000

すみれ洋裁店

高島平7-21-14 ☎3938-2000
<http://book.geocities.jp/sumire2094/>

葬儀とお花・お仏壇 24時間 年中無休

心をこめたお葬式 板橋区/区民葬指定業者

コーディアルセレモニー

板橋区高島平1-48-1 ☎3937-7761

きっとお役に立つ電話です... ☎0120-849-404
<http://www.cordial-ceremony.jp>
経済産業省認可50産第1784号
東京都葬祭業組合 区民葬・都職葬・他各契約葬指定店

西台駅前トミコシ会館1階 仏壇・仏具のセレクトショップ

デザイン 仏壇 コーディアル

板橋区高島平1-79-3 ☎6281-0181

