

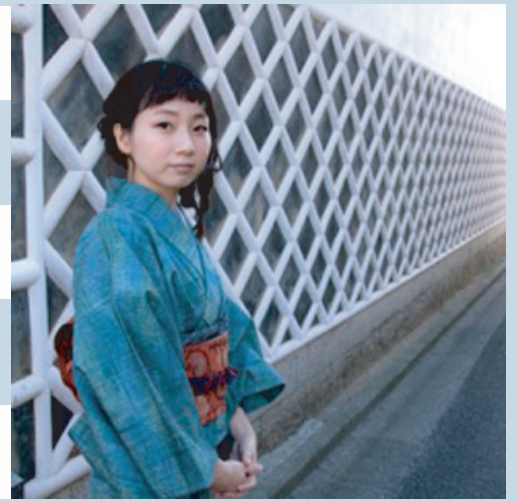
# shab◎n・marikoの ネコとツンデシな私

愛猫アクアの生き様を師匠とするmarikoの  
形式問わず、思うがままに書いていくツンデシなコーナー

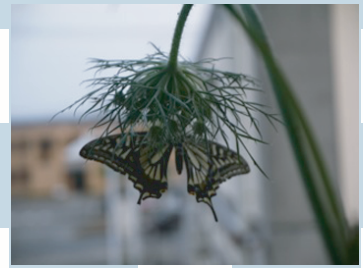
第19回

レイジー is エコロジー!?

～涼しい場所はネコ様に訊け!～



どうも、マリ子です！突然ですがクイズです！  
【Q1写真の昆虫の名前は何か？】



答えは、、、、、、、、そう！アゲハチョウ！これは簡単！ですよね！  
では、次はちょっと難しい！  
【Q2アゲハチョウがとまっている植物は何？】

ヒントは、皆がよく食べている野菜です。答えは、、、、『ニンジン』でした！ 繊細な梁のような葉っぱ、葉っぱの好きな花、、、、私はこのニンジンの花が大好きなのです。このカッソイイ、シャープなルックス！ ニンジンを取寄せずそのまま放っておくと子どもの背丈程高く伸びていきます。その後種ができます。スパーでは見ることができないけれど、育てた人、作った人にだけ見られる『褒美』みたいなもの。おまけにチョウチョまで飛んで来て自然観察できー石二鳥。特別なものでなくても楽しみは見つけられるんだ！ 私のお気に入りの散歩場所、ももの里市民農園（写真左）。



晴れた日は「外でヨーグルト食べよう！」  
そう行っただけの出かけたのです。生えていたミントをちぎってきてトッピング。  
これだけでも十分素敵なのに、テーブルには摘んだ菜の花。もう最高！自然ってほんとうにきもちいいのです。そんなわたしの今日の愛読書は「クイズ！小学生のじょうしき！」。笑



さて、最近「コスメ削減大作戦」をしてみました。「大作戦」とは言っても、私は普段からメイクに時間をかけないほう。朝10分もかかりません。発端はシンプルにしたい、肌の負担を減らしたい、持ち歩く荷物を減らしたい。荷物が多いと肩が凝る、こんな思いから。ただの面倒くさがりといえればそれもアタリ。つてこ。

「1、量を減らすこと」「2、かさを減らすこと」の2ステップ。まず美容液系を無くして化粧水とホホバオイル1本にしました。オイルは顔身体、髪の毛全身に使え、好みの香りの精油を加えればマッサージオイルに使えます。作業中で疲れた時、ハンドクリームの代わりにたった1滴手に取って、そのままマッサージ。うーん、うっとり癒されるいい香り。化粧品原料そのものなので安心。肌もいっぶんか元気になった気がします。  
次にかさを減らすための、自作のメイクパレット。カードケースに全てひとまとめ。無印良品のアルミカードケースにファンデ、チーク、アイシャドウフラシまで入ります！普通は全てひとつひとつがコンパクトになったりミラー付きになっているのですが、これを単体でケースから外して詰め替えます。結果ポリュームは、驚きの3分の1！超スッキリ！旅行にもオススめです。自分用カスタマイズって大好き。私だけの特別になったという愛着が湧くんですね。  
また、先日トライしたのは口紅の

ロク（写真左）。



信半疑でしたが、使ってみると本当に荒れ知らず。「唇に直接塗っても大丈夫！」には感動しました。  
楽曲「水の地球」が生まれてから数年が経ちますが、自然とエコ、地球環境、そして平和へのイベント出演の機会に恵まれるようになりました。  
日本赤十字による震災復興イベント、平和を祈る柵原キャンデロコンサート、そして9月にユニセフ関連で出演決定した「北木島ピースフェスティバル」。

最近の断捨離フームを、ある人は「持ちすぎることも」も「極端に持たないこと」も両方とも「物への執着」だと言いました。わたしはそれもそうだなと思って、興味のあることを取入れていきます。日々「実験」です！  
そんな中で最後に「ユニット名のシャボンにちなんで験拍きで使い始めた「シャボン玉石けん歯磨き粉」&「浴用シャボン玉せっけん」（写真）。

熟練の釜漉職人が一週間かけて炊き上げ、排水は短期間で水と二酸化炭素に成分分解され環境にやさしい。  
地球にやさしくするということは究極に「自分にやさしくすること」。  
みなさん、さいきん自分にやさしくできていますか？  
「素晴らしいながら。おでこのニキヒつぶしちゃった私です。トホホ。」

【今月のネコ様】  
涼しい場所はネコ様に訊け。我が家の家訓のひとつ。ネコさまってのそのそ歩いては家の中の居心地良い場所にいるんですね。家のアクアもそう。特に暑いときにはお腹を見せて大股を広げて。。。「はっちゃん（岡山弁）」していただきます。カメラ構えた途端、御澄ましする、やっぱネコはツンデシ！



今月のネコ様。

## プロフィール shab◎n マリ子

シンガーソングライター、アーティスト。サウンドエンジニアshingo-kunとのユニット「shab◎n」のボーカル。RSKイブニング5時エンディングテーマ「オトノワ〜繋がるセカイ〜」（月一金）放送中！ほっこりと心癒されるオーガニックボイス。3歳頃のピアノとの出会いが音楽との出会い。ピアノ弾き語り、鍵盤ハーモニカ、リコーダー等...今後も五感に素直なアレンジが拡大の予感。2nd.アルバム「オトノワ」好評販売中！Radio Camnet channel-h「shab◎n-ism Hour（シャボニズムアワー）」パーソナリティ。毎月10日更新！お便りお待ちしております！！