

# ふみびと

第283号  
発行所  
文通村事務局  
編集 広報部  
千葉県成田市

## つながりを 日々の楽しみに

### 「思い」の中に

夏の初めに知人から譲り受けた野菜の苗。小学校の頃にアサガオを育てて以来、ほとんど植物を育てた経験もなかったのですが、そんなに難しくないので、そんな難しくないからと言われるがまさに初めたちよとした家庭菜園。

あまりの知識のなさに、収穫に至る前に一つの野菜を育てることの難しさばかりを学ぶ結果になってしまい、改めて農家の方々の凄さを感じました。ただ食べられる大きさに

育てるだけでなく、より美味しく、より形よく育てることは、収穫すらできなかつた私にとっては途方もない努力があるのだらうと推察するばかりです。

私が味わった育てる苦労の何倍、何十倍ものそれを育てて生まれてきたお店の食べ物たち。

普段何気なく口にしてるものは、野菜に限らず肉や魚、卵や牛乳などもそんな過程の末にできたものだと思うと、より



一口一口を味わっていただけのようない感じがします。

小学校の頃に学校の中に作られた小さな田んぼ。子どもたちが稲作を学ぶためのその田んぼで収穫された初めてのお米で作ったもちより「味」を感じたのを今でも覚えています。それはきつとお米の中に詰まった色々な過程や思いを噛みしめながら食べたから。スーパーなどで生産者

リラックスするには、家でゆったり過ごすのが何よりだ。けれども、「ゆったり」にもそれなりのコツがある。好きな音楽をかけ、丁寧にコーヒーをいれ、ソファでも椅子でも座り心地のいい場所に腰をかける。でも、スマホを手に取ってしまったら、部屋が雑然としていたりすると、せつかく

の準備も台無しになってしまう。聞くところによると、人間が知覚する情報の八割は視覚からのもの

### リラックス

だそうだ。だから、まずは目に写るものを整える。部屋をきれいにする。それが大変なら、きれいな

絵や写真を見つめてみる。部屋を暗くして小さな灯りだけにすると、もいいかもしれない。それも難しい。目を閉じて美しいものを思い浮かべる。心の中心で思い浮かべる映像には際限がない。うっかりそのまま眠ってしまったとしても、それはそれで最高のリラックスになる。

作ってくれた人の思いや顔が思わず浮かぶ。それくらいゆっくと味わえたら。

### 風にゆられて誰かに届け!

### 風船便

風船便はいつでも誰でも参加できますが、その受取は新規の方へ優先されます。誰に届くかは風次第...。送り方は簡単。下の風船便切手を切り取って手紙に貼り宛名に「風船便を受け取った方へ」と書いて、差出人名を書くだけです。あ事務返信筒にのり局宛の返信筒にのり用封下まで流す。封下まで流す。封下まで流す。



### 次回発送日

10月の発送日は通常通り15日、(31日が日曜日のため)11月1日の予定です。送りたいお手紙がある場合には、2日前の13日、30日までに事務局に到着することを確認の上、余裕をもってポストに投函してください。

### 新機能追加

マイページ上の「ふみ友リスト」において、3色で色分けができるようになります。また、文友リスト内のふみ友の表示を、現在村に在籍する方を表示する仕様に変更しました。