

は せ がわ とも こ

長谷川朝子のアイデアノート



私流海外旅行の楽しみ方

寒い日が続きます。いかがお過ごしでしょうか？

私は健康のため散歩を日課にしています。1日40分ぐらいですが、歩くと気持ちがいいです。雪道で散歩ができないときは、スマホのアプリでインターバルトレーニングします。英語で毎回少しずつ違う掛け声や、音楽があるので4分ぐらいですが、楽しくできるのでお勧めです。

そして公演活動の少ない今季節、毎年海外旅行をします。長女がお嫁に行く前の年、リヨン国立音楽院に留学している友人を頼って旅行に行くというので、一緒についていきました。

パリ郊外のB&B（ベットアンドブレックファースト）のシリビアさん宅に3日間宿泊しま

した。親日家でお料理の先生です。お灸も習っていらっしゃいます。

セシスの良い住まいは、収納やインテリア等とても参考になります。蚤（のみ）の市や帰りの飛行場まで有料ですが送迎もお願いでき、個人の旅行にはとても便利でした。



▲現地の人の生活の場、スーパーや家具・調度品のお店を見るのが好き。クッションとソファの組み合わせも色使いも良いですね



▲つげの木も丸くカットするとフランスになるんですね



▲1坪ほどのお店に山積みされている骨董、2日間通いました。電卓で店のオーナーと値段交渉するのも楽しみのひとつ

を持って行きます。外国人にモテモテです。半幅帯なら一人でも簡単に結べます。



長谷川朝子さん

福島市在住。声楽家・ハープ奏者。長谷川音楽事務所、長谷川音楽スクール代表。大学講師やラジオのパーソナリティー、福島民友新聞連載「うたのふるさとを訪ねて」を執筆。また、全国の学校を回る演奏活動、番組審議委員、コンクール審査員を務めるなど多方面で活躍中。2013年に第23回みんゆう県民大賞芸術文化賞を受賞。HPアドレス <https://hasegawamusic.com/>



▲コンサートの時間まで過ごしたゲストルーム。デスクの上にはカップ、洋裁道具、筆記用具が置かれ、おもてなしの心が伝わりますね



▲夕食はお料理を教わりながらタジン鍋、他数種類。キッチン周りのカラフルなタイル張りが魅力

▼チェストの上には、シリビアさんのアクセサリーを飾りながらの収納。一目瞭然で選びやすい



パリ郊外の著名なジャーナリストの方のお宅でホームコンサートが開かれました。

10数人が集まり、サンドイッチや数種類の手作りお菓子とドリンクでのおもてなしでした。日本のパーティーのように、もてなす側がお料理作りでへとへとなるような気負いもなく、ホームパーティーはできるんですね。

海外に行く時には（特にパーティーなどがある場合）着物

フランスから帰ってきて、まことに最初にしたことは英会話教室