



ちゅーりっぷ 通信

平成28年

9
月号

いきいき暮らす、
あの人に会いたい

第19回

おもちゃコレクター

きた はら てる ひさ

北原 照久さん

1948年(昭和23年)東京生まれ。青山学院大学在学中にヨーロッパにスキー留学。ものを大切にする文化に触れ、古い時計や生活骨董、ポスター等の収集を始める。1986年、横浜・山手に「ブリキのおもちゃ博物館」を開館して館長に就任。テレビ東京「開運!なんでも鑑定団」には番組開始時よりレギュラーとして長く出演し、CM、講演会、トークショー等でも活躍している。株式会社トイズ代表取締役。「出会い 夢 感謝」(マネジメント社)、「たった一言が人生を動かす88の名言」(桜雲社)など多くの著作がある。

横浜市・山手のオフィスにて

北原さんといえばおもちゃコレクターとして有名ですが、意外なことに若い頃外国にスキー留学の経験がありなんですね。

そうなんです。ちょうど僕たち団塊の世代は、大学のときに学園紛争が一番激しい時代で、東大安田講堂事件や浅間山荘事件があったじゃないですか。だからもう大学の授業がないんですよ。それで、父が「だったらスキーの勉強でもしてこい」といつてくれましたね。青山学院大学に通っていたんですけど、いったん休学してオーストリアのインスブルクというところにスキー留学しました。

なぜスキーかといえば、うちは京橋で戦前はミルクホール、戦後は京橋園という軽食も食べられるような喫茶店をやっていたんですが、ちょうどぼくが生まれたときに父がスポーツ店も始めたんです。「山とスキーの店 北原スポーツ」というお店です。で、長野の方に父のロッジがあって、お店でスキー道具を買ってくれたお客さんにはサービスでスキーを教えていたし、ぼくも子どもの頃からずっとスキーをやっていて、お客さんに教えるのがぼくの仕事だったわけなんです。ですから半分家業みたいなものですよ。

ぼくは四人兄弟の末っ子だったんですけど、二番目の兄とぼくがスポーツ店を継ぐというのは、子どもの頃からずっとそう感じました。

お店があったのは明治屋のあるあたりのブロックです。ですから、ぼくは36歳の年まで京橋について、横浜に来たのは37歳のときなんです。



ヨーロッパで生活されたことによって古いものを大事にする価値観やライフスタイルに目覚められたのでしょうか。

そうですね。スキーの勉強というところで行ったオーストリアでしたけど、向こうの人の暮らし方であるとか価値観にはすごく影響を受けました。古いものを大事にするし、家は人を招くところという考えがあつて、あたりまえのように窓辺に花を飾っている。なんというか、生活すべてを楽しむという価値観であり、暮らし方なんですよね。それに触れたとき、ぼくはじぶんでもこういう暮らしをしたいなあ、好きなものに囲まれて生活したいなあと思つたんです。19歳のときです。

日本にいると消費文化のまっただ中だけど、ヨーロッパではまったく違う。とにかくものは長く使う。代々、受け継いで使つんです。人との関係が消費文化じゃないんですね。使い捨て文化じゃない。

それで20歳で日本に帰ってきたんですが、粗大ゴミとして捨ててあつた柱時計を拾つたことがぼくの転機になりました。最初は動かなかったんですけど、ちよつと油を差したらちゃんと動き出して時間がくるとボンボンと鳴るんです。アメリカ製のセストーマスの時計です。天使の絵が描かれていて、その天使がぼくに微笑んでくれた。これがぼくの「レクシオン」第一号になりました。

最初は時計。それから古いラジオ。古い広告物にもすごくときめいて、「カコーラの看板だとか、不二家の「ペ」ちゃんだとか。とにかく誰かなんといもうた、じぶんがときめくものだったらいいわけです。よく



テストでまぐれで60点取つたら、その先生がとにかくほめてくれたんです。お前はすごいなとか、お前はやればできるぞ、と。その言葉がなにか胸にグッときました。それで勉強するようになって、ペケで入学したほうが卒業するときは総代だったんです。本当なんです。ぼくら団塊の世代は学年で80人もいましたから、伝説の80人抜き(笑)。だからいまでも本郷高校の入学案内に出ているのは、このぼくなんです。本郷高校は水泳の北島康介とか、アーティストの村上隆だとか、「こち亀」(こち亀葛飾区亀有公園前派出所)の漫画家・秋本治とか、いろいろな有名人が出ているんですけどね。やっぱり人との出会い、言葉との出会いで人生が変わるんだと強く思います。

その言葉の力について、もう少しくわしく語っていただけないでしょうか。

ぼくは言葉で人生がよくなってきました。夢が実現できました。だったら、いい言葉でみんなの人生がよくなればいい。それは単純ですけど「感謝」と「ありがとう」

わくするような、なにかイメージーションが膨らむようなもの。そういうものが好きで、「レクシオン」を始めました。

「開運」なんでも鑑定団」では、そつじた古いものに素晴らしい価値があることを多くの視聴者に伝えていられました。

もう23年もやっていきますからね、あの番組でも、最近は大いぶそつじた古いものの方が見直されるようになりました。ぼくが昔のおもちゃのよさにハマつたのは、『わたしの部屋』というインテリア雑誌がきっかけだったんです。そこに矢野雅幸さんという方が、じぶんのおもちゃの「レクシオン」を、ダークと並べて紹介していただきました。ぼくも子ども頃遊んだブリキのおもちゃがずらーつとあつて、ものすごく感動したんです。子供のころ、ときめいたものをいまでもこんなに持つてくる人がいるんだって。

ぼくはいいと思つたことは即実行の人間なので、出版社に電話して矢野さんという方を紹介してもらえませんか。それで会つたら、その日から仲よくなつて。あれからもうずーつと大親友ですね。

こんなことばかりしていると、はたから見れば順調なだけの人生に見えるかもしれないけど、実際は全然違つてね。ぼくは中学のときに反抗ばかりして退学になったんです。珍しいですけど。そのとき落ち込んでいたぼくに、母が「お前の人生終わつたわけじゃない」といふので、人生はやり直しはできないけど出直しはいつでもできる」と。すごくポジティブに声をかけてくれたんです。過去は変えられないけど、将来は変えられる。出直しはいつでもできる」といふ。

なんです。人生って、運がいいだけの人もあり得ないし、悪いだけの人もあり得ない。いいことと悪いことがバイオリズムのようにくるのが人生でしょう。じゃあ、いいことを長くつづ、悪いことを短くするにはどうすればいいかと。ええ、いいことを「感謝」。悪いときは災難だから、難があるわけですね。だから、難があるといふことは、「難」が「有る」とも書くわけで、これは「有り難」につながるんです。だから、いまじぶんがよくない状態にあると思つたときは、ああ、これは難があるんだ、有る難だ。「んち」はチャンスなんだ。有り難つて、いいことしまえば、悪いことは必ず短くなって、またいいことが巡ってくる。感謝とありがとうの繰り返しだけで、右肩あがりによくなつていこうよ。

ぼくはいい言葉の「レクター」でもあるから(笑)、いい言葉を集めた本も出していますけど、いい言葉つづいてあります。雨が降らなければ虹は出ない。No rain, no rainbow.」とか。雨はひびく、悲しい、苦この象徴だけ、でも虹とつづ言ひはその雨のあとで生まれるんです。「人生は夢と勇気とサムマナー(ぼんの少しのお金)と、か、ひまわりは田なだに、すすらは木陰」。適した場所に植えないと花は咲きませぬ。「ぼくの恩師の「やればできる。お前ができないのはやらなかったからだ」とか。まだまだたくさんあります。講演をしながら、80代の人から言葉ももらったことあります。それは「万象肯定、万象感謝」といふ言葉。この方は、3回もガンの手術をして3回とも乗り越えてきた人です。起つたことを否定せず、起つたことすべてに感謝するといふことなんです。

うことですよ。それでもうぼくの人生は救われた気がしました。

素晴らしい言葉をかけてもらつて、その言葉が壁にぶつかった北原少年の次の人生を切り拓く力になったんですね。

そうですね。ぼくはもう高校なんか行く気がしないし、勉強もできないし、友だちもない。上の3人の兄たちはやたら勉強できるし、いつも比較される。でも小さなころから両親の働く姿を見ていて、働くことは好きだったから、学校はもう行かないで店を手伝つたら、明治生まれで小学校しか出てない父が「お前、高校は行けよ」と。でもお父さん、ぼくを入れてくれる高校なんかないよ、といつたら「捨てる神があれば拾う神ありだ」と、また素晴らしい言葉をかけてくれました。そしたら本当に拾ってくれるところがあつて、私立の本郷高校という男子校なんです。そして、そこで出会つた先生によって、ぼくの人生は180度変わったんです。どういふことかといふと、ある



ね。その方が、この言葉でじぶんは乗り越えてきたから、この言葉を君にあげると。ぼくは同じように、この「万象肯定、万象感謝」といふ言葉を、このちゅーりっぷ通信を読んでもうたつてくれるすべての人にあげたいと思つた。

それから、もうひとつ。「介護とは、親が命がけでする最後の子育て」といふ言葉。いま介護している人は大変でしょう。しんどいとか、つらいとか思うでしょう。でもね、それはあなたの親があなたに見せてくれている最後の子育ての姿なんです。だから、その言葉をいま大変な思いをして介護なさつていらっしゃるみなさんにあげたいな。

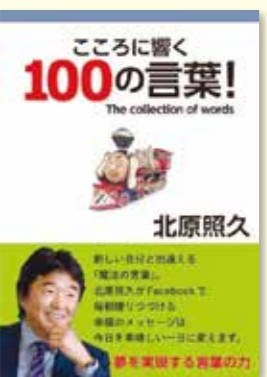
北原さんの直筆サイン本をプレゼント!

胸を打つた人々の言葉をあなたに。

元気が出る、こころは、勇気が湧くことを集めた北原さんの「JUNKY」響く100の言葉。「サンクチュアリ」出版 定価1000円(に、ちゅーりっぷ通信読者のために北原さんがサインを書いてくれました! 抽選で5名の方にプレゼントいたします。応募は、裏面の編集部宛てに「北原さん」の

本希望」と明記の上お送りください。

※当選者の発表は発送をもちかえさせていただきます。



遠い思い出、なつかしい歌



「夕焼け小焼け」

この歌を歌いながら家路についた思い出を持つ方も、きっとたくさんいらっしゃるでしょう。子どもの頃の思い出は、いつも歌と一緒によみがえるようです。

作詞 中村雨紅 作曲 草川信

夕焼けこやけで 日が暮れて
山のお寺の 鐘がなる

お手々つないで みなかえろ

からすといっしょに かえりましょ

子供がかえった あとからは

まあるい大きな お月さま

小鳥が夢を 見るころは

空にはきらきら 金の星



歌のこぼれ話

慣れ親しんできた歌ですが、歌詞の「小焼け」って何だろうと思ったことはありませんか。実は、小焼けという言葉は、日本語として特に意味はなく、大辞林によれば「夕焼けと語調をそろえて」おおさむこさむいう語」なんだそうです。大寒小寒などといった言葉と同じで、調子をとるための言葉だったのですね。

JASRAC 出1609378-601

すこやか生活ワンポイントレッスン



呼吸を整えてもっと健康に

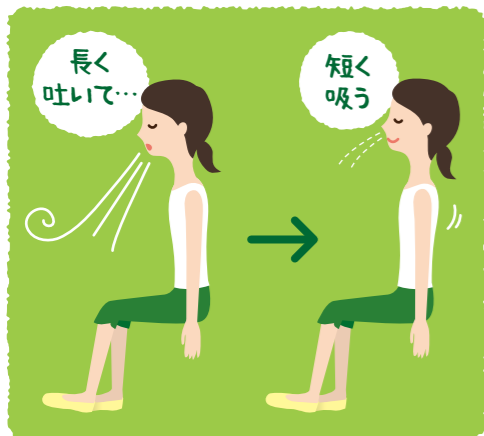
元気がないとか調子が悪いといったとき、わたしたちの呼吸は知らず知らずのうちに浅くなっているのをご存じでしょうか。今回は、元気になるため、坐禅で取り入れられている呼吸法をご紹介します。

坐

禅では「調身、調息、調心」ということを重視しますが、これは心身を調え、呼吸を整えるということ。呼吸を整えることが、心身調和につながる。古くから禅僧たちは知っていたのです。

その呼吸というのは、まず長く息を吐いて、短く吸うことなのですが、よくいわれるのが10秒吐いて、5秒吸うといった方法です。しかし、本格的に坐禅を組むのではなく、禅の呼吸で健康になることをめざすのであれば、こうした秒数を気にする必要はありません。①まず息をゆっくり吐いて、吐ききってから、息を吸う。②そのとき姿勢は背筋は伸ばすものの、無理にまっすぐにしなくていい。リラックスした状態にする。③この2点を意識するだけで十分です。

たったそれだけのことで、意識的にこうした呼吸をしてみると、おのずとゆっくりとした呼吸になり、これを10回、20回くり返すうちに、副交感神経が刺激され、ゆったりと穏やかな気持ちになってきます。血流もよくなり、脳は活性化され、漠然と感じ



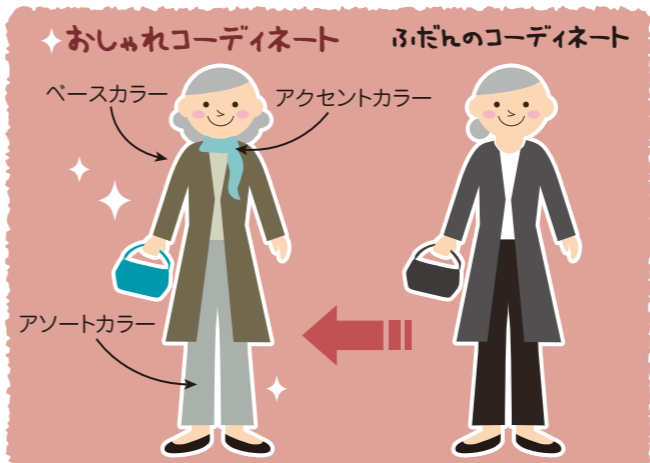
ていた心身の不調も霧が晴れるようになってきたりします。その間、何を考えていても構いません。よく坐禅は無念無想といいますが、それはあくまで理想の境地というところで、あつて、むしろ、さまざまな雑念の中で呼吸をするからこそ、自然で禅の出発点に近づいていけるのです。禅の呼吸法は、さまざまな健康法の中でも、千年以上の実績があり、やりすぎて害になることもありません。ちよつとインテリジェントなときや時間のあるとき、ぜひ、この坐禅の呼吸法を試してみてください。

介護と暮らしのアイデア箱



お

出かけのとき、どの服を着ているのかと迷って、鏡の前で何分もファッションショー。でもどれもこれも、なんだかイマイチで、結局いつもの格好で...という経験ありませんか？オシャレな人の共通点のひとつが、配色の上手さ。反対に言えば、カラーコーディネート（カラーコーディネーション）を間違っていると、どんなに高い洋服を着てもパツとした印象になってしまいます。覚えてほしいのは、「服選びで使って



いい色数は頭から足先まで3色以内に抑える」ということ。その3つの色はそれぞれ①ベースカラー（主役となる色）、②アソートカラー（①を引き立て全体をまとめる色）、③アクセントカラー（メリハリをつける色）という役割を持ちます。この3つのバランスをだいたい、①6:②3:③1くらいにすることを心がけてみてください。それだけで手持ちの服がいままでは違うオシャレコーディネートになりますよ。

ベースカラーはどんな色がいいか。オシャレ初心者さんにオススメは「何にでも合う」「何にでも合わせやすい」、黒・白・灰・ベージュ・紺です。アソートカラーは、統一感を出すなら同系色で明るさの違う色、変化をつけなければ同程度の明るさのほかの色を選ぶといいでしょう。主役の色より主張しない、相性のいい色を探してみてください。最後はアクセントカラー。スカートやアクセサリーなど小物の色はこれに当たります。全体を引き締める役割を持つので、ベースカラーの反対色を選ぶと締まった印象を与えることができます。オシャレ度がぐんとアップします。

今月のクイズ



みんなであげよう！秋のアナグラム

アナグラムとは、言葉遊びの一つで、文字の位置を入れ替えて、全く別の意味にする言葉遊びのこと。ひらがなをよく見ていると、別の秋のことが見えてきますよ！

例) またツケ?! ▶ まつたけ (またつけ)

1 感動、言う！ (かんだういう)

2 文字がミリ (もじがみり)

3 ヒナが番 (ひながばん)

4 しっ！ベル音 (しつべるおと)

5 あの指揮、クヨクヨ (あのしきくよくよ)

6 夢継ぐ理科美人 (ゆめつぐりかびじん)

7 いつ野毛？梅酒中？ (いつのげうめしゆちゆう)

8 雨は好きよ...砂に泣くわ (あめはすきよすなになくわ)

9 あ！子虎!!その翁、ごろん (あこたらそのおきなごろん)

10 待て！あんた！軽く呼吸 (まであんたかるくこきゆう)

→

→

→

→

→

→

→

→

→

→

取材日はあいにくの大雨。ところが終わったとたんに青空が！「ぼくがこの時間に晴れるよう頼んどいたからね」と笑う北原さん。51歳でギターを、56歳でゴルフとサーフィンを始めるなど、「年齢は関係ない！」とどんなことにもチャレンジする気持ち、そしてユーモアをいつも忘れず周りを笑顔にする北原さんに、わたしたちもたくさん元気をもらいました。北原さんは、たいいてい毎月末にはテレビ神奈川が入っているビルでライブを開催しています。ぜひみなさんも北原さんに元気をもらいに行ってみてはいかがですか？詳細はツイズプランニング（045-621-8655）にお問い合わせください。

●阿刀田高さんの記事に引かれて、一気に読ませていただきました。読書は好きでしたが、年齢とともに長編を読むエネルギーがなくなつて、最近は短編を読むことが多く、とても勉強になりました。7月号は私にとつて永久保存版です。これからも楽しみに読ませていただきますと思います。（神奈川区F様）

●ちゅーりっぷ通信、待ちに待って本日届きました。阿刀田高さんの選んだ短編小説ベスト12を最後にまとめて書いてくださったのは、ありがたく存じます。これを切り抜き、財布の中へ入れておけば、迷うことなく手に入れられると思っております。懐かしい歌も、「一番はすんなり出てきても三番の歌詞は忘れていますが、どれも本紙で歌えるのがうれしいです。（磯子区M様）

●ほかではお目にかかれない趣向のクイズもとても楽しんでいます。活字が小さい時があるのが残念です。（編集部・貴重なご意見ありがとうございます。極力読みやすい紙面作りをまいります。薄型ルーペお送りします！）（金沢区K様）

クイズの答え

- ①運動会
- ②紅葉狩り
- ③彼岸花
- ④つるべおとし
- ⑤食欲の秋
- ⑥美術館巡り
- ⑦中秋の名月
- ⑧秋茄子は嫁に食わずな
- ⑨女心と秋の空
- ⑩天高く馬肥ゆる秋

皆さまからのお便りをお待ちしています。

編集部では、ご意見、ご感想、とりあげて欲しいテーマなど皆さまからのお便りをお待ちしています。お便りをくださった方の中から、**抽選で5名様に薄型ルーペをプレゼント**いたします。ふるってご応募ください。

〒221-0055 横浜市神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階 横浜市福祉サービス協会「ちゅーりっぷ通信」編集部



今月の協会ニュース

平成27年度

「新規お客様アンケート」報告

— 居宅介護支援編 —

ご契約3か月のお客様に、ケアマネジャーの「接遇」や「ケアプラン」についてアンケートをお願いしました。ご協力を頂きましてありがとうございます。

ケアマネジャーの接遇については、「明るくていつも優しい。介護する側の身体も心配してくれてありがたい」「わかりやすく話してくれて、希望も聞いてくれる。感謝している」。ケアプランについては、「家庭の事情にも配慮したプラン作成で満足」「事業所の選定も通知も緊急時の対応もよい」など、うれしいご意見を頂きました。その一方で「話すスピードが速く分かりづらいときがある」「『PT』などの略語で説明されて分からなかった。」などのご意見も頂きました。

介護保険を利用される中で、不安や疑問を感じられることもおありかと思えます。その際は遠慮なく担当のケアマネジャーにご相談ください。

ケアマネジャーはこれからもお客様とのコミュニケーションを大切にして、丁寧な説明を心掛けてまいります。

介護者のための相談電話

介護に疲れたとき…**ほっとライン**

介護に疲れて行き詰まったり、不安になったりしたとき、ひとりで悩まないで、ほっとひと息ついてみませんか？

☎045-450-3194

「お客様相談室」をご利用ください

「お客様相談室」では、事業やサービスについてのご意見やご要望をお受けしています。まずはお気軽にお電話ください。

☎0120-701-782 FAX 045-450-3158

※受付は年末年始および祝祭日を除く月曜～金曜の8:45～12:00 / 13:00～17:15まで。ご相談の秘密は厳守いたします。

協会の理念

- お客様の満足
- 人を大切に共に育ちあう企業風土
- 公正で透明感のある企業倫理

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会

〒221-0055 神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階

☎045-450-3110 FAX 045-450-3115

ホームページ <http://www.hama-wel.or.jp/>



古紙/再生紙配合率80%再生紙を使用