



大分エコライフプラザ 環境を楽しく考える情報誌

# Neco·press

09  
September.  
2010 GET FREE

「Neco·press」は大分市より運営を民間委託されたNPO法人「まち・文化再生プロジェクト」が発行する大分エコライフプラザの機関紙です。2010年8月25日発行第12号

## 部屋は心の鏡。 家族関係と家計を 助ける収納術

幼児虐待や育児放棄のニュースが毎日のように流れる昨今、同じ幼い子どもを持つお母さんとして、心を痛めて見ていらっしゃるのではないのでしょうか。ゴミが山積みペラペラと枯れた植物が映り出し、散らした部屋の様子が伝えられると、子どもたちがどんな生活を送ってきたか想像させられてしまいます。精神状態が落ちつかないから部屋が散らかるのか、散らかっているから気持ちがいらいらするのか、どちらが先かわかりませんが、インテリアアドバイザーの岩尾これみさんは「部屋は自分の心を映す鏡。部屋が変わると気持ちも変わる」と言います。心と部屋の関係を専門の見地から伺いました。



「インテリアセラピー」。岩尾さんはご自身でこう呼んでいます。建築や内装に携わって約20年、インテリアコーディネーターとしてだけではなく、時には建設中の現場にも足を運んだそうです。箱を置いた建築会社で営業職を経験した後、心理学を学び、今年4月から本格的に活動を開始。大分市教育委員会、生涯学習指導者として公民館で講演をしています。テーマは「整理収納と建築、インテリアの心地いい関係」。整理の効果や思考と行動パターン、物と人との関係、整理・収納のスキルなどについて、子育て中のお母さんを中心に40代の女性に向けてラフに教えてくれます。「インテリアは女性を癒すものであり、

部屋は心の鏡。部屋の状態は今の自分の心の状態と考え、散らかっていたら何よりまず片付けから始めて下さい。家の中でお母さんが笑顔だと家族もうれしくなりますからね。I am OK. You are OKになりますように。」  
部屋の整理術は家計にも影響すると言います。「常に使う物」「使う時のために持っている物」「持っていることを把握していない物」「いらぬ物」などに分けられ、不要なものを買わないためには、持っているものをうまく把握することがポイント。とはいってもなかなか実行できない整理術。この機会に専門家から学んでみるのもよさそうです。

講演は小さなサークルでも行っています。たくさんの方にインテリアセラピーを広めながら、長年培った建築業界での実績を活かし、建築ではできない住まいのキメ細かいアドバイスをしていきたいと言います。「カーテン、家具、照明、絨毯が得意」という岩尾さん。次号よりこのネコプレスでも毎回コラムで展開する予定です。



岩尾 これみさん  
福祉住環境コーディネーター、  
整理収納アドバイザー、  
インテリアコーディネーター。

### リサイクル子供服 プレゼント

大分エコライフプラザが集めた子ども服の中から、今月のおすそ分けをプレゼントしました。ご希望の方は官製ハガキに住所、氏名、電話番号、希望商品番号を記入の上、大分エコライフプラザまでお送りください(締め切りは9月30日(木)必着)。当選者にはお電話にてお知らせしますので、2週間以内に取りに来て下さい。すぐにサイズが合わなくなってしまう子ども服、みんなで上手に活用しましょう。



**BOY**  
A.140cm (未使用・2枚ペア)  
B.95cm(パーソンス)  
C.120cm(コムサイズム)  
D.140cm(BeBe)  
E.100cm(コムサイズム)  
F.100cm  
G.4才(baby GAP)  
H.95cm(未使用)

**GIRL**  
L.サイズ3、5(アオサイ)  
J.130cm (HUSHASH・未使用)  
K.140cm (T&C Surf Design・未使用)  
L.100cm(コムサモード)  
M.130cm(BeBe)  
N.サイズL  
O.100cm  
P.120cm  
Q.120cm (フランチエス)  
R.120cm (コムサイズム)

### Event Information

講座は予約制です。人員になり次第、締め切りとなります。

●9月11日(土) 土曜インテリア  
●10月9日(土) 土曜キャンドルホルダー  
10:00~12:00  
募集人数:20人 実費:1,000円  
対象:不問(お子様は保護者同伴)  
講師:村上 あや

●9月18日(土) 外ポケット付バッグ作り  
●10月16日(土) グラニーバッグ  
9:00~12:00  
募集人数:5人 実費:100円  
対象:幼稚園児以上(小学校高学年以下は保護者同伴)  
講師:大島 京子

●9月19日(日) 紙すき  
●10月17日(日) 紙すき  
9:00~16:30  
募集人数:4人 実費:2,000円  
対象:20歳以上  
講師:赤井田 珠恵

●9月25日(土) 肌ざわりよいお菓子作り  
●10月23日(土) 肌ざわりよいお菓子作り  
10:00~12:00  
募集人数:10~20人 実費:100円  
対象:幼稚園児以上(小学校高学年以下は保護者同伴)  
講師:赤井田 久美

●9月25日(土) 肌ざわりよいお菓子作り  
●10月23日(土) 肌ざわりよいお菓子作り  
13:30~15:30  
募集人数:10~20人 実費:100円  
対象:小学校高学年以上  
講師:赤井田 久美

お問い合わせ  
大分エコライフプラザ 〒870-1205 大分市福原615番地  
tel097-588-1410

Neco·press  
企画・発行 NPO法人 まち・文化再生プロジェクト  
〒870-0029 大分市高砂町4-20-504  
tel097-540-6688 fax097-540-6687  
発行人 釘宮 悠雄  
制作 SOFT FACTORY  
※本紙掲載の記事・写真など無断で複製・転載することを禁じます。

Access MAP  
大分大学医学部 附属病院  
トヨペット 大分南署  
鬼崎不燃物処理場  
トキハ わさだタウン  
大分ジャンボゴルフセンター  
大分南署  
ホワイトロード  
大分光吉C  
R442  
R210

Neco 大分市福原環境センター  
リサイクルプラザ内

Neco Present  
**セントレジャー 城島高原の入園券**  
(1家族4名分・約6,000円相当)を抽選で、  
**5家族にプレゼント!!**  
ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、大分エコライフプラザ「城島高原」係まで、ご応募ください。  
宛先 〒870-1205 大分市福原618番地 大分エコライフプラザ「城島高原」係宛  
応募締切 平成22年9月30日(木)消印有効  
※ご応募いただいた情報は、今回の城島高原のプレゼント以外の目的に使用することはございません。

次回フリーマーケットは **9月5日(日) 10:00~14:00** ※雨天中止  
参加者も募集中  
往復ハガキに代表者の住所、氏名、年齢、職業、電話番号、参加人数、出店内容(商品の種類と数)を記入し、下記の宛先までお送り下さい。  
〒870-1205 大分市福原618番地  
大分エコライフプラザ  
※9月5日のフリーマーケット参加の募集は終了しました。10月3日のフリーマーケット参加募集締切は9月17日(金)です。

### お困りのことやモヤモヤを行政書士が解決します。

「行政書士ってどんな仕事?」「どんな相談にのってもらえる?」「法律なんて自分にはあまり関係ない!」...。いえいえ、行政書士は皆さんの生活に大いに関係する、身近な存在なんですよ。

01 株式会社、NPO法人、医療福祉法人を設立したい	02 遺産相続がないよう遺言をきちんと残したい	03 飲食店やリサイクルショップを始めたい	04 悪徳商法にだまされた	05 クーリングオフしたい	06 補助金、助成金の申請をしたい
07 農地転用の届出申請をしたい	08 あとあとトラブルが起らないよう正式な契約書を作りたい	09 面倒な経理帳簿を信頼できる人に頼みたい	10 帰化手続きや永住権を取りたい人がいる	11 本人の生活、医療、介護、福祉など、成年後見で困っている	12 建設業許可申請が面倒なのでいい方法はない?

行政書士には法律により守秘義務が課せられています。安心してご相談下さい。

■(社)日本医業経営コンサルタント協会会員 第6507号 ■日本行政書士連合会所属 登録番号04441638 ■大分県行政書士会会員 大分市仲西町1丁目1番24号 第一森和ビル1F TEL.097-529-8733 FAX.097-529-8744

稲垣行政書士事務所

## Joie hair 大在店

# 8/28 SAT OPEN!!

8/28(土) 9/30(木)まで  
JOIE 全店で オープニング キャンペーン中!!

日祥店 日祥市戸室786-1 ☎0120-373-272  
麗崎店 大分市西鶴崎2丁目80番 ☎0120-373-302

Joie hair 大分市庄境130番地 ☎0120-373-998

# 風評被害を止めるために、私たちが、今できること。

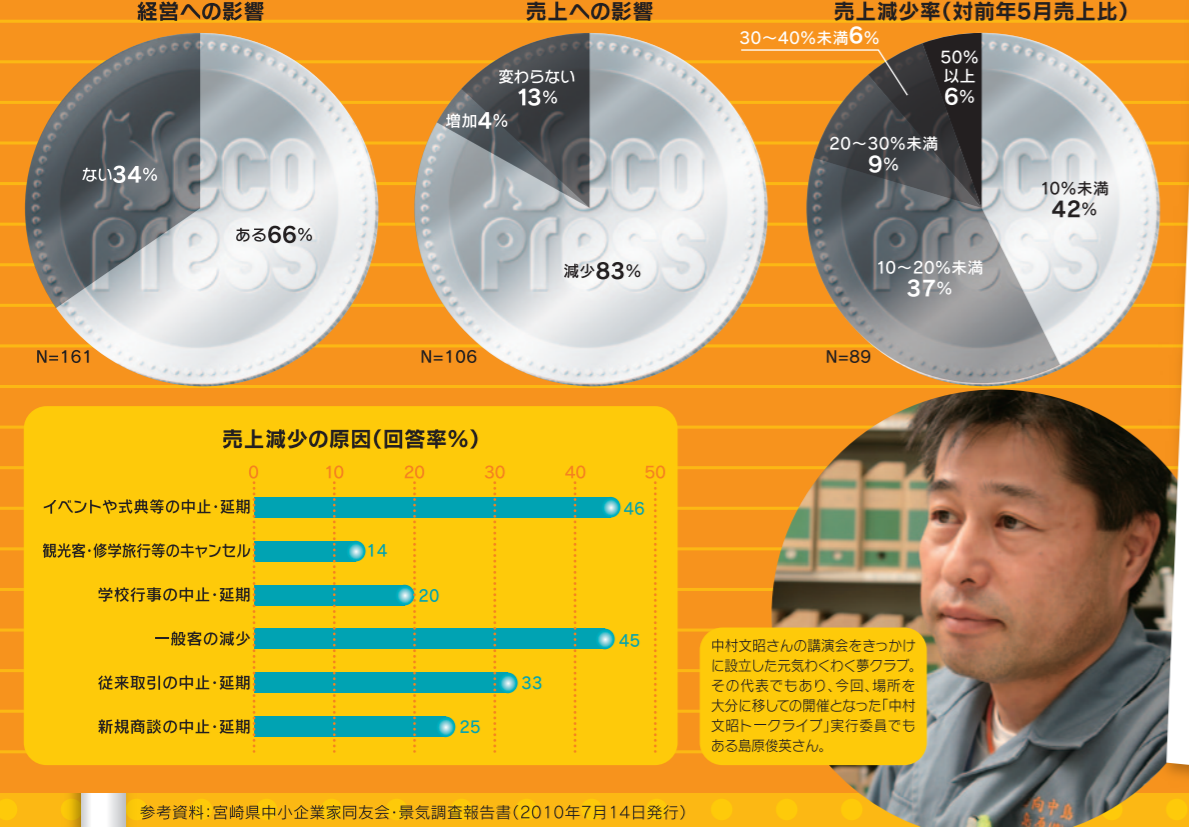
7月22日、宮崎県口蹄疫の非常事態宣言が全面解除されました。発生から約1カ月、畜産農家の壊滅状況は報道の通りですが、関連産業だけではなくまち全体に経済的打撃が及んでいます。宮崎市を中心に移動・搬出の制限や、不要不急の外出の自粛、イベントの延期などがもたらした経済的影響は大きく、終息しても風評被害が収まるまでにはまだまだ時間がかかります。

口蹄疫が発生する潜在的な要因は、自然界のバランスが崩れたことにあるとも言われています。地球の上げた悲鳴を教訓として受け止めること、また隣県である宮崎の復興に向けて私たちができることを、今一度考えていきたいと思ひます。

## 宮崎でためなら大分で。開催場所を移行して行われた「中村文昭トークライブ」

「子どもたちや若い世代に夢と希望を持たせたい」と宮崎で事業を営む人々が集ってできた「元気わくわく夢クラブ」。その元気わくわく夢クラブが、「頼まれことは試されこと」「あほでもいけるぞ/人生は/」など聞くだけで元気がわいてくる中村文昭さんのトークライブを予定していたところ、口蹄疫の非常事態宣言によりトークライブを自粛。一度は白紙に戻しながらも口蹄疫で苦しんでいる畜産農家の方々のためのチャリティーイベントとして、会場を宮崎から大分に移しイベントが開催されました。急遽立ち上がった大分の実行委員会との協力のもと、宮崎から大分に移して開催が決まったのは、開催日のわずか数週間前。それでも当日は大分文化会館大ホールも立ち見がでるほどの盛況ぶりでした。「県を越えて様々な人が協力し合い、「宮崎の力になりたい」という一つの信念のもとで実現しました。大変なのは畜産農家だけではなく、宮崎産の野菜までが売れなくなっている。飲食店も閉歇。見えない被害は大きいんです。口蹄疫の問題は決して人ごとではなく、熊本や大分など隣県にも風評被害が出ていると言ひます。まちが一体となって復興に向かっている今、どうか宮崎に遊びに来て下さい。宮崎の野菜を食べして下さい。一人ひとりの小さな気持ちも、宮崎を元気にしてくれるんです」と「元気わくわく夢クラブ」代表の島原俊英さん。報道される情報以外にも宮崎にとって大きな打撃となっている口蹄疫。風評被害を止められるのは、私たち一人ひとりの正しい判断力にあり、隣県として宮崎の実情を把握する必要があります。そして少しでも力になれるよう、「宮崎産」を意識して取り入れてみませんか？

## 数字で見る口蹄疫被害



## 「口蹄疫に負けるな!」川南町地場産品詰合せセット

### 川南町地場産業振興会より

川南町を中心に甚大な被害をもたらしている口蹄疫。川南町内からはもちろん、児湯郡内からも牛・豚が姿を消してしまふ。今までわが子のように可愛がり、大事に大事に育ててきた家畜たち。育ての親の心情を考えると言葉もない...

そんな家畜農家を少しでも支援しようと地場産品の販売を企画しました。3千円から1万円までの地場産品詰合せセットを販売し、販売額の一部を口蹄疫支援金として寄付いたします。

基幹産業の畜産が壊滅的な影響を受け、商店街の人通りも激減しており、影響は町全体に波及しています。もちろん家畜農家以外の生産者も例外ではありません。

この川南町が再び元気な町を取り戻すよう町民一丸となって前進しています。皆様方の温かいご支援をよろしくお願ひします。

詳しくは右記のホームページでご確認下さい。 <http://www.koyukuri.com/news/product>



# りんりんママの自然生活コラム

Vol.3  
植物やハーブを使ったセルフケア  
BINBINMOM

いよいよ夏本番!アウトドアの季節です。自然の中、太陽の下で活動する時間が増え、肌も露出する部分が多くなるので、セルフケアに念が入りますね。今月はGreen\*Kitchen 7月の自然生活クラスより、植物やハーブを使った自然なセルフケアを紹介しまふ。

特に近年は、アトピー性皮膚炎を含め幼児の肌トラブルがとても増えてきています。安易に薬に頼ると、免疫力がどんどん低下してしまふので、母親として出来ることを実践していきたいです。肌は腸と経絡が繋がっているから、内側からのケアとしては腸をきれいにするための食生活の改善はもちろん(日本人の遺伝子に合った伝統食が基本)、外側からのスキンケアにも気を付けたい。お肌は乾燥する夏ならではのスキンケアや虫よけ対策などについてお話ししまふ。日用品や化粧品に使われている合成界面活性剤などの人工的な化学物質は分子量が小さく、皮膚から直接吸収され、肝臓を経由しないので解毒されず体内に蓄積していくと言われています。特に赤ちゃんは肌のバリア機能が未発達です。ケア製品を選ぶ時は慎重に!無添加やオーガニックを選びまふ。そして今年ぜひ、植物やハーブを使ったスキンケアを試してみませんか。自然の力に感動しまふよ!

### びわの葉を使ったスキンケア

ビタミンB1 7はガンに特効があるとされて話題になっていますが、このビタミンB1 7はびわの葉に含まれるアミグダリンと同じものです。びわ葉の葉効は、お肌を潤かすのに効果的であつて患部にあてる治療をしていたのが仏教と共に民間に伝えられてきたと言われています。びわ葉を使ったいろいろな療法をご紹介します!

**びわエキスの作り方**

生のびわの葉をざく切りして35度の焼酎にかぶるほどに漬けておきます。3ヶ月ほどすると茶色の液が出てくるので、3ヶ月以上置いてから使ひます。1年くらいでびわ葉は出でて、布袋に入れてお風呂に使ひます。よく温まりまふし、肌にも良いです!びわエキスは何年でも持ちまふ。旅行の時は小瓶に入れて持ち歩くと助かれます。使うときには、基本的には水で薄めて使ひます(小さい子どもの場合は、かなり薄めにしまふ)。

**効能**

火傷、腫瘍、肩こり、捻挫に塗布。  
歯痛、口内炎、歯槽膿漏には口に含みます。  
喉の痛みや感染予防には、薄めてうがい。  
皮膚炎、湿疹、あせも、かゆみ、虫さされ、水虫など様々な皮膚トラブルに塗布。化粧水代わりに使ひます。  
胃腸のたれ、疲れた時にはオチヨコ杯を5~6倍に薄めて飲むと疲労回復。  
入院するような重病の場合、エキスを温めて肝臓・腎臓・丹田を温めると痛みや苦しみが、腫水などをとてくまふ。  
エキスが足りない時は生のびわ葉を貼っただけでも、痛みをとったり火傷が早くきれいに治つたりしまふよ!  
赤ちゃんの場合は、焼酎に漬けたエキスを強い場合もあるので、びわの葉を煮て使ひてください。また、スキンケアにはもも葉やよもぎの葉も良いといわれています。海水浴も効果があります。我が家は次女が7ヶ月の間にたびたび使ひました。全身に広がりましたが、毎日のびわの葉の煎じ汁の行水、ホメオパシーのレメディ、黒炒り玄米スープで乗り切りました。

### しょうが油を使ったスキンケア

アトピーや虫さされ、かゆみなどの肌トラブル全般に効きます。我が家では子どもが虫刺された時に使ひます。

**しょうが油の作り方**

しょうがの絞り汁と胡麻油を同量よく混ぜまふ。しょうがの繊維が入ると劣化しやすくなるので繊維が入らないように注意してください。数日なら冷蔵庫で保存できます。しょうがには殺菌効果、胡麻油には保湿効果があるので、殺菌と保湿が一度に出来まふ。

### 自然な虫よけ対策と虫刺され後のケア

市販の虫よけスプレーは農薬と同じ化学物質が使われていますし、蚊取り線香も小さい赤ちゃんには負担です。自然な虫よけ方法を紹介します!

**手作りの虫よけスプレー**

ユーカリとゼラニウムの葉を煮出し、冷蔵庫で保存しておき、小さいスプレー容器に入れて持ち歩きます。レモンガラスやシトネラ、ゼラニウムなどには虫よけ効果があります。精油(アロマオイル)を使つて作つても良いですよ(市販でも天然のアロマの虫よけスプレーがあります)。

また、アロマポットで虫よけ効果のある精油を焚いたりしても良いです。アウトドアには虫よけ用のアロマキャンドルも市販されています。お庭にゼラニウムやレモングラスを植えても、蚊が寄り付かなくなるとまふ。もしも蚊取り線香を使う場合は、化学物質が入っていない、除虫菊のものを使ひまふ。

**虫さされ後のケア**

すぐに水などで冷やしまふ。冷やすことで血管が収縮し、毒素の吸収を遅くし、炎症を抑えます。朝顔の葉に塩をつけてよく揉んだ絞り汁は、かゆみや腫れが引くのを助けてくれます。万が一、毒を持っている虫に刺された場合はすぐに毒を搾り出すか吸ひ出します。ドクダミやユキノシタ、ニラを揉んだりすりつぶして患部に貼ると殺菌効果があり、腫れが引くのを助けてくれます。これらの植物は、我が家の庭の裏には全て常備してしまふ。また、砂糖や動物性脂肪がたかさん血液に入ると蚊が寄ってきますから(虫もご馳走大好きなんです)、食生活にも気を配りまふよ!

PROFILE  
**甲斐 利恵 (かい りえ)**  
自然に学ぶ母の会Green\*Mom。地球にやさしい母の会Green\*Kitchen代表マクロビオティックインストラクター。正食協会理事、食育指導士

先天的な病気と重篤のアレルギー虚弱体質の長女の出生と育児がきっかけでマクロビオティック(穀物食)に出会ふ。その後、次女を助産院で自然出産、完全母乳とマクロビオティックで育てる。生まれる前からの生活が妊娠・出産・育児に大きく影響することを体験して運命が大きく変わり、高校教諭を退職、食育を通して幸せを伝えるお仕事をライフワークに。

地球にやさしい母の会Green\*Kitchen [http://www.ctb.ne.jp/~green\\_mom/](http://www.ctb.ne.jp/~green_mom/)  
マクロビオティック料理・スイーツ・自然生活・手当てワークショップ、自然食ランチ会を開催中!

# 働く女性等のためのステップアップ支援講座

## 働く女性等がキラリと光る人生を送るための講座 開講中!

キャリアアップ、転職、地域貢献(地域づくり)など、働く女性やこれから働く予定の女性等を対象にした多彩な講座が満載!

会場 全労済ソレイユ(大分市中央町4丁目2番5号)※大分市以外で開催の講座もあり(右記参照)

NPO法人「まち・文化再生プロジェクト」 〒870-0029 大分市高砂町4-20-504 tel.097-540-6688  
※この事業は、大分県の緊急雇用創出プランに応募提案し、「働く女性等のためのステップアップ支援事業」として、委託してしまふ。  
※都合により、講師・日程等の変更が生じる場合がございますので、予めご了承願ひます。

9月	18日(土) 13:00~17:00 ファシリテーター等養成セミナー(第一回)	10月	2日(土) 13:00~17:00 コミュニティビジネス講座(第三回) ※杵築市・日出町開催(会場/杵築市きつき生涯学習館)
9月	19日(日) 13:00~17:00 ファシリテーター等養成セミナー(第二回) ※宇佐市開催(会場/宇佐文化会館・ウサノピア)	10月	3日(日) 13:00~17:00 地域づくりグループ交流セミナー(第二回) ※杵築市・日出町開催(会場/杵築市きつき生涯学習館)
9月	1日(水) 18:30~21:00 女性のチームリーダー養成講座(第二回)	10月	10日(日) 10:00~15:00 実戦的転職セミナー(第一回)
9月	2日(木) 18:30~21:00 キャリアプラン作成セミナー(第三回)	10月	13日(水) 18:30~21:00 営業力強化セミナー(第一回)
9月	17日(金) 18:30~21:00 発想力を鍛えるセミナー(第一回)	10月	13日(水) 18:30~21:00 女性のチームリーダー養成講座(第四回)
9月	18日(土) 13:30~16:00 女性のチームリーダー養成講座(第三回)	10月	16日(土) 13:00~17:00 コミュニティビジネス講座(第四回) ※日田市開催(会場/日田市中央公民館)
		10月	17日(日) 10:00~15:00 実戦的転職セミナー(第二回)
		10月	24日(日) 13:00~17:00 地域づくりグループ交流セミナー(第三回) ※日田市開催(会場/日田市中央公民館)
		10月	27日(水) 18:30~21:00 発想力を鍛えるセミナー(第二回)
		10月	27日(水) 18:30~21:00 女性のチームリーダー養成講座(第五回)

各講座内容の詳細な情報およびお申込はホームページをご覧ください <http://machi-bunka.com/>