

“つくれる文具屋さん”の木阪賞文堂がお届けする  
輝くステキな女性にささげる、ミニ情報誌です。

# いどばた辞典

第272号

2026年

2~3月号

発行

回覧

## 「梅見」に出かけてみよう

梅の花を鑑賞して楽しむことを「梅見（つめみ）」といいます。同じ意味がある言葉として梅を鑑賞する「観梅（かんばい）」もあります。現在は「花見」は「桜を楽しむもの」という感覚が一般的ですが、昔は花見といえば梅見を指すものでした。梅はもともと中国の花であり、梅見の行事も中国から日本に伝来したといわれています。奈良時代の貴族の間では、梅を鑑賞する梅見が主流となりました。

桜の花見が注目され始めたのは平安時代以降。遣唐使が廃止されたことで、日本独自の文化が発展しました。嵯峨天皇が開催した「花宴の節」で桜の花見をしたことが記録に残っています。平安時代までは貴族の楽しみだった桜の花見が、鎌倉時代や安土桃山時代に町人や武士の間でも広まり、現在の花見の原型になったといわれています。

梅は、1月下旬～5月上旬までが開花時期です。桜と同様に、開花するタイミングも地域によって大きな差があります。さらに気象条件によっても左右されるので、梅見をしようと思えば、適した時期をチェックしてみましょう。気象庁の発信で都道府県別の梅の開花日が確認できるため、梅見を検討している方はこちらをご参考にしてください。

春の訪れを知らせてくれる美しい梅の花を鑑賞して、日本の歴史を感じてみましょう。

いきいき  
悠々  
生活

暮らしの「？」を解決します！



## ～ カシミアとウールの違い ～

カシミアとウールとはどちらも動物の毛を原料とする「動物繊維」で、カシミアはカシミアヤギの毛、ウールは羊の毛が使われます。

カシミアは繊維が細く均一で、柔らかく滑らかです。空気の含有率も高いため、保温力に優れています。光沢があるのも魅力ですが、1頭から採れる量が少ないため高価です。繊維が細いので、毛玉がしやすい傾向もあります。

ウールは、カシミアと比較して繊維が太く、粗い

です。光沢はカシミアに劣りますが、耐久性は高く、保温力もあり、カシミアより安価という点も特長の一つです。

カシミアは、「軽さ・柔らかさ・光沢・保温力」を重視する場合に適した高級素材です。肌触りも抜群に良いので、特にセーターやストールに用いられます。ウールは、「保温性・弾力性・耐久性」に優れており、シワになりにくく、スーツやコートなど幅広いアイテムに使われています。

Cashmere Wool



いどばた調査隊



## 5歳若返るヒケツ

### ～「首こり」対策～

首が「動かしづらい」「重たくて痛い」といった症状が起こる『首こり』。睡眠時の姿勢が悪い・スマホやデスクワークなどで長時間同じ姿勢をしている・ストレスで筋肉が緊張している・加齢や疾病による頸椎の変形などが原因とされています。

対策としては、①長時間同じ姿勢を続けない、②適度な運動をする、③目を休ませる、④ストレスの適度な発散…などを意識することが大切です。近年「首サポーター」が販売されており、これを上手に活用することもおすすめされています。但し、長期間使い続けると、首の筋力低下が

起きたり、可動域が狭くなってちょっとした動きでも違和感や痛みを感じやすくなったりし、逆効果になることも。「必要な時だけ」「短時間」「適切なフィット感」を心がけて使用することが望ましいとされています。最も効果的なのは、ストレッチを取り入れることです。ネットの動画で様々なストレッチ法が無料で紹介されているので、取り入れやすいものを探してみましょう。



今月の処方箋  
年をとったから遊ばなくなるのではない。  
遊ばなくなるから年をとるのだ。  
バーナード・ショー（アイルランドの文学者）



先人の言い伝え

## ことわざ百選

### 衣食足りて礼節を知る

古代中国の書物『管子』に由来する言葉で、「生活に余裕ができて初めて、人は礼儀や節度をわきまえられるようになる」という意味です。衣服や食物といった生活の基本が満たされ、心にゆとりができて初めて、人は礼儀作法や道徳心を大切にできるようになると伝えられています。

確かに、物質的な豊かさと精神的な豊かさが互いに影響し合っています。



## 暮らしのリフォームQ&A

【Q】 現在 40 代ですが、将来を考えるとバリアフリーのリフォームをしたほうがいいのでしょうか？

若い世代でも、バリアフリーを意識したリフォームを希望される方が近年増加しています。ただ、階段や浴槽などの手すりは、年代問わずあれば安全ですが、それ以外の場所の手すりは、しばらくは不要かもしれません、設置することで今の生活が窮屈になるようなら、「快適な生活のために」と取り組んだリフォームのはずなのに、本末転倒になってしまいますよ。若いうちのリフォームは、「下準備をしておく」という方法がいいかもしれません。例えば、部屋の段差はなくしておき、手すりは今は取り付けず、いずれどこにでも設置できるような形状や材質にしておく…というような考え方をしてみましょう。



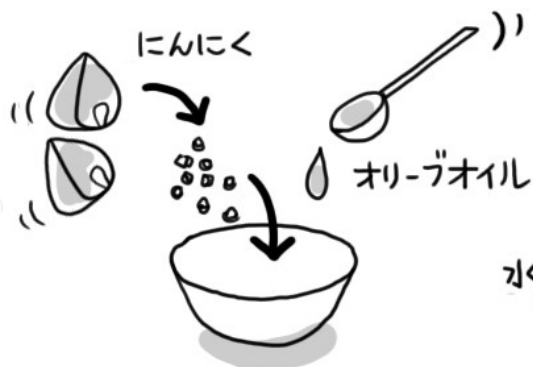


美味食材を味わう

## とっておき★旬レシピ

2月のとっておき★食欲をそそる香り♪帆立とキャベツの和風ペペロン炒め

- ① にんにくは芯を除いてみじん切りにして器に入れる。オリーブオイルを加えて10分程漬ける。



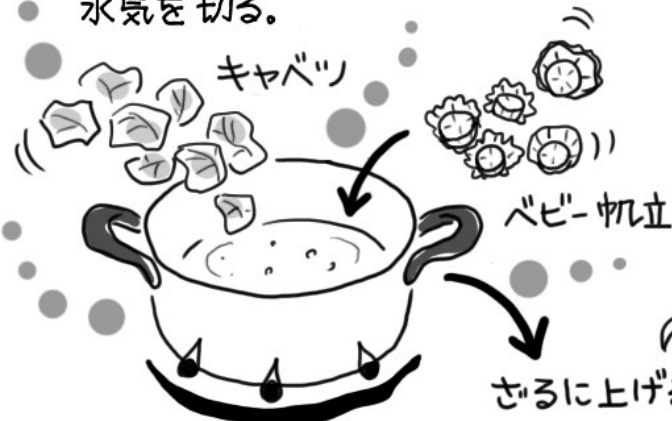
- ② 赤唐辛子は水100mlに漬けて5分程おき、ざるに上げて水気を切り、ヘタと種を除いて小口切りにする。



### 材料 (2人分)

にんにく：2片  
オリーブオイル：大さじ3  
赤唐辛子：1本  
ベビー 帆立：150g (ゆで)  
キャベツ：300g  
しょうゆ：大さじ1

- ③ キャベツは6cm四方にちぎる。鍋にたっぷりの湯を沸かしてキャベツを2分程ゆで、ベビー 帆立を加えてさっと混ぜ、ざるに上げて水気を切る。



- ④ フライパンに①を入れて弱火で熱し色づいてきたら②、しょうゆを加えて強火にし③を加えて手早く炒め絡める。



【参考】キッコーマンホームクッキング <https://www.kikkoman.co.jp/homecook/>

## ご存じですか？

帆立(ホタテ)は、バター焼きやカルパッチョといった様々な料理に使われますが、栄養価が高く、様々な効果が期待できる食材です。「ベビーホタテ」は、生後約1年で収穫された小さな帆立で直径は5センチ前後。旨味と甘味が凝縮されています。

含まれている栄養素(と効能)としては、タンパク質(筋肉や体の機能を維持する)、タウリン(コレステロールの吸収を抑える)、ビタミンB1(疲労回復に効くとされている)、ビタミンB12(血液細胞を健康に保つ)、鉄分(肺から酸素を全身に届ける)、亜鉛(味覚を維持する)などが挙げられます。





ユースキン×ミッフィー コラボ70周年

アニバーサリー賞品をゲットしよう!

## ユースキン製薬「いっしょにお祝い、70周年レシートキャンペーン」

今年創業70周年を迎えたユースキン製薬と、同じく今年誕生から70周年を迎えたミッフィーは、アニバーサリーコラボレーションとして、2026年3月31日まで「いっしょにお祝い、70周年レシートキャンペーン」を開催中です。

ユースキン製薬の会長・野渡和義氏は「ミッフィー(うさこちゃん)」の絵本が好きで、自分の子どもたちにも読み聞かせていました。そんなミッフィーのやさしさと世界観がユースキン製薬にぴったりだと感じ、2004年に現在まで続くコラボレーションをはじめました。

本キャンペーンのA賞では、ユースキン製品を1点

以上購入したレシートで応募すると、16組32名にハウステンボス 1 DAY パスポート付き・オフィシャルホテルペア宿泊券が当たりますが、ハウステンボスには、昨年6月に世界唯一のミッフィーエリアが誕生しているのです。ぜひ、チェックしてみてください。



### ユースキン製薬「いっしょにお祝い、70周年レシートキャンペーン」

#### 【賞品】

A賞:ハウステンボス 1DAYパスポート付きオフィシャルホテルペア宿泊券…16組32名)

B賞:オリジナルポーチ+ユースキン 4gサンプル…800名

C賞:選べるデジタルギフトデジコ500円分…800名

#### 【応募方法】

ユースキン製品(医薬品を除く全商品が対象)を1点以上購入し、専用応募フォームより、レシートと購入製品を撮影した写真1枚をアップロード、ネット通販の場合は、領収書のデジタルデータと購入製品写真を別々にアップロードします。

その他詳細はキャンペーンサイトをご確認ください。

【応募締切】 2026年3月31日(火)

【キャンペーンサイト】 <https://70th.yuskin.co.jp/>





気持ち良い生活を作ろうと思ったら、  
 済んだことをくよくよせぬこと、  
 減多なことに腹を立てぬこと、  
 いつも現在を楽しむこと、  
 とりわけ、人を憎まぬこと、  
 未来を神にまかせること。

——ゲーター——

(ドイツの詩人)

元氣の出る  
 ことだま  
 言葉



## 侍ジャパン文具 新登場 ～「机の上の侍ジャパン」～



昨年12月に受注が  
 締切り、この2月  
 いよいよ数量限定  
 の「侍ジャパン文  
 具」シリーズが入  
 荷しました。記念  
 性の高い企画です  
 が、今回はとりわ

け「レア感”のあるラインナップになりそうです。  
 締切り当時は、どんな選手が名を連ねるのかま  
 だ見えない状況でしたが、ふたを開けてみれ  
 ば、メジャーリーグで活躍する選手を中心に、  
 そうそうたる顔ぶれがそろったことにも注目が  
 集まります。そんな顔ぶれを思い浮かべながら  
 手に取るこのタイミングは、一寸心弾むものが  
 あります。4年前の様な熱い戦いが再び繰り広げ  
 られるかどうかはまだ分かりません。それで

も、日本代表を応援する気持ちや、その時代の  
 空気をかたちにして残せるのが、記念文具の良  
 さだと思います。派手さはなくとも、日々の暮  
 らしの中で使い続けるうちに、ふとした瞬間に  
 その時代を思い出させてくれる。文具には、そ  
 んな静かな力があるように感じます。ノートや  
 消しゴム、クリアファイルといった身近な道具  
 だからこそ、机の上で自然と寄り添ってくれる  
 存在になります。2026年の春、新生活の節目に  
 そっとそろえてみるのも良し、野球好きは勿  
 論、そうでない方への贈り物にも喜んでもらえ  
 るかもしれません。限られた数だけの入荷です  
 ので、この時代の記念として手元に置いておき  
 たい一品です。



# ん!? 今年は昭和・・・100年です



今年は昭和が続いていけば100年という大きな(?)節目の年です。8年前に亡くなった父が存命であれば今年100歳でした。人生100歳時代とよく言いますが、そこまで元気であることは決して簡単なことではないなあと感じています。長い時間の積み重ねの中で、人の暮らしや文化、そして柳井の町並みもまた静かに姿を変えながら受け継がれてきました。木阪賞文堂も、その流れの中で白壁の町と共に歩み続け、書くこと、残すこと、想いを形にすることを大切にしています。

さて、昭和の日である2026年4月29日より、白壁店にて小さな新しい企画を静かに始めます。おみくじとアクリルお守り、そして柳井らしさを重ねた、どこか懐かしく、どこか新しい試み(やないガチャ)です。父は“またこんなことを”とあきれているかもしれませんが・・・(;´∀´)手に取ってくださった方の毎日に、ほんの少しの楽しみや願いを添えられたら嬉しく思います。昭和の時代が教えてくれたのは、派手さよりも積み重ねの尊さでした。文具屋さんとしてできることは決して大きくはありませんが、地域の文化や想いを、次の時代へそっと手渡していく役目があると感じます。昭和100年という節目に、今一度原点を見つめ直しながら、これからも柳井の暮らしの傍らで静かに、丁寧に、新しい物語を紡いでいきたいと思います。(記：木阪泰)



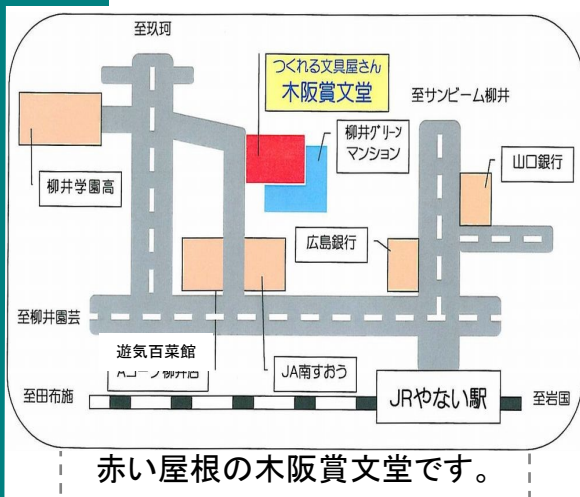
そうだ! 賞文堂! 行こう!

会社名 つくれる文具屋さん(有) 木阪賞文堂

◆今月のおすすめ 商品(サービス)のご案内

## アンカー社のUVプリンターの導入へ

昨秋から検討し、また昨年末「あめトーク!」でも紹介されたアンカー社のUVプリンター。木阪賞文堂は3月に導入予定。4月から本格稼働予定で、オリジナル商品の制作の幅が少し広がり、つくれる文具屋さんとして少量多品種展開可能で地域の皆様のお役に立てそうです。



遊気百貨館さん(旧Aコープ柳井店)近く、柳井グリーンマンション前。JR柳井駅より450m、車で約70秒。

『市内だから歩いて行ける、市内なのに車で行ける』  
20台駐車OKですよ! ご来店お待ちしております。(木阪記)



中央店スタッフの似顔絵です。

■スタッフ人数10名(中央店9名、白壁店1名)

★田布施町様と、災害時における物資調達に関する協定書を締結しました。※2026/2/1付

・モットー 『当社の商品・サービスを通じてお客様を幸せにすること!』

・会社の場所 〒742-0035 山口県柳井中央3-9-2

(柳井グリーンマンション前)

・連絡先 TEL(0820)22-0150

★ホームページ <https://sirakabe.com>

★Eメール [info@sirakabe.com](mailto:info@sirakabe.com)

