

# 10 茶倉くらぶ通信

2019.10

茶倉ビレッジ（道の駅茶倉駅／リバーサイド茶倉）



## 今月の1枚『アサギマダラ茶倉へ』



昨年も紹介させていただいたアサギマダラ。フジバカマという植物を好み、海の向こうから飛来する蝶々です。飯南町にもこのフジバカマを育てている花畑があ

りますが、今年はリバーサイド茶倉の本館裏の花壇に株分けしていただき、花を咲かせています。例年10月中旬には飛んでくるので是非とも探してみてください。

## 10月20日(日)ジョギング大会in茶倉

毎年恒例ジョギング大会が今年も開催されます。今年でなんと14回目だそうです。3kmジョギングと2kmペアジョギングの2部門のエントリーが出来るそうです。大会の最後には恒例のお餅投げや大抽選会もあり、今年は特別賞としてコスプレ大賞!もあるのだとか。飯南を駆ける七色の風、詳しくは飯南地区体育振興会事務局(0598-32-2300)まで。



## プランクBBQで秋キャンプ!

秋の味覚が楽しいシーズンですね。今月はちよつとおしゃれなBBQをご紹介します。その名はプランクBBQ!水やワインなどに木の板を浸し、木の板ごと蒸し焼きにするBBQスタイルです。木やお酒の薫りとともに食材が調理器&そのまま木製食器にもなります。木板は茶倉で販売しておりますので、是非秋キャンプにトライしてみてください!

### 『茶倉ココロ通信』③1

例年よりも長く続いた梅雨で今年の夏はあつという間に終わってしまったように感じましたが、残暑が少し長く続いたおかげで、少しだけ夏の余韻を楽しめました。でも今は秋へと着々と進んでいる空気感ですね。

もう20年ほど前の話になりますが、ヨガの先生に「痛みに入っていくと、痛みが消えていくんですよ」と指導を受けたことがあります。日頃の練習から体のあちこちが痛くなり助言を求めたのですが、痛みを和らげるアドバイスはもつと他にありそうなのに、「痛みに入りなさい」という彼女の言葉に戸惑いながら、来る日も、来る日も、痛みを避けることなく、その痛みの中にぐつと入っていくように体を伸ばしていく動きをしていたら、いつの間にか体が以前よりも軽くなり、同時に身体から痛みが消えていく体験をしました。

その後、この教えはヨガを実践するとき以外にも、自分の心を見つめることにも使えるものだとわかっていきました。心に痛みがある時、その痛みを避けるよりも、ぐつとその心の痛みを感じ切ることをするようになりました。

最初は逃げ出したくなりましたが、ヨガの時の体験を思い出し、必ずある時点でこの痛みがすつと消えていく瞬間が来るはずだと思っ

て感じ続けました。ある出来事は、その瞬間だけ、ある出来事は、数日間、そしてある出来事は何年も痛みが続きましたが、どの時も痛みを感じ切った後は、暖かなエネルギーが私の心に染み渡っていく体験をしました。それらを体験していくうちに、心の痛みは自分を痛めつけるために存在しているのでなく、この暖かなエネルギーに愛に気づくために存在してくれているんだということがわかるようになりました。

どんな心の痛みがあったとしても、その人が超えられないほどの痛みは絶対に与えられないと言います。それは私も身を持って体験したのでわかります。心の痛みは、私たちの中に愛があるからこそ感じます。そしてその痛みが大きいほど、それはあなたの中の愛が大きいことを示しています。

今心に痛みがある方は、どうかそのことで自分を責めたり、落ち込んだりしないで下さい。その痛みは、あなたの中にたくさん愛があるからこそ感じる痛みです。そのことをどうぞ、今は忘れないでいてください。

(ライフコーチ、ザリツチ宏枝)

# 2019年10-11月 行事予定

《発行》茶倉ビレッジ指定管理者 (株)アーリー・バード

■道の駅茶倉駅(9:00～17:00 火曜定休)

〒515-1411 三重県松阪市飯南町粥見 452-1  
TEL 0598-32-2555 FAX 0598-32-2555

■リバーサイド茶倉

〒515-1411 三重県松阪市飯南町粥見 1084-1  
TEL 0598-32-3223 FAX 0598-32-2523



茶倉ビレッジのホームページは下記のURLから  
または右のQRコードからご覧ください。

URL <https://chakra-village.jp/> E-mail [info@chakra-village.jp](mailto:info@chakra-village.jp)

日	曜	10月の行事	日	曜	11月の行事
1	火	道の駅定休日	1	金	
2	水		2	土	10:00-13:00 第32回茶倉朝市@茶倉駅
3	木	8:00 第12回茶倉周辺自主清掃活動@茶倉駅	3	日	文化の日
4	金		4	月	振替休日
5	土	10:00-13:00 第31回茶倉朝市@茶倉駅	5	火	道の駅定休日
6	日		6	水	※いきいき健康ウォーキング(伊勢本街道屋号めぐり)
7	月		7	木	8:00 第13回茶倉周辺自主清掃活動@茶倉駅
8	火	道の駅定休日	8	金	
9	水		9	土	※飯南中学校文化祭
10	木		10	日	※柿野・粥見小学校文化祭 ※いいこい祭@産業文化センター
11	金		11	月	
12	土		12	火	道の駅定休日
13	日		13	水	
14	月	体育の日	14	木	
15	火	道の駅定休日	15	金	
16	水		16	土	
17	木		17	日	※飯南ふれあい祭り@産業文化センター周辺
18	金		18	月	
19	土		19	火	道の駅定休日
20	日	※ジョギング大会@リバーサイド茶倉	20	水	
21	月		21	木	
22	火	国民の祝日(即位礼正殿の儀)	22	金	
23	水	道の駅振替休業日	23	土	勤労感謝の日
24	木		24	日	
25	金		25	月	
26	土	※棚田まつり@飯南町深野地区	26	火	道の駅定休日
27	日		27	水	
28	月		28	木	
29	火	道の駅定休日	29	金	
30	水		30	土	
31	木				

※「※」印のイベントに関しましては、飯南地域振興局(0598-32-2511)までお問い合わせ下さい。

※ 客室掃除・料理補助の臨時アルバイト募集中(高校生OK)。詳しくはリバーサイド茶倉(0598-32-3223)まで。