

仕事で腰を痛めてしまい、雑誌で見た温泉宿を訪ねてみました。緑の自然に囲まれた、静かな山の湯で、野鳥の声で目覚め、都会では味わえない、心地よい時間。ひのきのお風呂に入り口には、入浴の仕方がていねいに書かれていました。①のんびりした気分で入浴してください。適度に温まつたら湯から上がり、そのまま身体を休めてください。1回の入浴にこれを3



● いいお湯をありがとう

お言葉に甘えて、なんとバス1台と乗用車で80人。近所の人も手伝いで受け入れをしてくださり、家を開放して庭に大きな鉄板でバーベキューと竹の子ご飯のおにぎり。よくこんなに用意が出来たと感心しました。竹やぶを歩き回り、竹の子を沢山掘って楽しい1日でした。

大勢の受け入れ、ありがとうございました。

竹の子狩りに家族で行きたいと知人に話すと、是非いらしてくださいと気持ちよく返事をいただきました。



ゴールデンウイークに入ると、我が家では、嫁いだ娘夫婦、中学生になった孫、家族全員で田植えの準備が始まります。苗に水をやる人、あぜの草刈り、田んぼに水をはる人、耕す人、それぞれ分担を決めて、とりかかります。今年は、母が90才になり、田んぼに出なくなりました。

農家を知らないお嫁さんと同居した時はどうなるのか心配しましたが、15年が経ち、今では農家にも慣れ、一人前いやそれ以上、我が家の一一番頼りになる働き者です。早朝から、野菜を道の駅へ納めに行き、家事に4人の子育て、農作業、本当に助かつていまあります。

(長野県/T・U)

③次の入湯までの間に適度の散歩をお進めします。
④上の入湯を1日3～4回が身体に適度です。

入浴後散歩に出ると、お宿の迎えのおじいさんが「家の裏山を散歩するといいよ、今は、ももざくらが咲いていいよ」と、親切に声をかけてくださりました。散歩後、また入浴。

2泊で7回入り、書かれていた通り入浴すると、身体の芯から疲れがとれ、腰の痛みも治り、心も身体も癒されました。

いいお湯をありがとう。

（文京区／K・S）

●農家に稼いでくれて
ありがとうございます

②入浴後1時間程は身体

●森沐浴にありがとう

二ユースを見ては驚き、知人の実家は大丈夫かと電話をすると、車の中で寝泊りしているとのこと。無事だつたと安堵。主人の友達は、避難所に避難しているとのこと。救援物資が届いたとのことで、ほっとしました。

何か出来る事はないか、近所のお友達に相談すると、ガレージバザーを開こうということに。周りに声をかけると、皆さん協力して下さり、思つた以上にたくさん品物が集まり、売上金とみんなの真心を募金させていただきました。

一日も早く復興が成り、平穩な生活が取り戻せるよう祈つてます。

ご協力ありがとうございました。

4月14日、熊本県で震度7という大きな地震が起り、多くの方が犠牲にならるなど、大変

●ご協力いただきありがとうございました

【原稿をお待ちしています。】



【携帯 De ショット】
江戸の町を活気づける神田祭。たまたま遭遇したのが神田三崎神社の神輿だ。5月15日の宮入で盛り上がる『三社祭』。氏子44カ町の町会神輿100基による渡御「宵宮」。特に本社神輿の「宮出し」「宮入り」は最大の見せ場です。期間中の見物者150万人はすごい。

- 携帯電話の方はQRコードから
 - パソコンの方は下記のURLから
<http://1039.seesaa.net/>
 - メールでのご投稿は…
info@arigatou-mail.com
 - 【編集・企画】株式会社ありがとう・不動産 編集部
 - 株ありがとう・不動産HP <http://www.arigatou-1039.com/>

