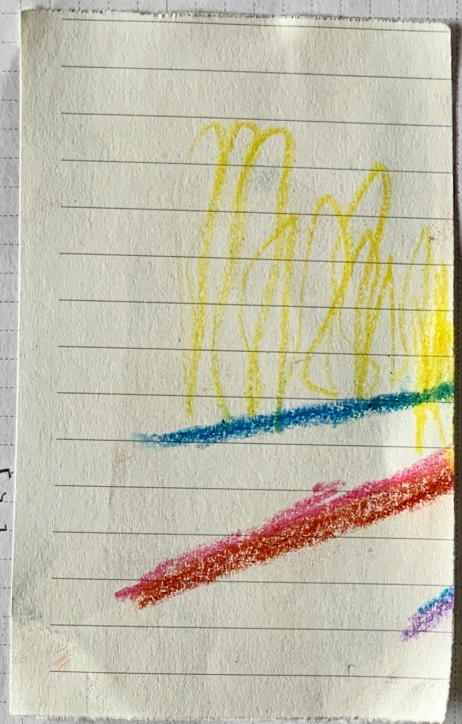
4 1 月 MON 091

旧：二月二十六日

石と木は、矛盾した性格を持っていまして。木は、石がボロボロな場所で育つんです。
そうでないと、根が張れないから。日本列島は地層が押し曲げられているから、
山がボロボロなんですね。それはつまり、木が茂りやすいということです。
日本は岩が壊れているから、山のてっぺんにまで木が生えるんです。
だから、日本の建築は木でつくるしかなかった。

3 3 日 SUN 062

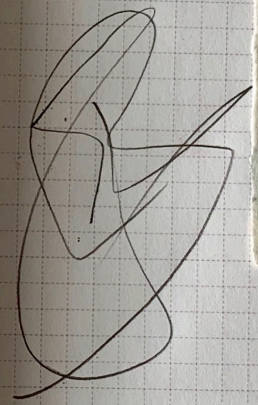
旧：一月二十七日／ひな祭り

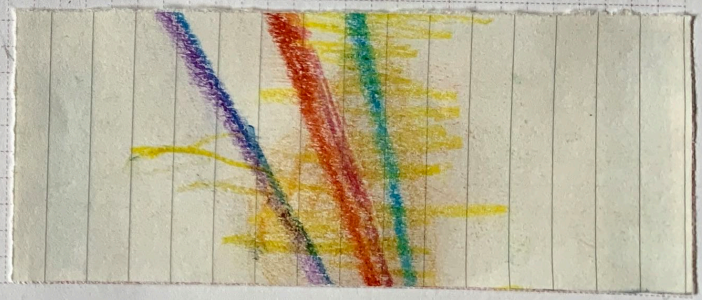


[illegible]でもフランス語でも、「頭」と「感情」はそれぞれ別の言葉で表現するんですけど、
[illegible]の「心」というのは、頭でとらえたものと、感情でとらえたものが
[illegible]いる、そういうものだと、理解しています。
わたし自身、日本で育っているのですが、ソール・ライターの写真には、
[illegible]を感じるのです。
[illegible]マールさんが『SAUL LEITER ソール・ライター』の中で

3 4 月 MON 063

旧：一月二十八日

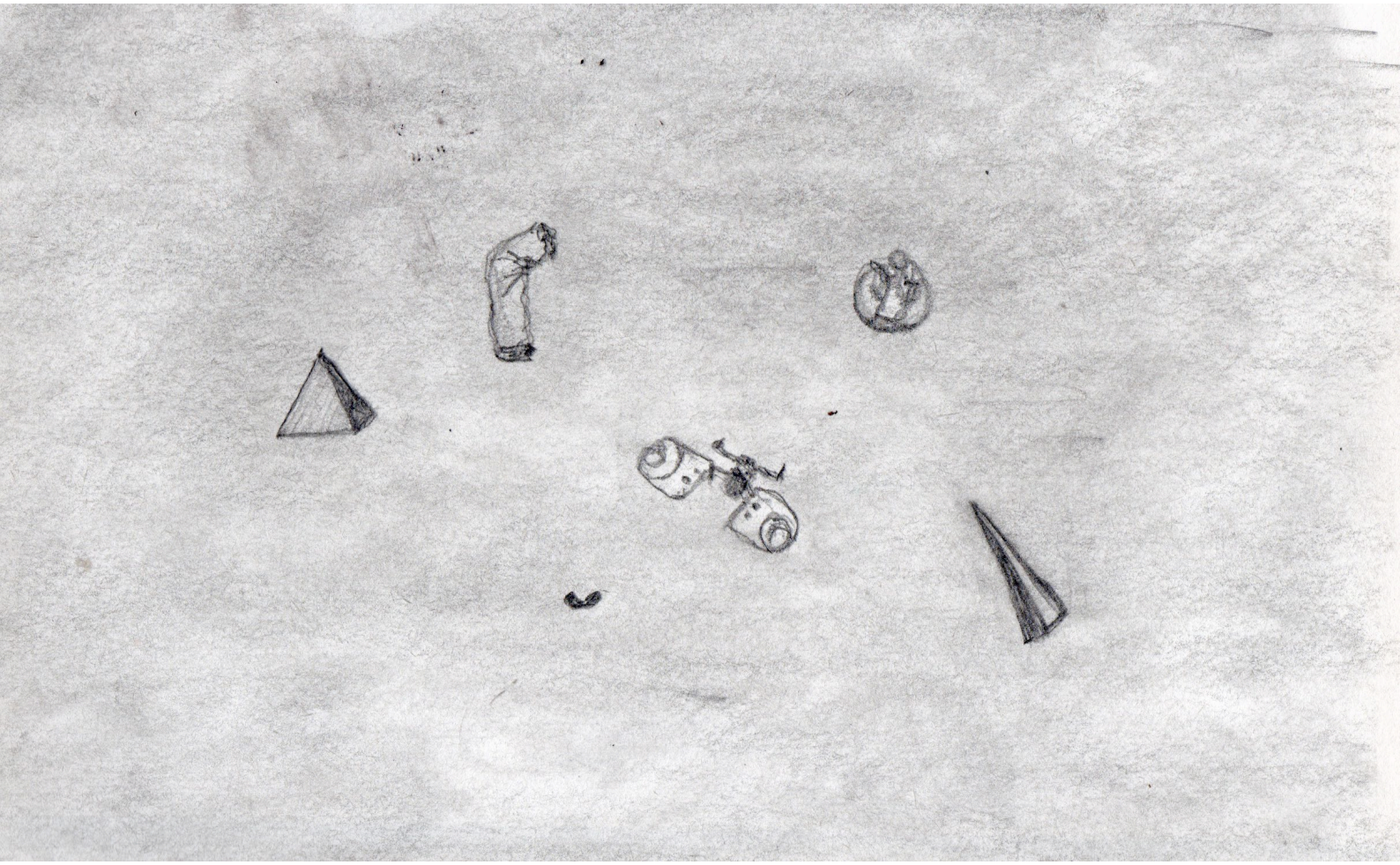




美術館へ絵を見に行っても、
何が描いてあるかなんて興味ない。
ぼくが見てるのは、いつも絵の具の表面です。
表面だけを見ています。
—— 横尾忠則さんが『YOKOO LIFE』の中で

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

3



I'm sorry I ruined your painting for

4 . 4 木 THU 094

旧：二月二十九日

4

思い出すなぁ。4月って意外と寒いんだよねシリーズ。
「小学校の入学式が、雪」。うそみたいだけど、本当の話。
わたしの小学校の入学式は雪で、雪が積もっていたの。
でもちゃんと桜も咲いてて。
いま思うと、ふしぎな光景だったなぁ。
――『ぼーっとしたミーハー通信』より

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	
29	30					

3 5 火 TUE 064

旧：一月二十九日

「市販のルウで一番おいしいのはどれですか？」
正直言って答えはないが、ひとつだけ準備している回答がある。
「値段の高いルウを買ってください」というものだ。
高価なルウは原材料にお金がかかっている。
当然、安価なルウよりも味のクオリティは高いのだ。
―― 水野仁輔さんが『カレーライスの正体』の中で

3 6

旧：一月三十日／修繕

同僚は気管支が弱く、風
いつものドラッグスト
買おうとしたら、見当た
「四次元マスクはどこで
「そんなものありません
―― 『言いまつがい』

4 5 金 FRI 095

旧：三月一日／清明

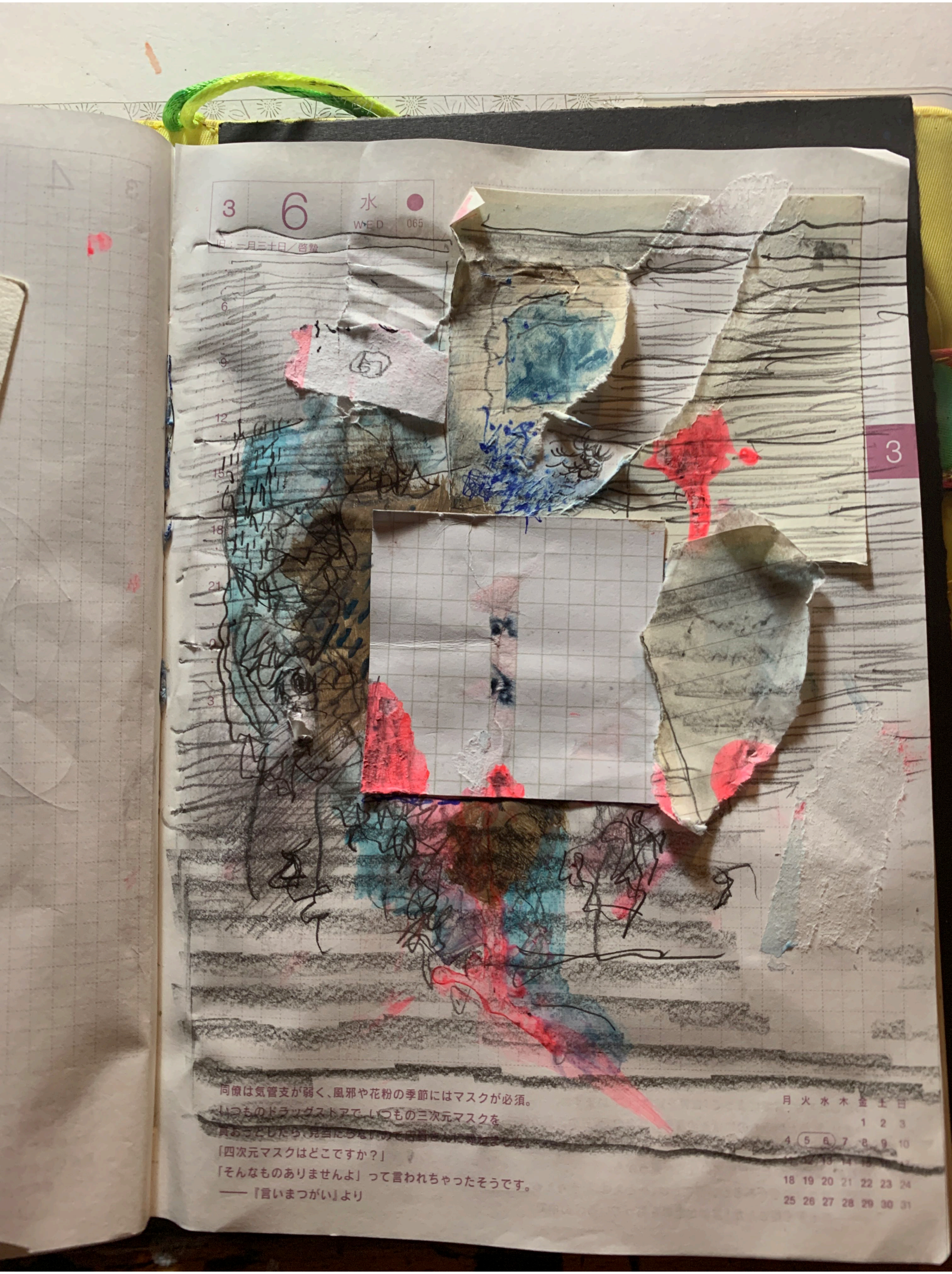
立派な動機を持たないと、立派な結果はついてこないと思われがちだけど、
どうでもいい動機で、すごい結果を残す人も世の中にはいっぱいいるわけです。
モテたいとかお金を稼ぎたいといった単純な動機でもいいんじゃないでしょうか。
立派な動機だと、うまくいかなかった時に、世の中のせいにしちゃうんです。
でも、立派じゃなければ、うまくいかなかったとしても自分のせいになるわけだから。
—— 谷山雅計さんが『勉強の夏、ゲームの夏。2017』の中で

4 6 土 SAT 096

旧：三月二日

「水曜日って何曜日？」
「水曜日じゃないスか？」
「間違った！　20日って何日？」
「20日じゃないスか？」
‥‥ 後輩よ、ダメな先輩ですまぬ。
—— 『言いまつがい』より

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



同僚は気管支が弱く、風邪や花粉の季節にはマスクが必須。
いつものドラッグストアで、いつもの三次元マスクを
買おうとしたら、見当たらないので店員さんに聞いたら、
「四次元マスクはどこですか？」
「そんなものありませんよ」って言われちゃったそうです。
――『言いまつがい』より

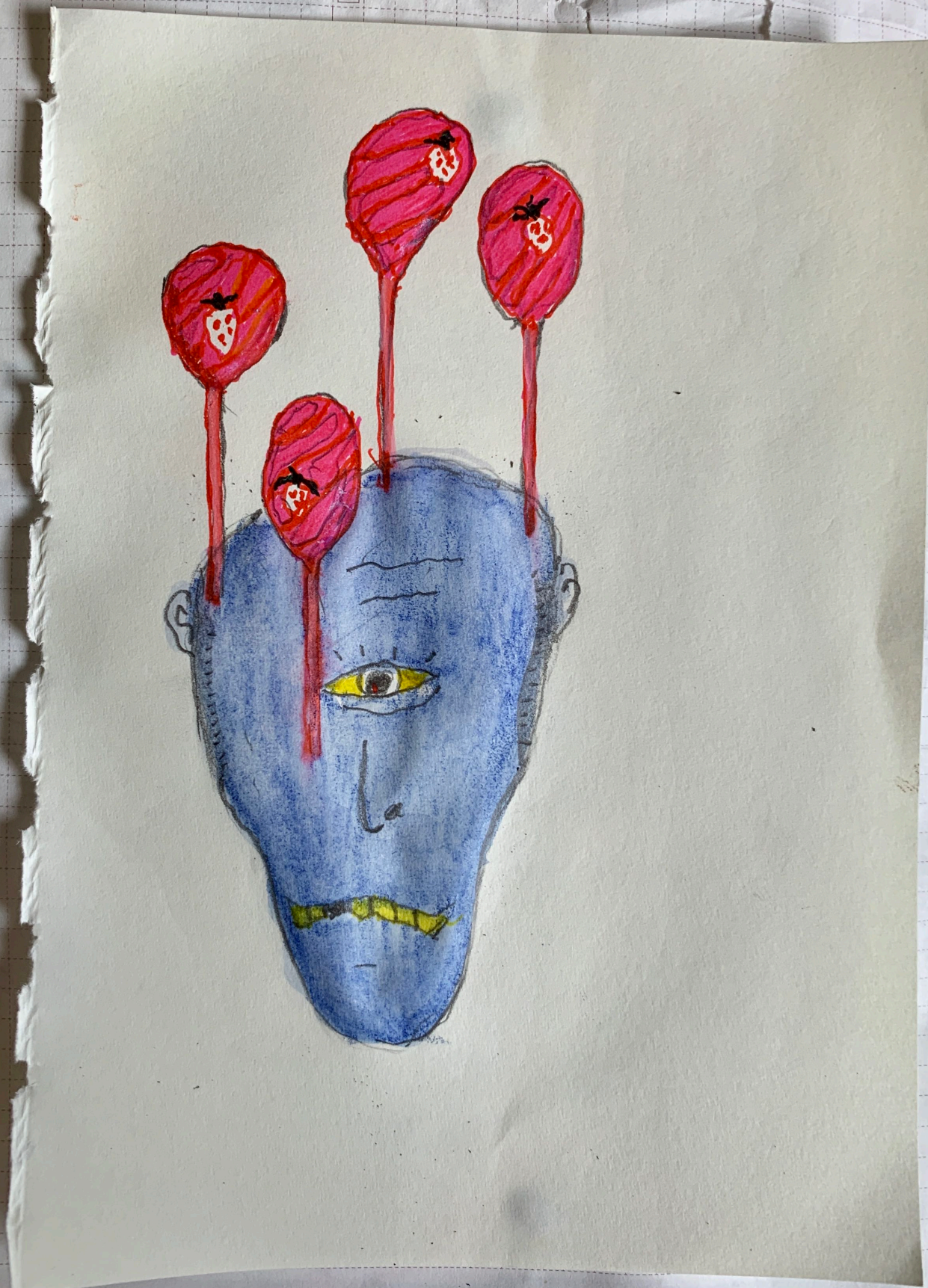
4 7 日 SUN 097

旧：三月三日

お金がなかったからこそ、いろんな挑戦ができたんです。
映画というものをインプロビゼーションでつくったり、
突然アコーディオンの曲を入れたり、そのためにシナリオを変えたり‥‥。
自由な作品づくりができたのは、口やかましい「プロデューサー」がいなかったから。
われわれには、お金がなかった代わりに、圧倒的な自由があったんです。
―― ピエール・バルーさんが『その人が「道しるべ」だった。』の中で

3 7 木 THU 066

旧：二月一日



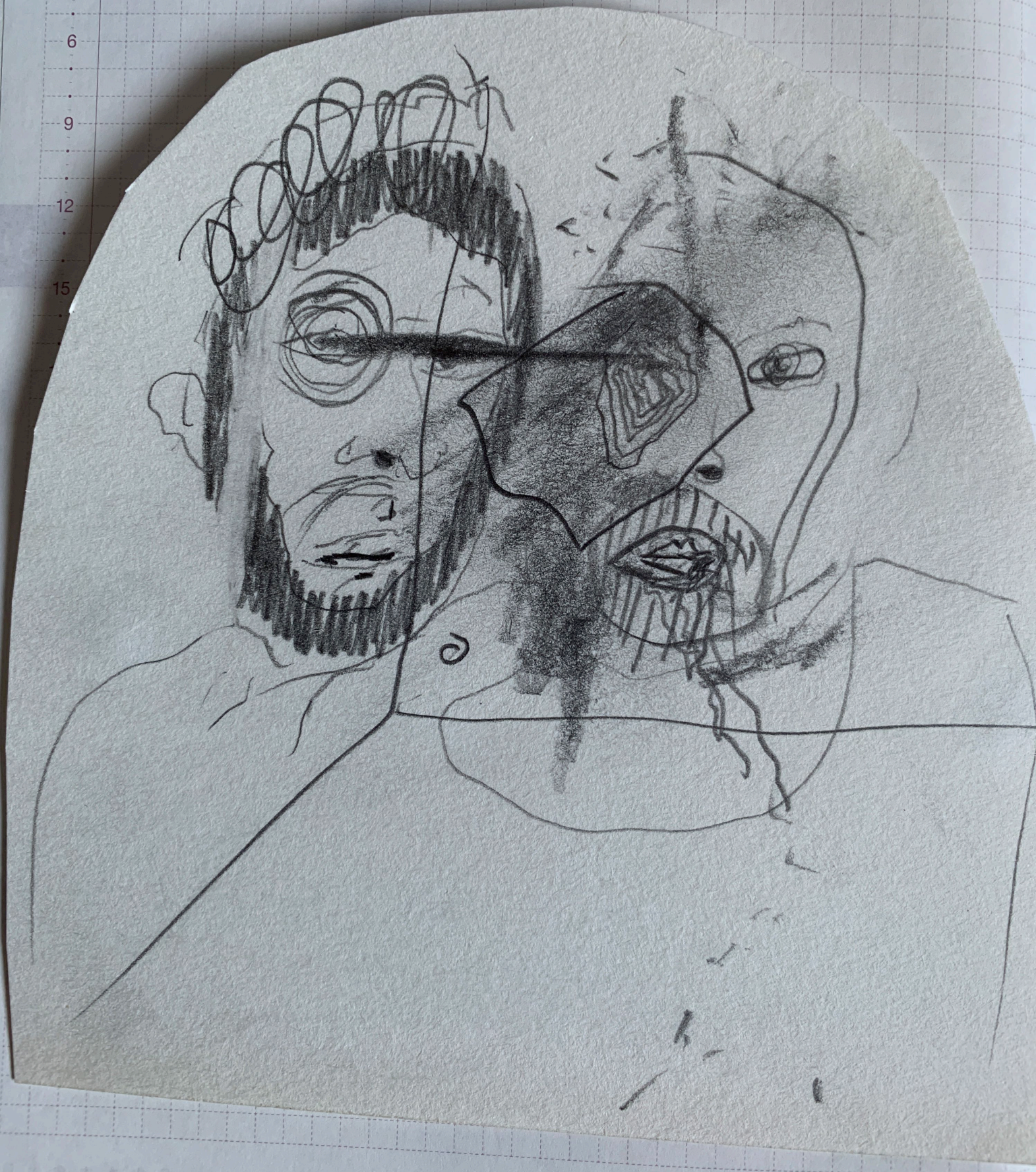
わたしたちは、言葉によって「世界を認識」していますね。
つまり、言葉というものにはその言葉の話者の「世界の認識の仕方」が反映されています。
国や地域によって、さまざまな芸術作品が生まれることも、

3 8 金 FRI 067

旧：二月二日

3 9 土 SAT 068

旧：二月三日



ぼくは、自分の国で起きた地震のことをモチーフに、悲壮な思いでガレキを描いて

3 10 日 SUN 069

旧：二月四日

できないことは、
できることの積み重ねで
いつかできていくものですね。
—— 三國万里子さんが『幸福を入れる、しごとの話。』の中で

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

3 11 月 MON 070
旧：二月五日

3 12 火 TUE 071
旧：二月六日

6
9
12
15
18
21
0
3

「赤ちゃんの背中を円を描くように撫でるのは、
愛してるのサイン」と聞いて、それは素敵だと思い、
一生懸命に母乳を飲んでいる息子（当時３カ月）の
背中を撫でたところ、
「気が散るからよせ」という感じで、振り払われました。
―― 『今日のハートブレイク』より

ぼくやぼくらは、ほんとうにたいしたことのないものだ。

3 12 火 TUE 071

旧：二月六日

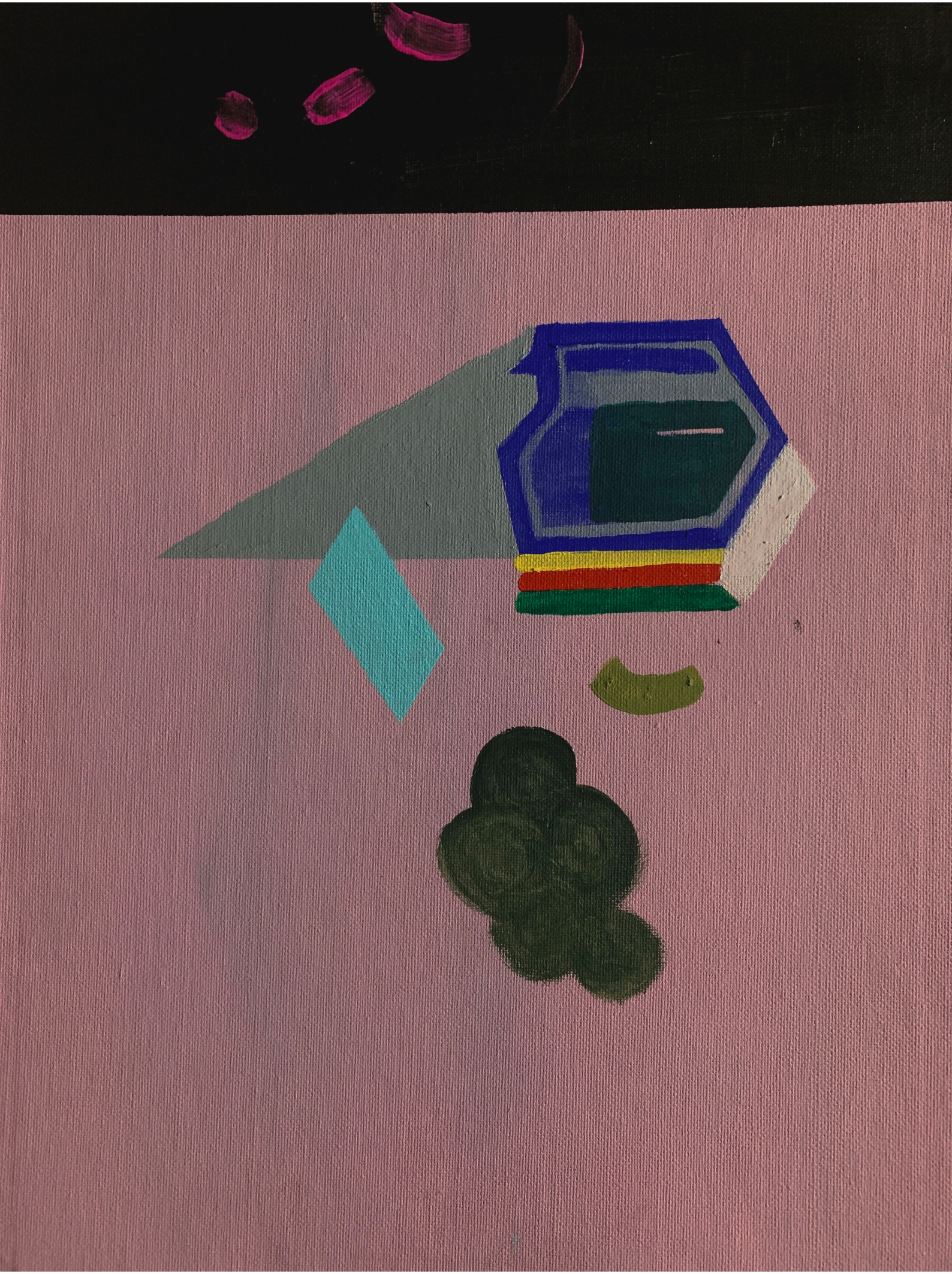
[illegible]ン」と聞い[illegible]これは素敵だと思い、
一生懸命に母乳を飲んでいる息子（当時３カ月）の
背中を撫でたところ、
「気が散るからよせ」という感じで、振り払われました。
――『今日のハートブレイク』より

4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

3
13
水
WED
072

14 木 THU 073

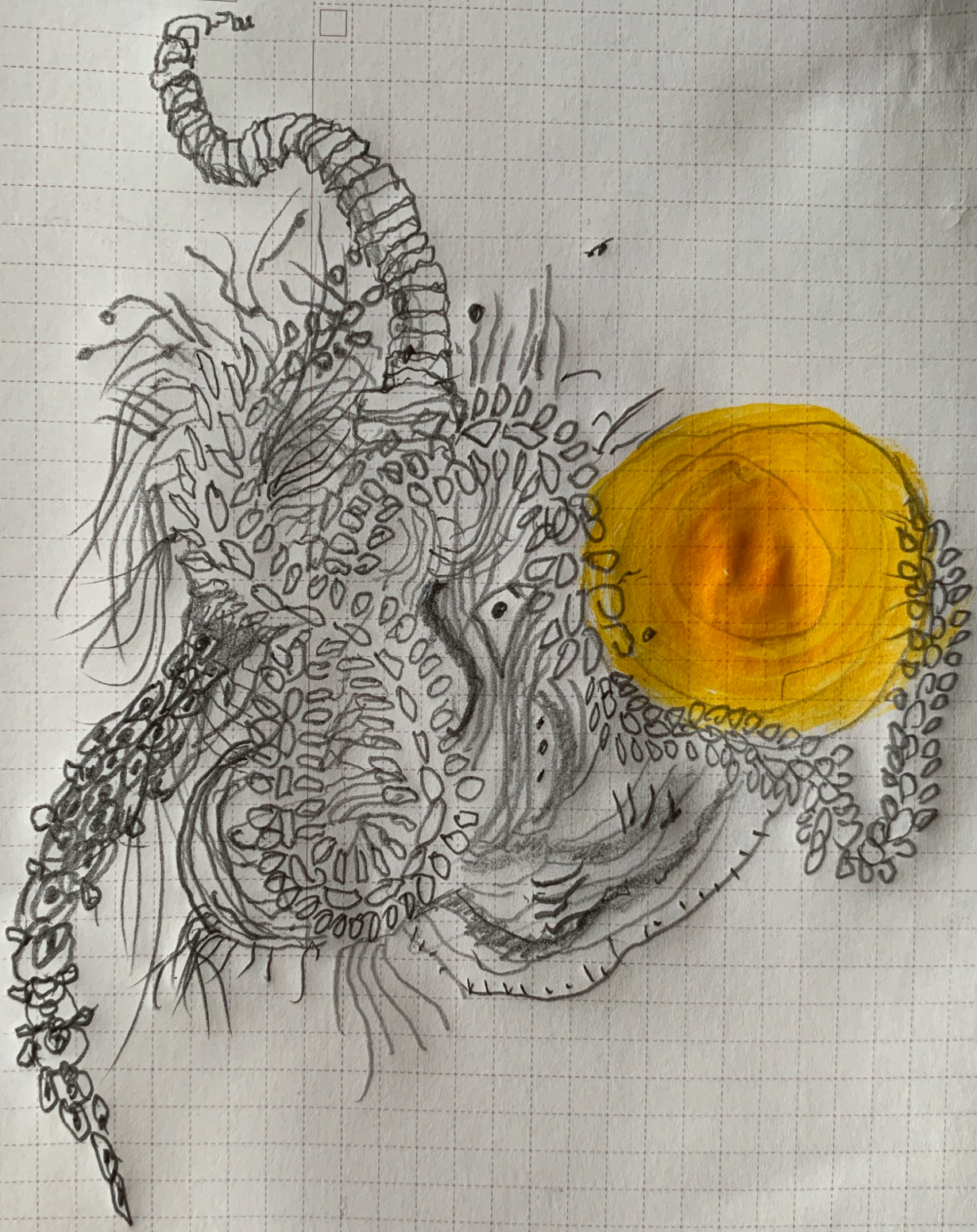
二月八日／ホワイトデー



3 15 金 FRI 074

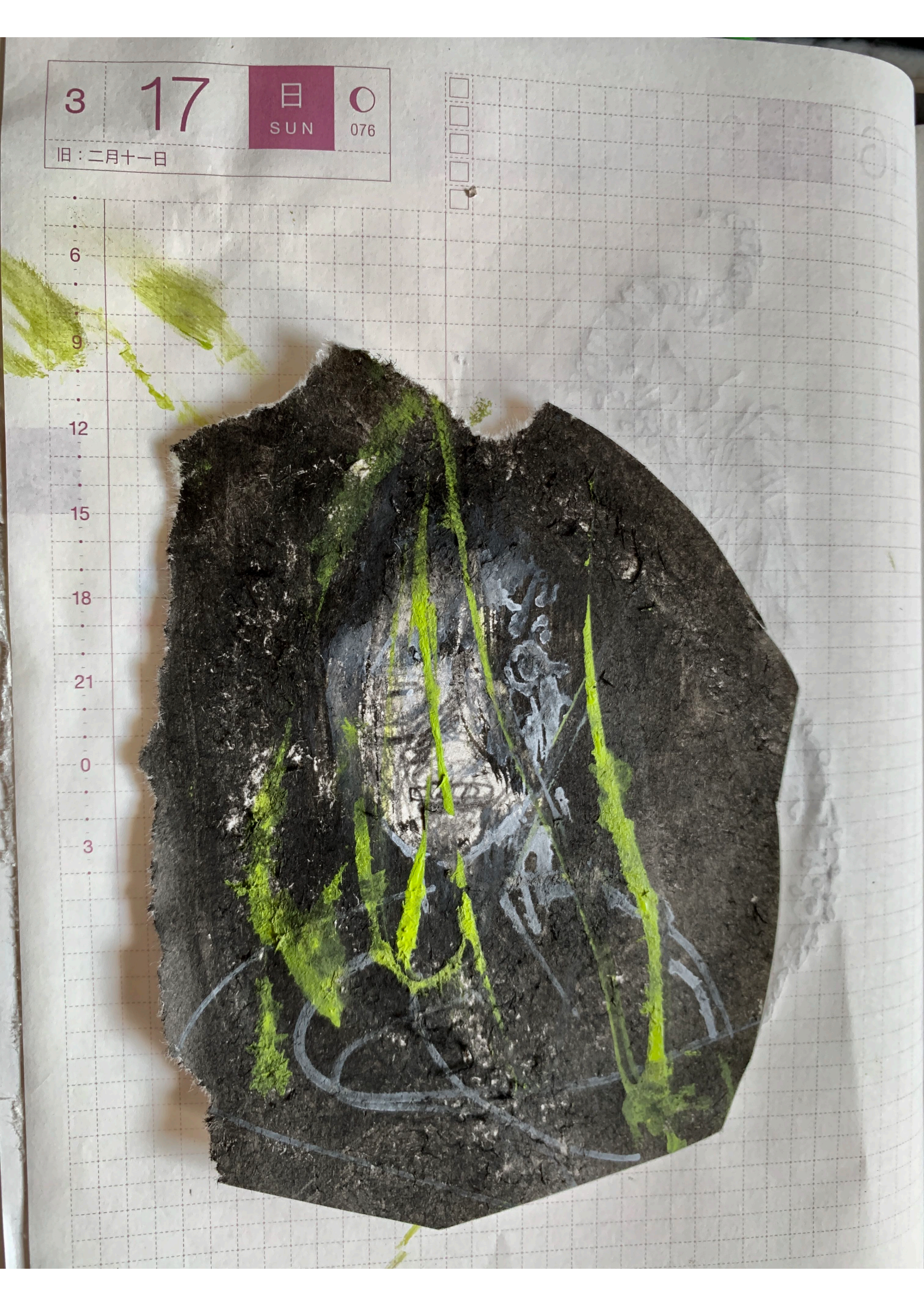
3 16 土 SAT 075

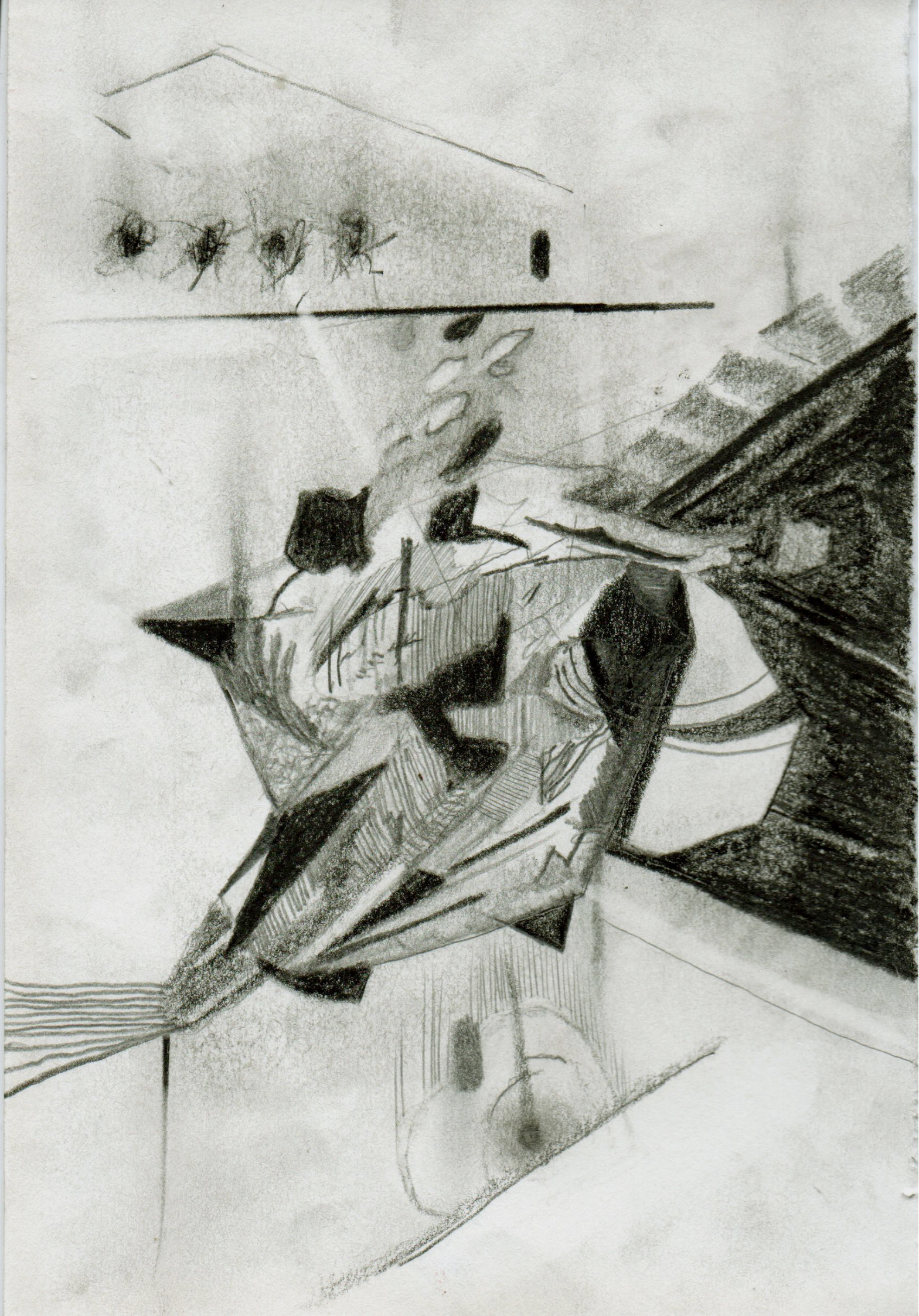
日：二月十日



3 17 日 SUN 076

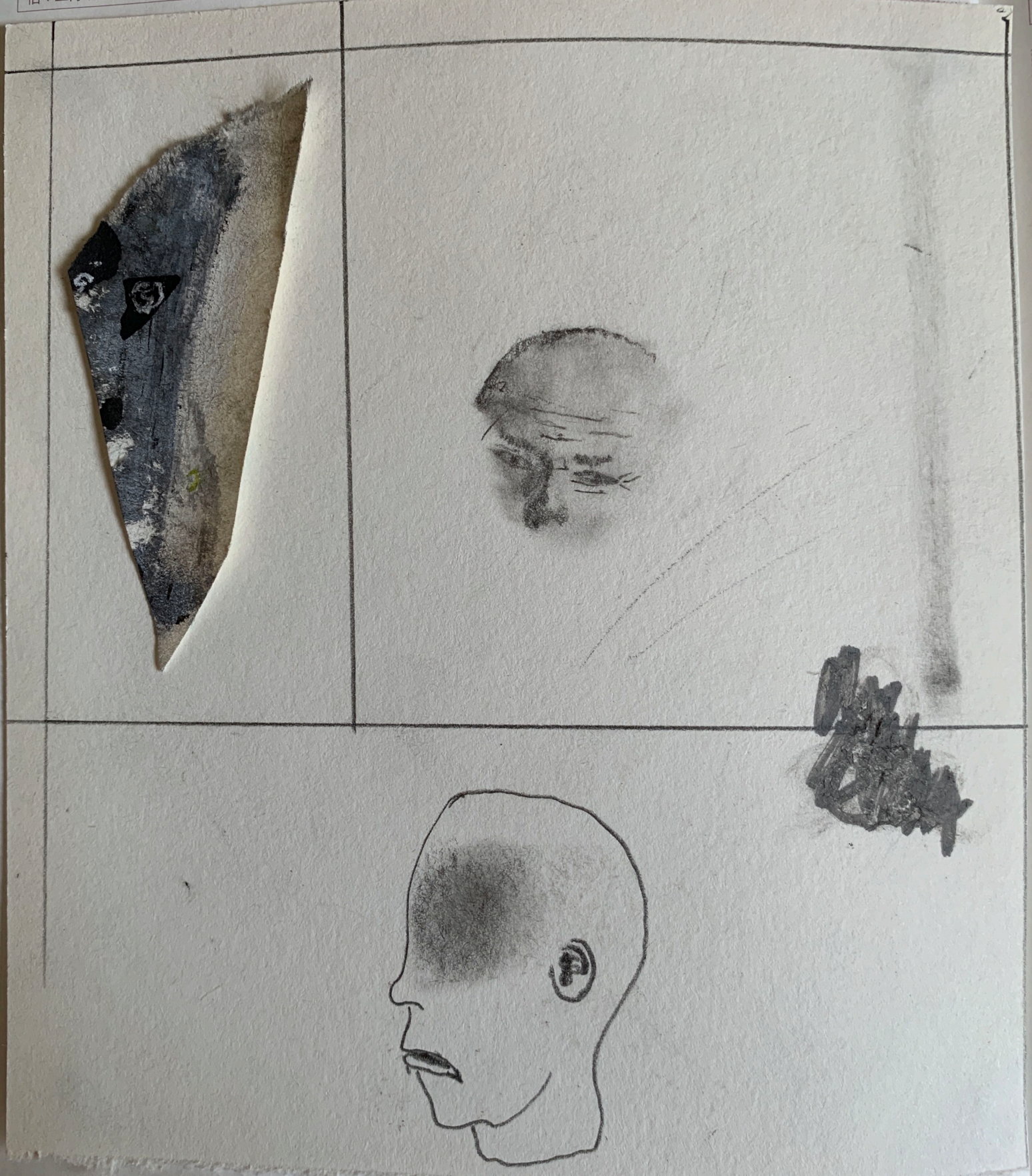
旧：二月十一日





3 19 火 TUE ○ 078

旧：二月十三日



「書を、上手いか、下手かと考えること」。これが書を見えなくする、一番の理由です。
上手いか、下手かなんてものはね、小学校の学習進度の問題であって、書そのものの
問題ではありません。みんなが書道の教育で嫌になるのも、上手い、下手を気にして、
「下手だから、もうやめた」となってしまうから、書は

3 22

旧：二月十六日／社日

6

9

12

15

18

21

0

3

ぼくにとって

「弱み」だと思

見せてほしい

ぜんぶがぜん

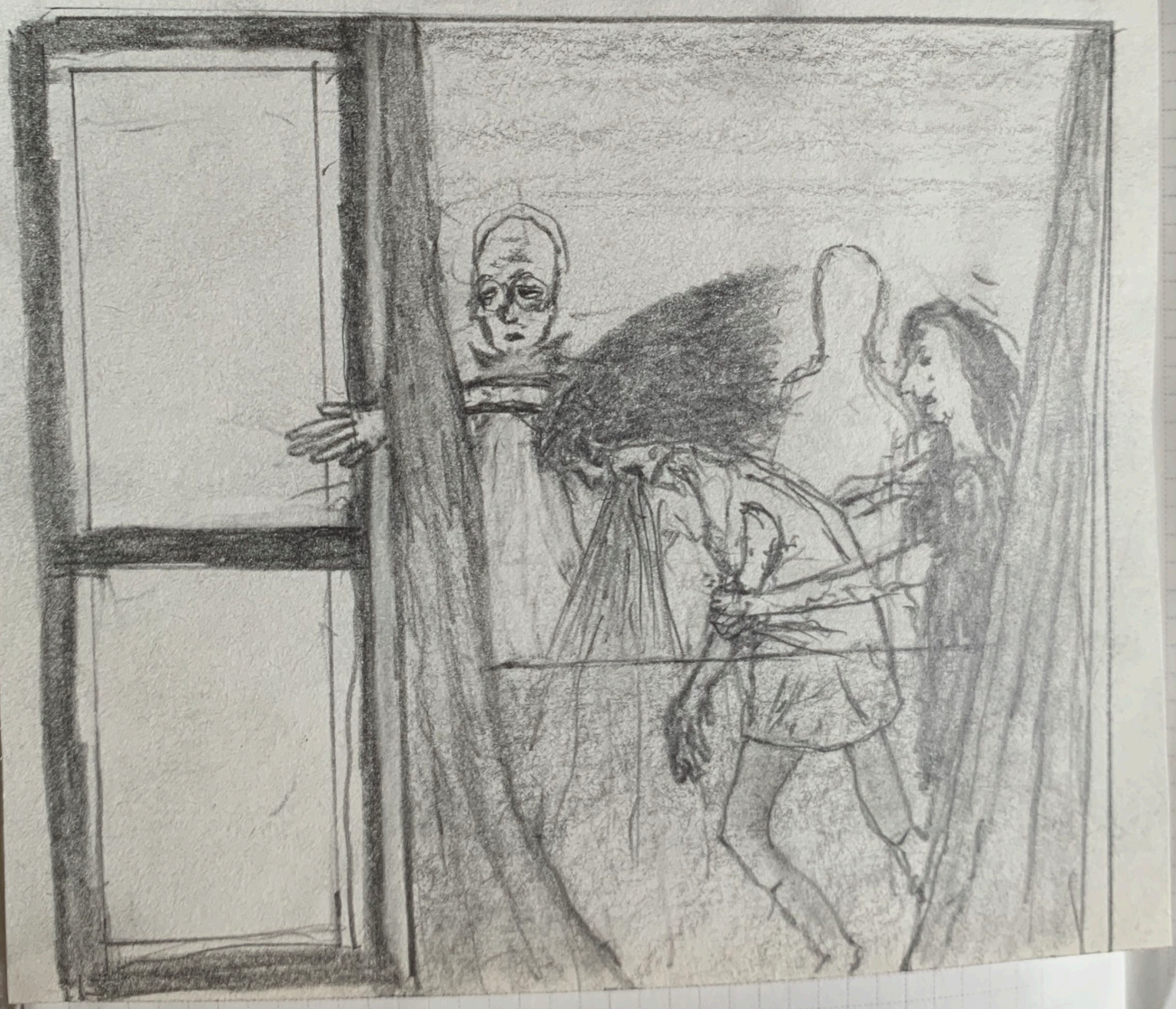
「白鵬が転ん

—— 塩野米

3 23 土 SAT ○ 082

旧：二月十七日

6



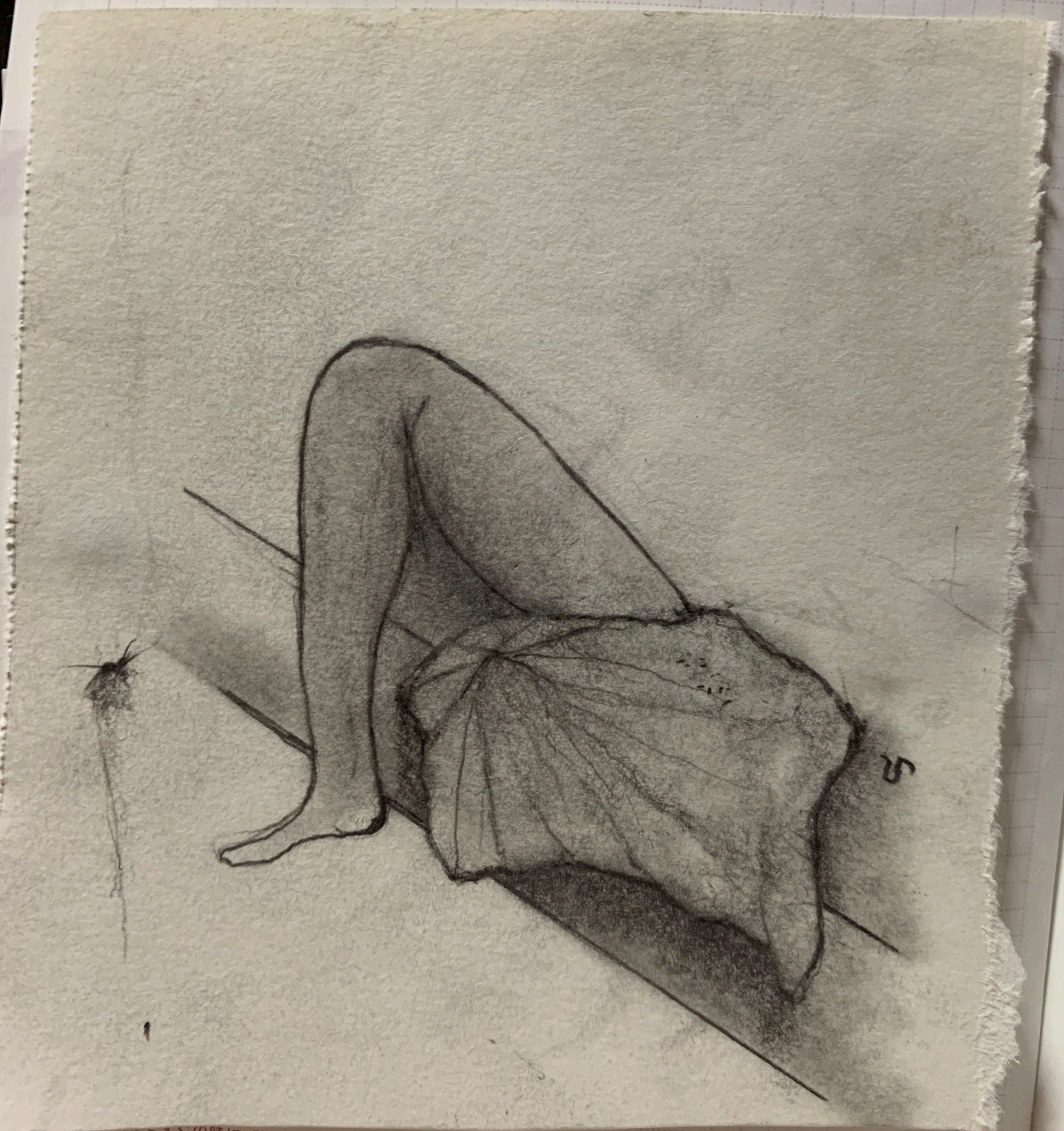
いま、やっている、石拾いやら切り株の掘り出しは、ほんとうは、未来につながっている。
荒れ地はやがて輝く緑に変わるはずだ。牛や馬が草を食む景色が、心に描けるだろうか。
この先に、朝日に輝くりんごが見えたら、ぼくらの動きは、きっと違っているはずだ。
「なにしてるんですか？」と、荒野で訊ねられたときに、石を拾いながら
「りんごをつくってるんです」と答える。そうなんだよな、りんごが見えてるか否かなのだ。
—— 糸井重里が「今日のダーリン」の中で

3 24

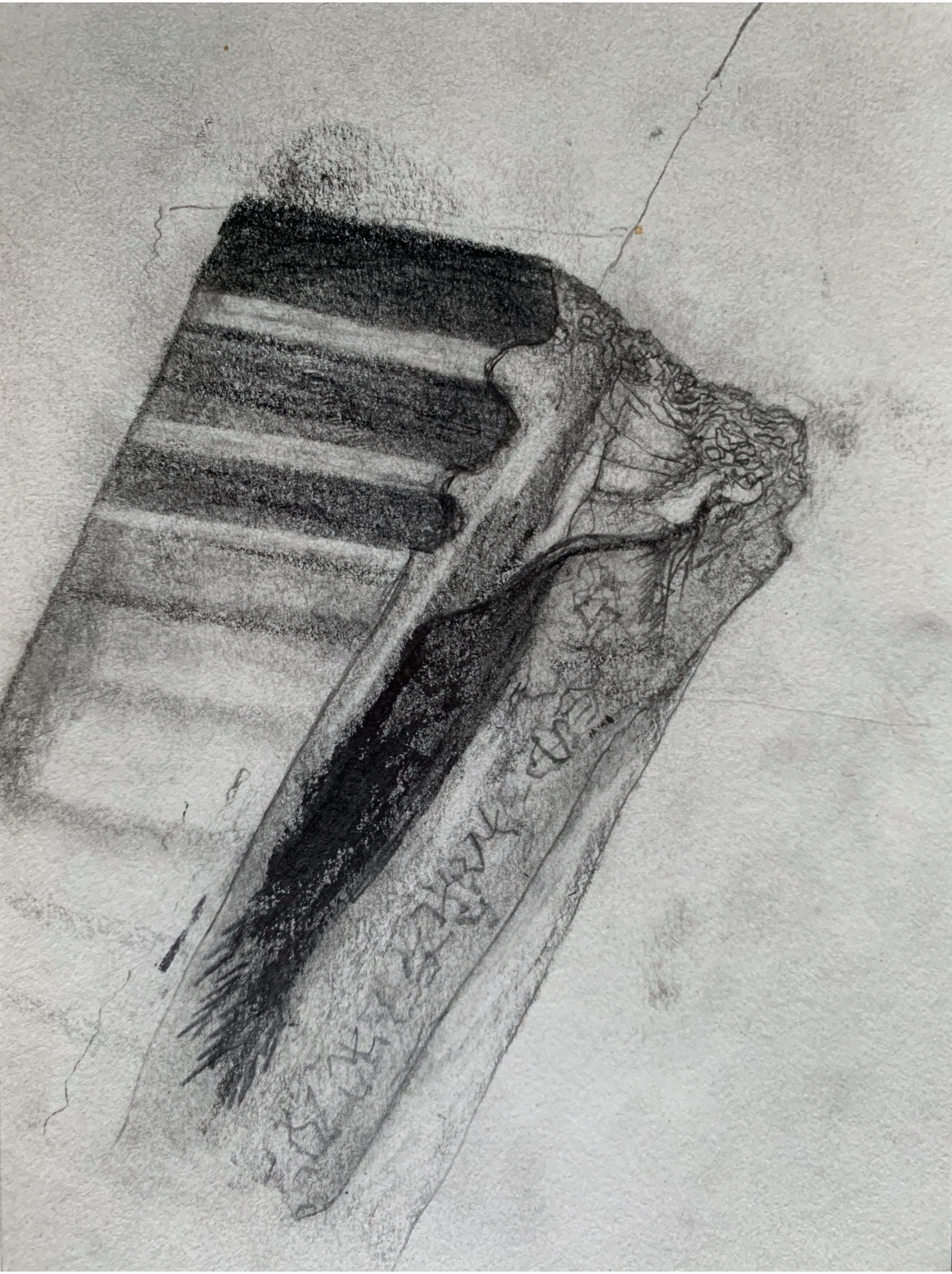
旧：二月十八日

6
9
12
15
18
21
0
3

両手で持っている
読んでいくときも、
左手には、まだ知ら
絵巻は、そういう
—— 上野友愛さ



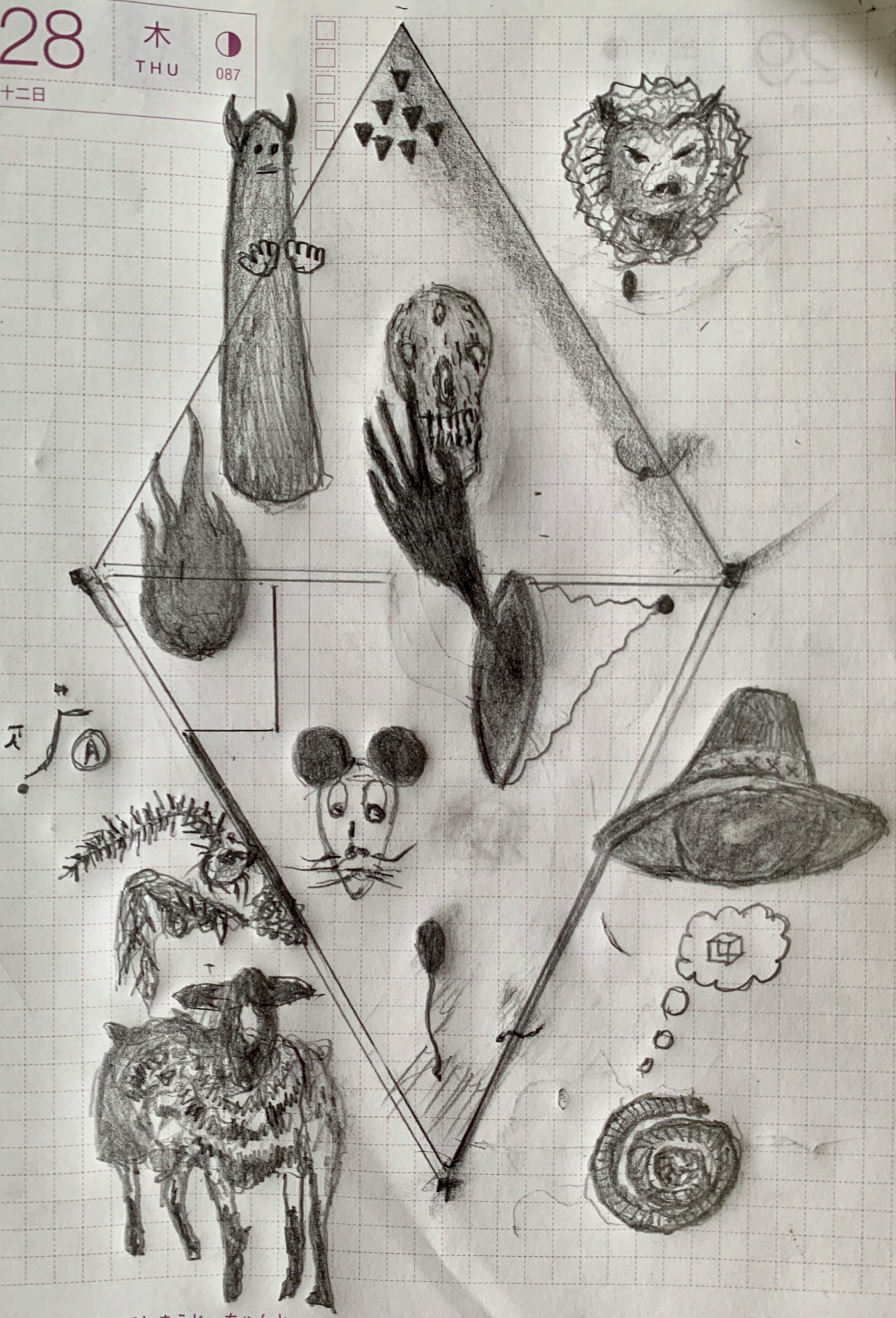
ぐの時に、私の次にトップさんになられた方の公演を拝見したんですよ。
でも観に行くと「この人たちは、ここに来るまでにどれだけの思いをしてここに」
と思っちゃうのね。だから、冷静に観てられない、泣けちゃうの。
だからなんか、客席で観るのもなと思って。嫌いなわけじゃないんですよ、
自分が人生を、青春をかけた場所ですから。とても大事すぎるんでしょうね。
―― 天海祐希さんが『天海祐希さんと、副菜ごはん



3 28 木 THU 087

旧：二月二十二日

6 9 12 15 18 21 0 3



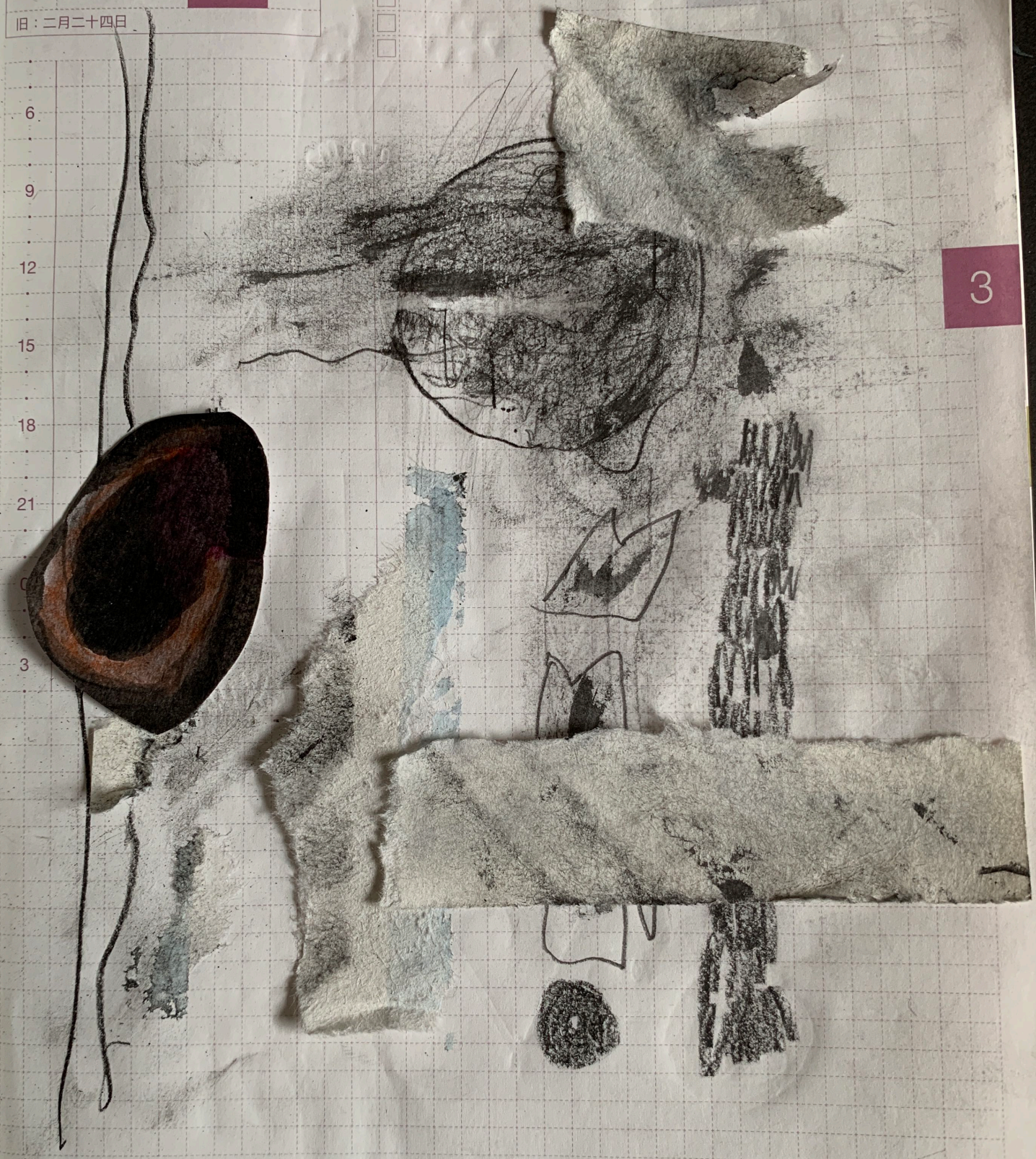
3

目的地へ急いで行ってしまうじーちゃんと、
マイペースに荷物を整理する、ばーちゃん。
「あの人いつもわたしのこと置いていくのよ〜」
すると、30メートルほど先でじーちゃんが立ち止まった。
「でも、ああやって気づいてくれるからいいの」
「ばーちゃん」より

月 火 水 木 金 土 日
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28

3 30 土 SAT 089

旧：二月二十四日



3

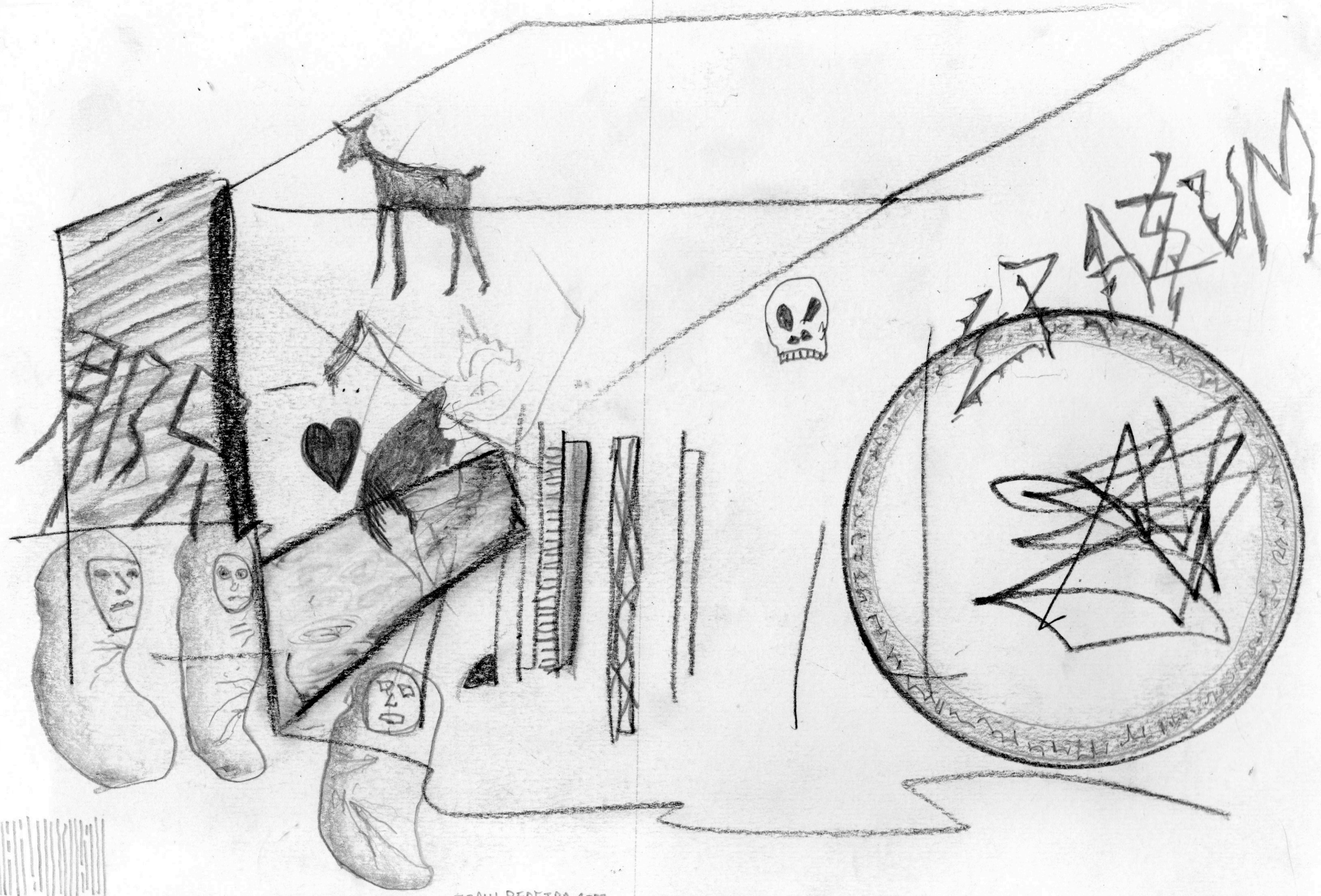
ここにいない誰かも、旅立った誰かも、きっと
「ああ、自分はまた一人になってしまった」
なんて思ってますよ。
ここに残るという選択は、ここを離れるという選択と、
どこまでも対等だと思います。
―― 燃え殻さんが『ボクたちはみんな大人に…』の中で

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

3 31 日 SUN 090

旧：二月二十五日

どちらにしろ、もう、４月からは前に進まないといけません。
自分の足で立たないといけないし、自分で食べていかないといけない。

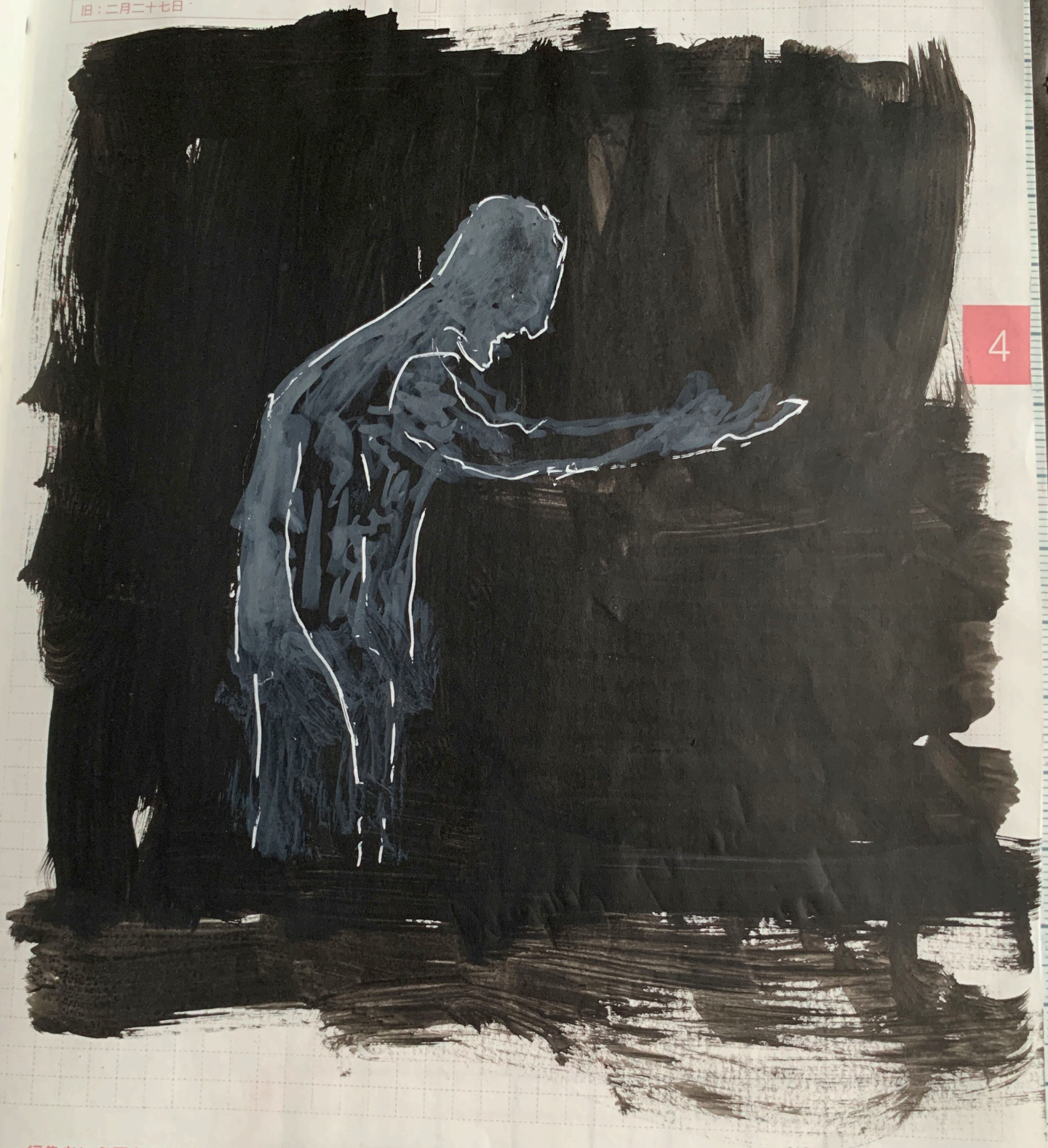


4692284364 29

IPAULPEREIRA.COM

4 2 火 TUE 092

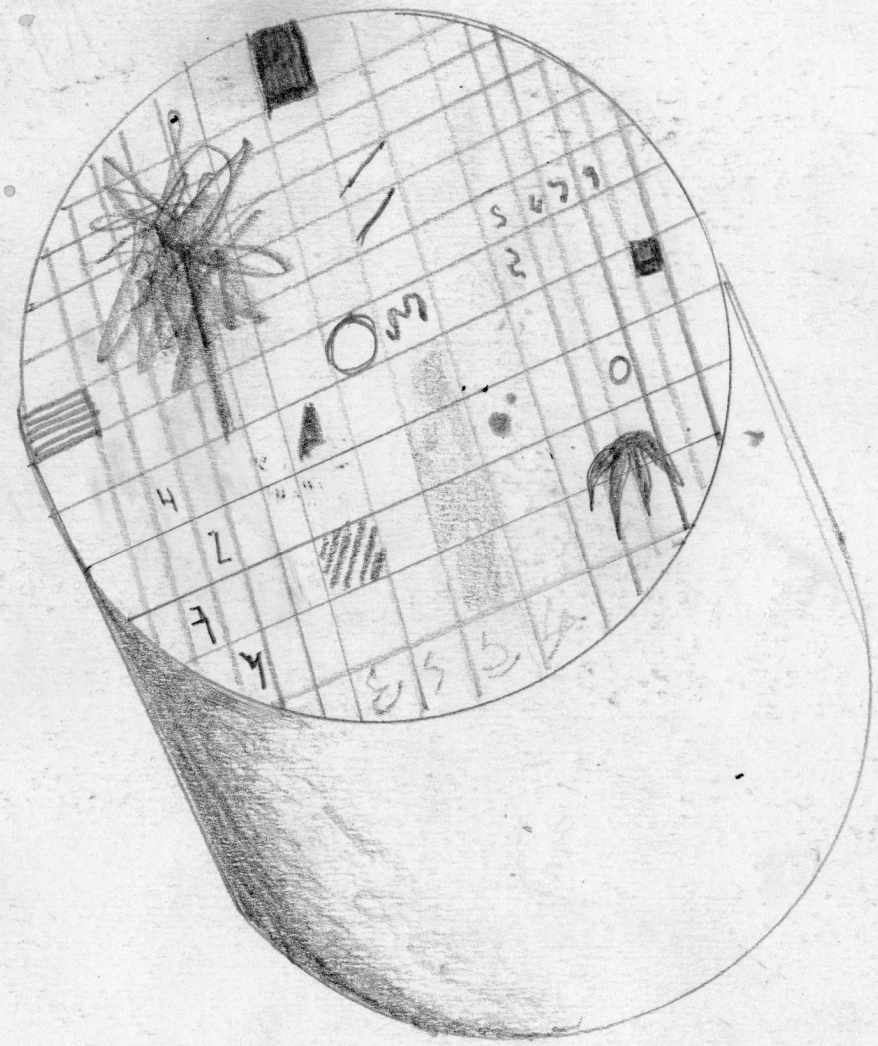
旧：二月二十七日

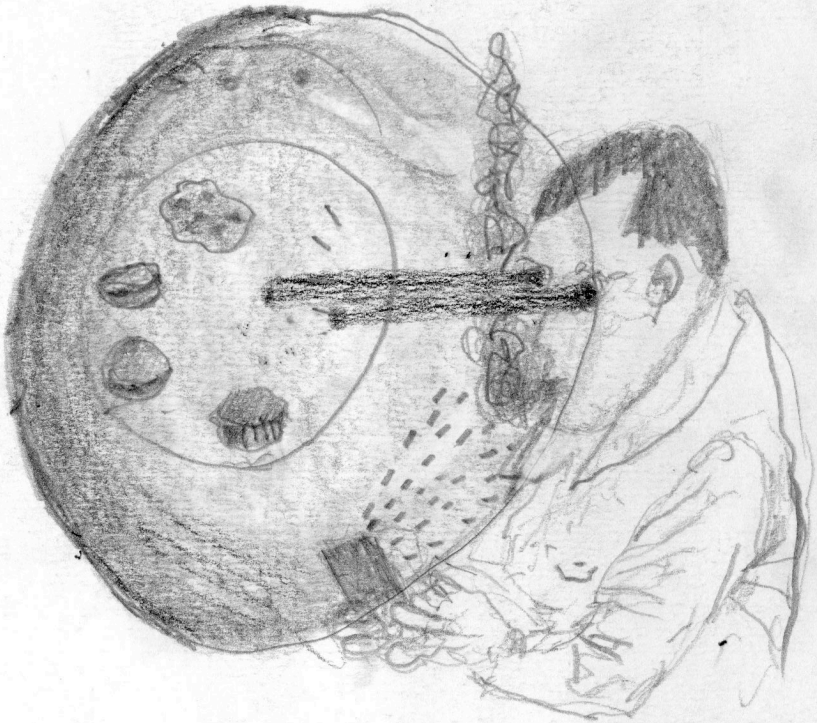


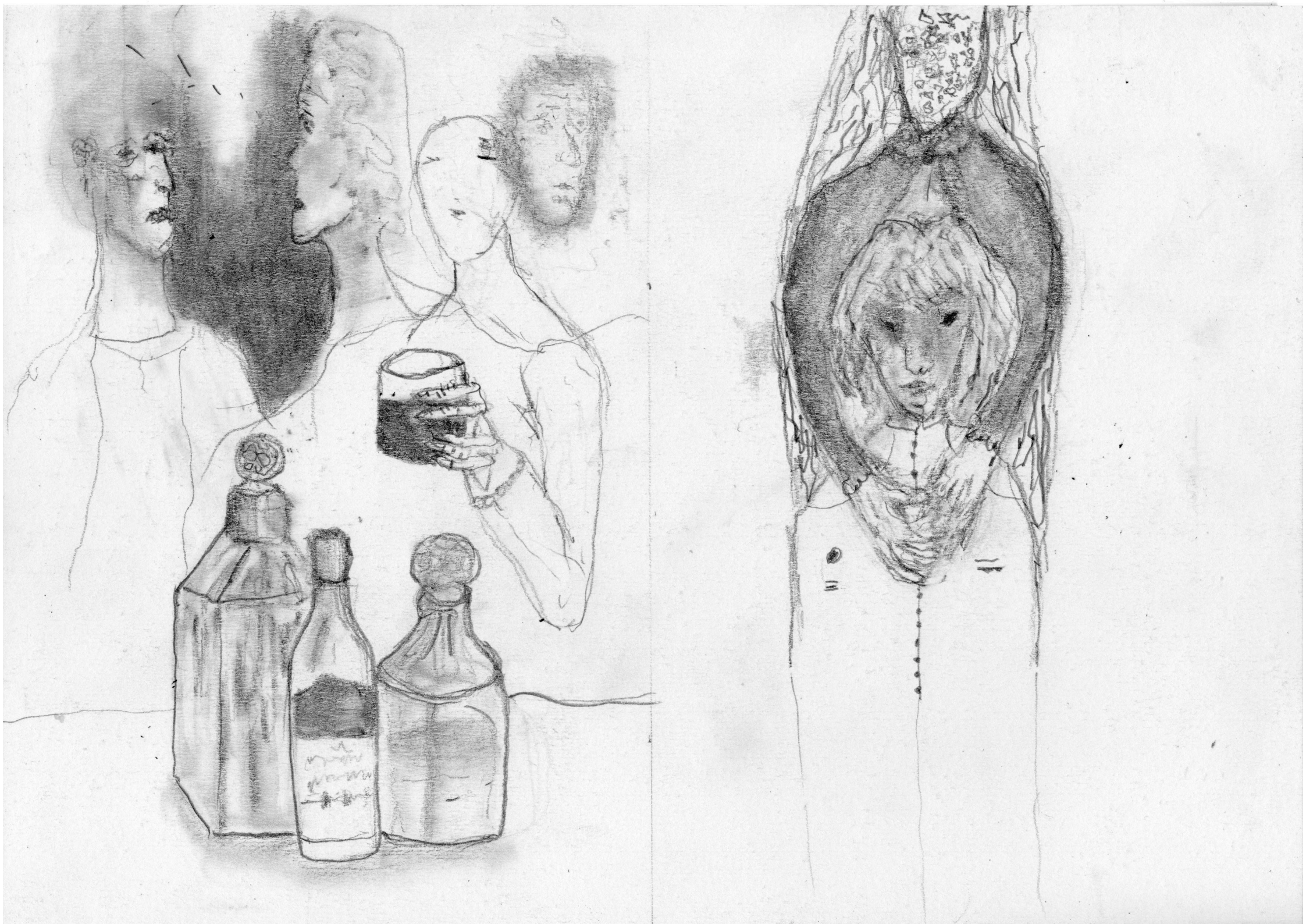
4

編集者に必要なのは、好奇心です。
好奇心があるかどうか。
ひとつのことをずっとていねいにやるのも重要なんですが、
編集で大事なことをひとつと問われれば、
それはやっぱり好奇心です。
—— 新井敏記さんが『ほぼ日編集部、SWITCHに行く。』の中で

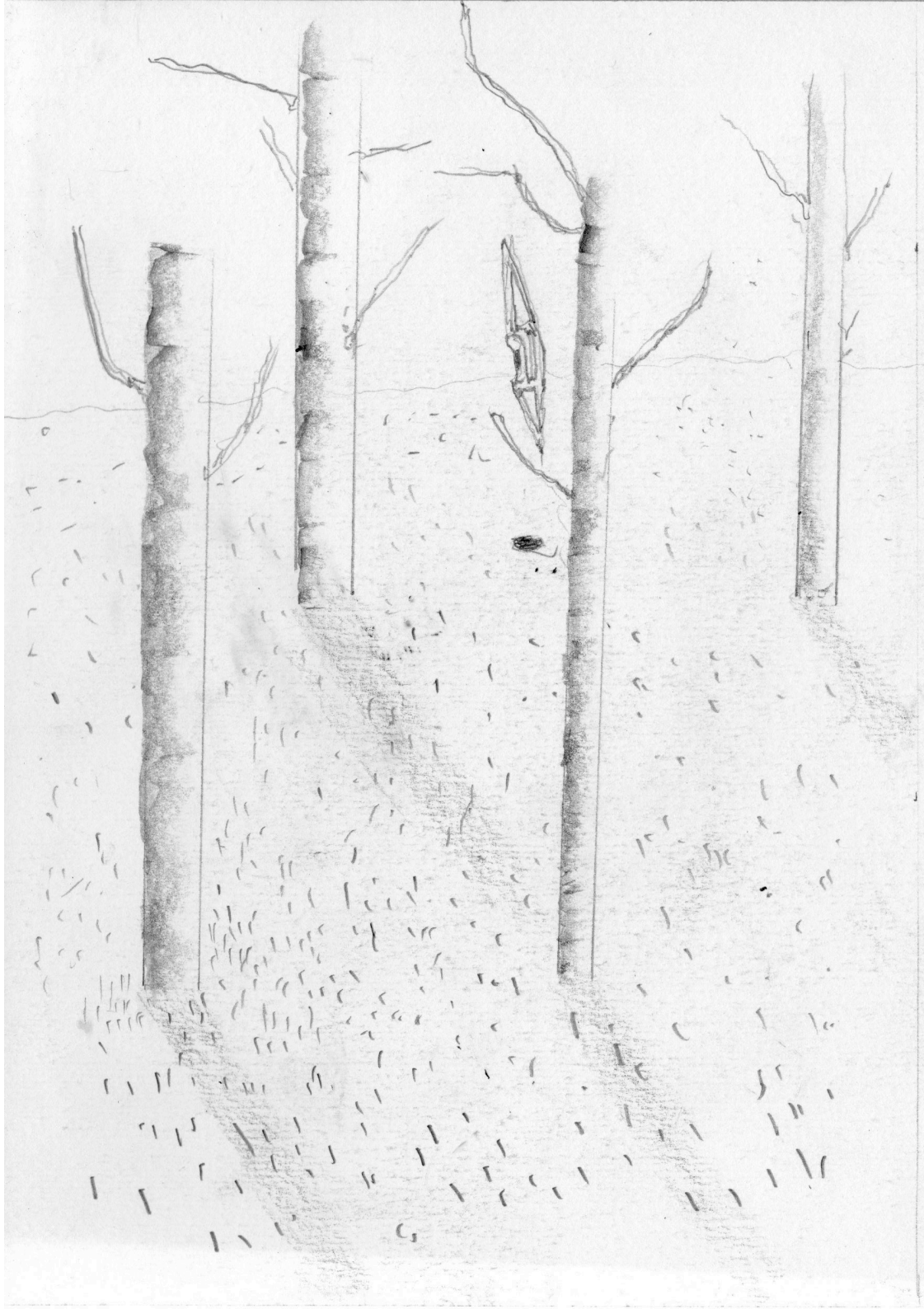
月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

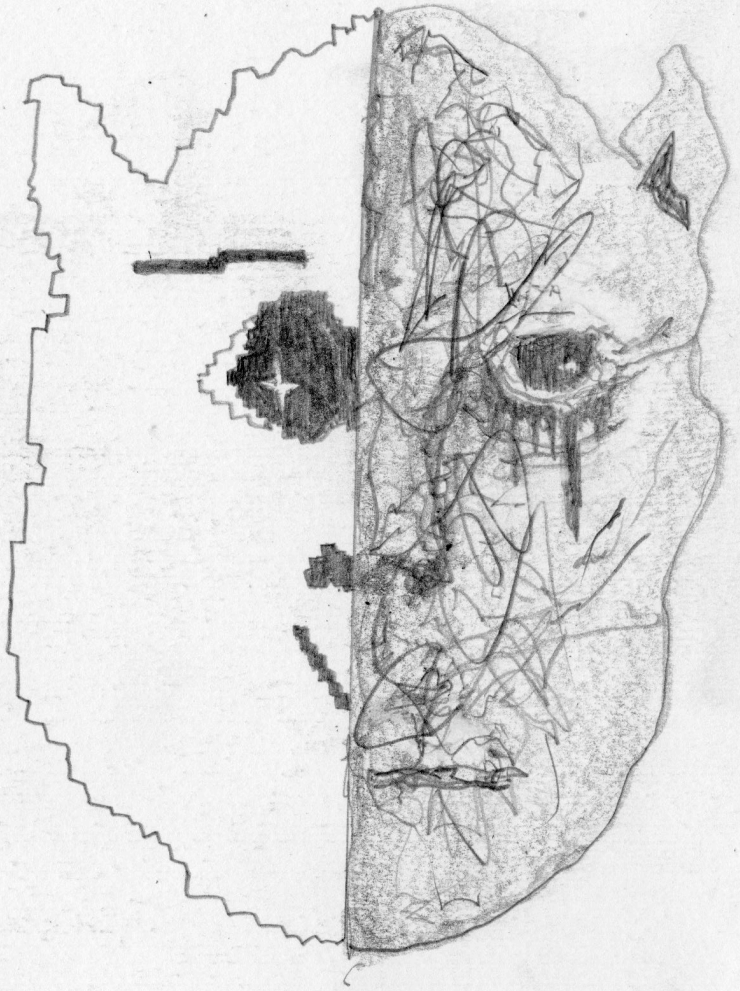




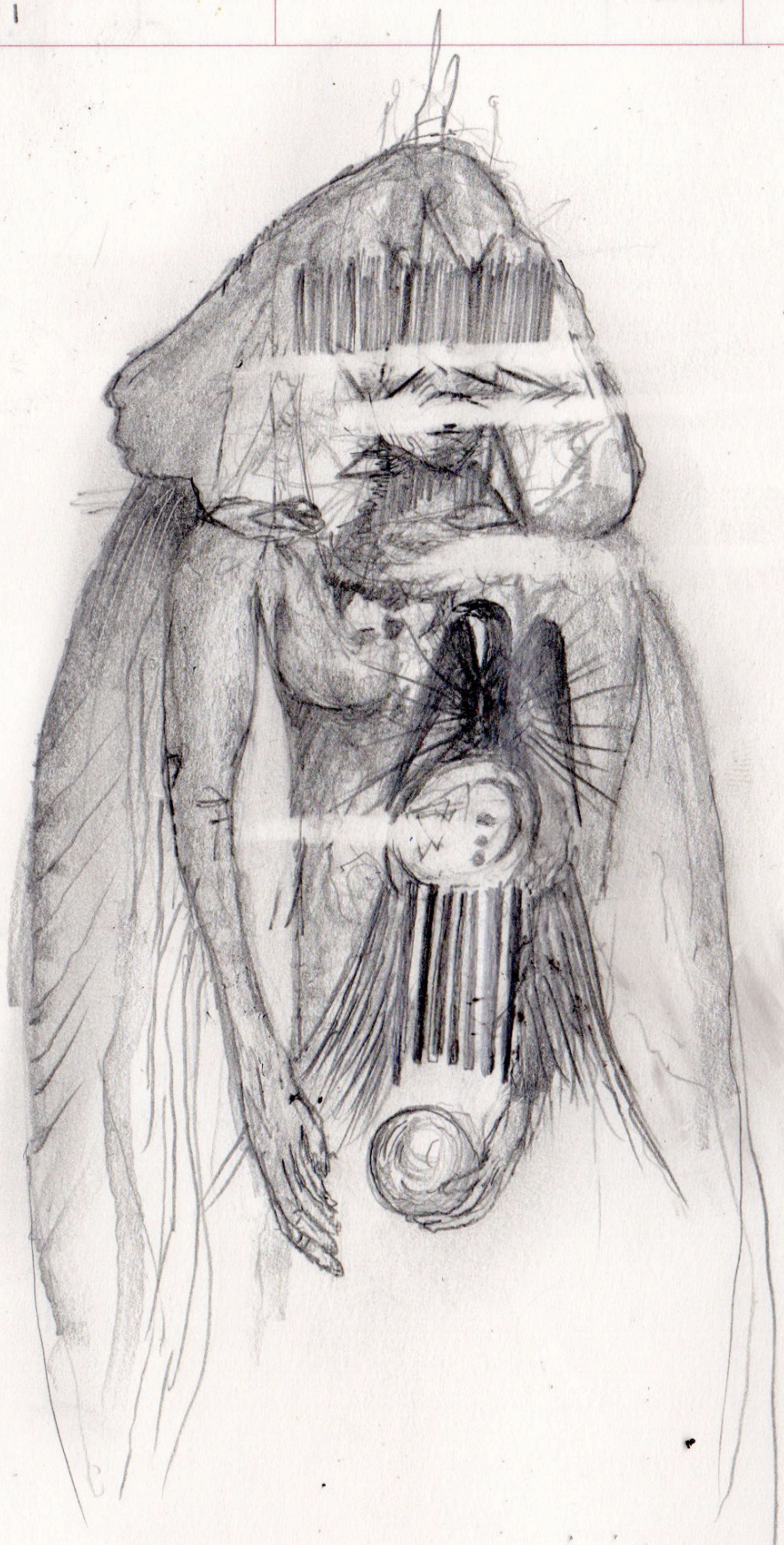


GAME OVER

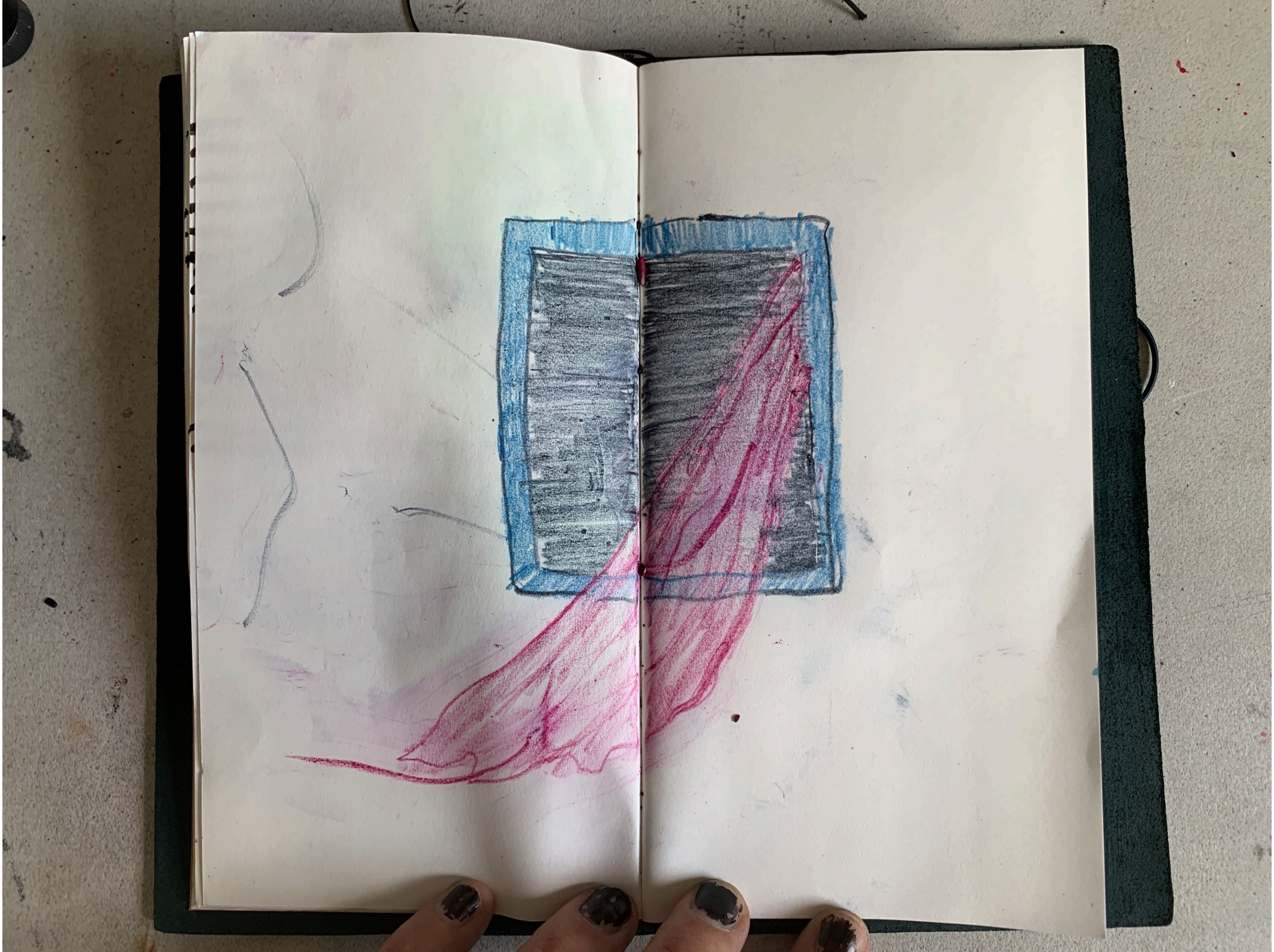


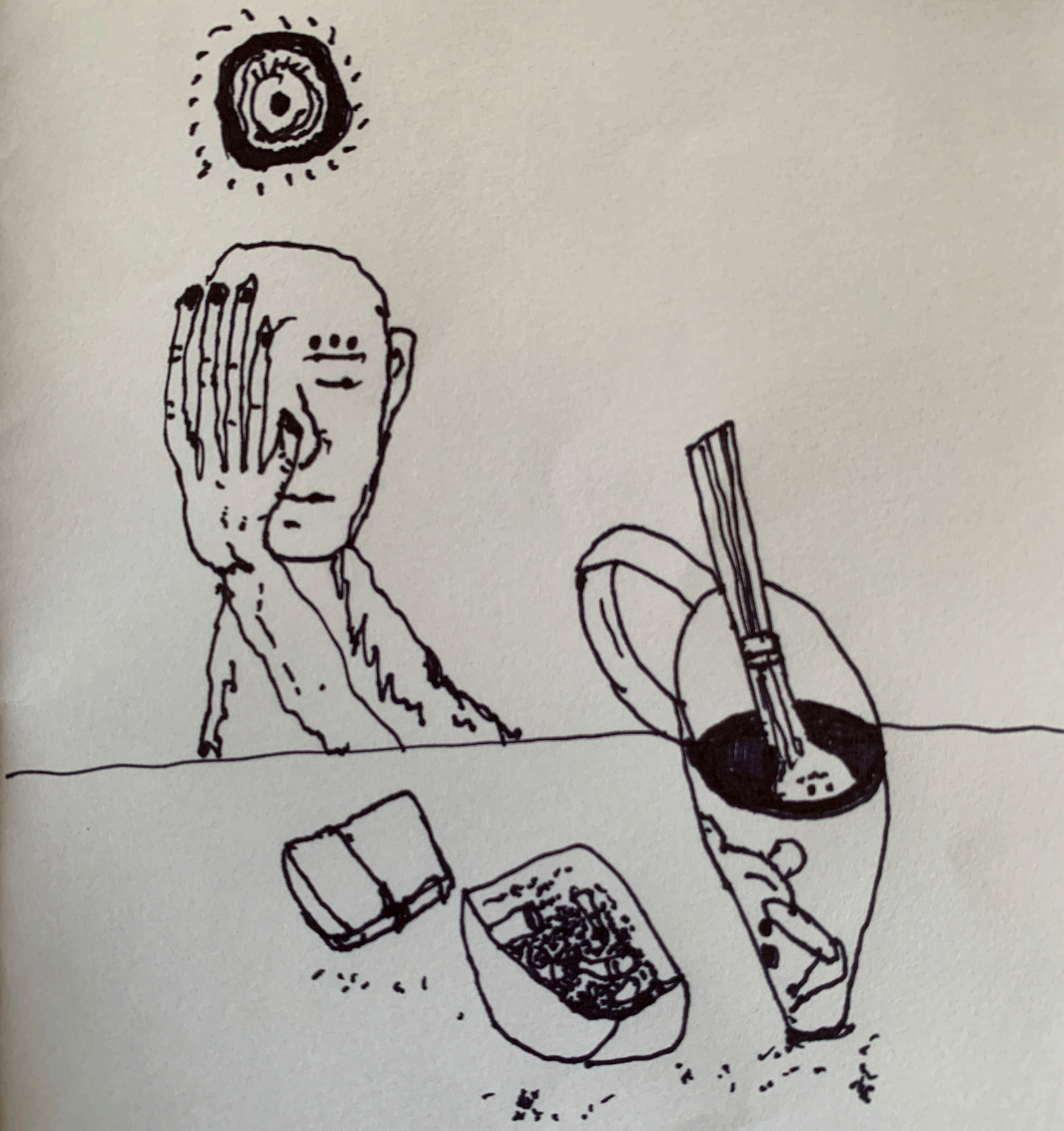


1/1 - 2/1



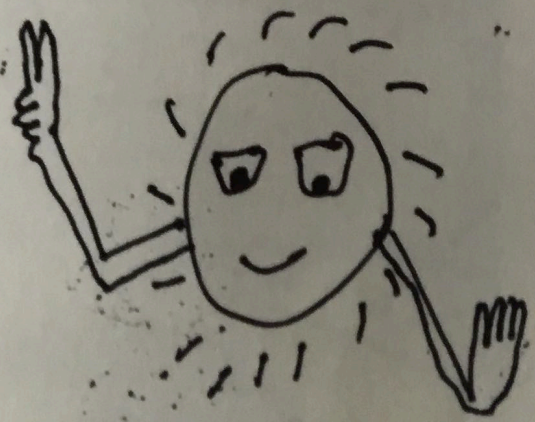
The feeding of bird brain brian

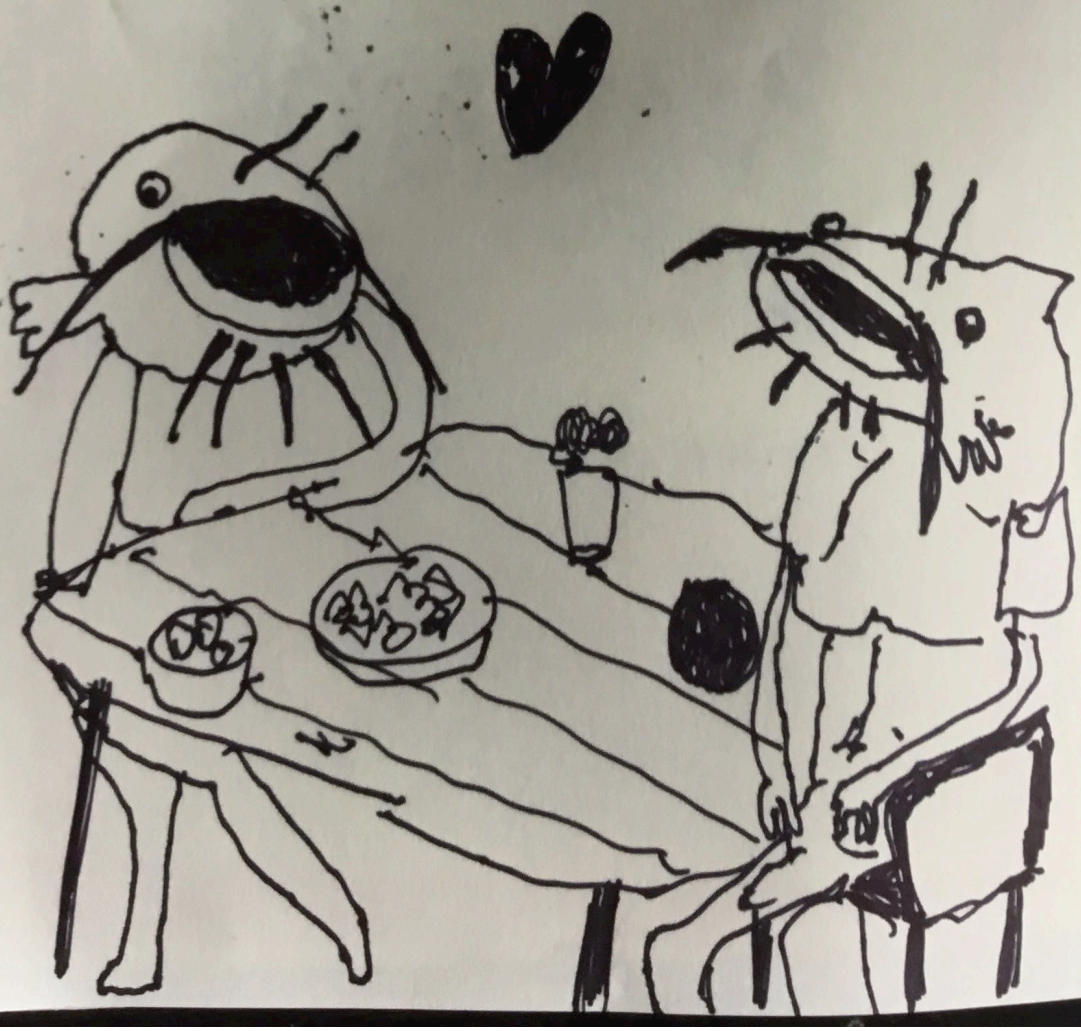




Close one eye to your world of burden and have breakfast for champions. (coffee + cigarettes)

Catfish women doing brunch
(benediction of sol)

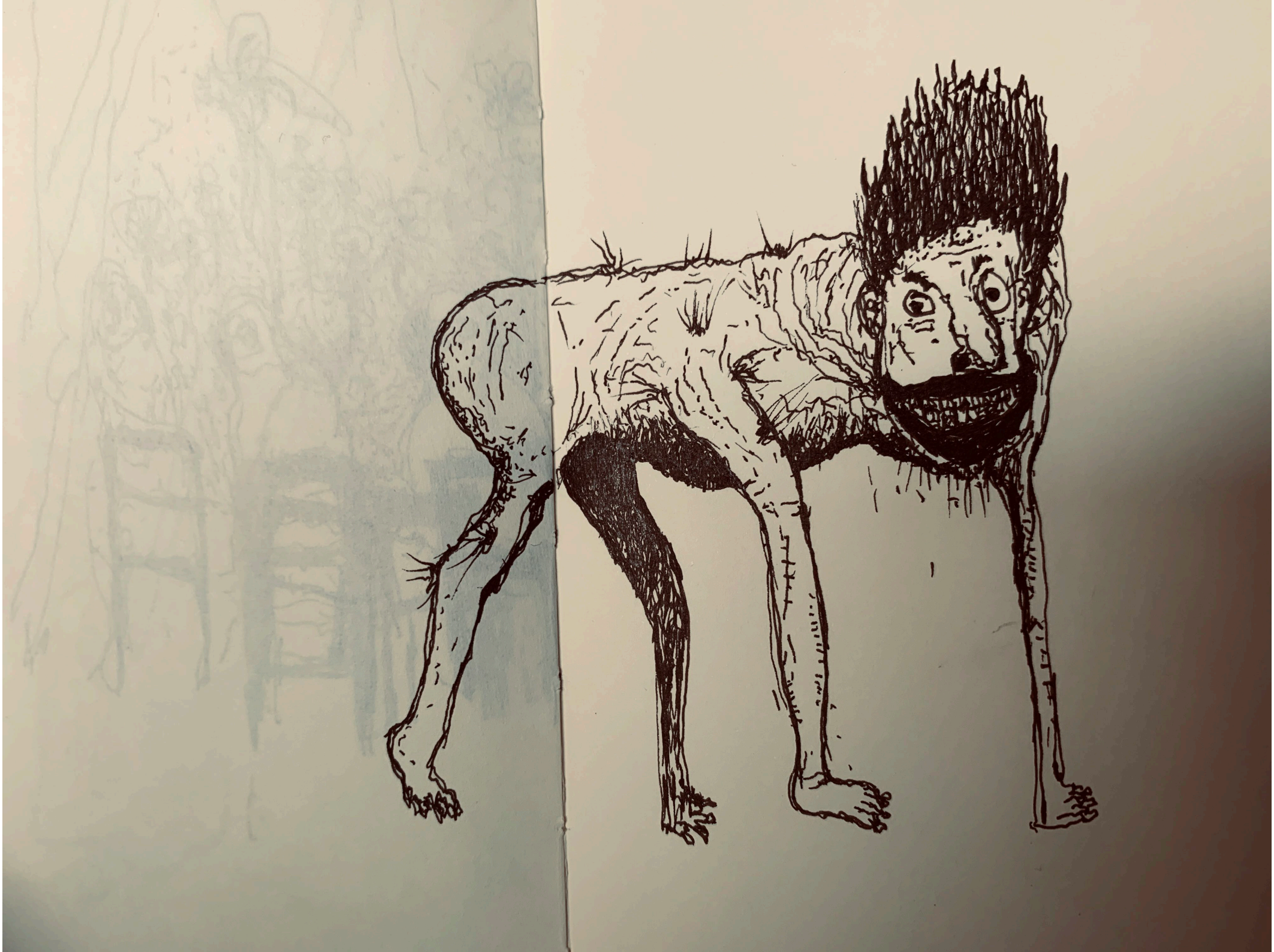




"a complex man completes a simple ritual."

Jaasfvana

The



DOODLE BIRD

$666

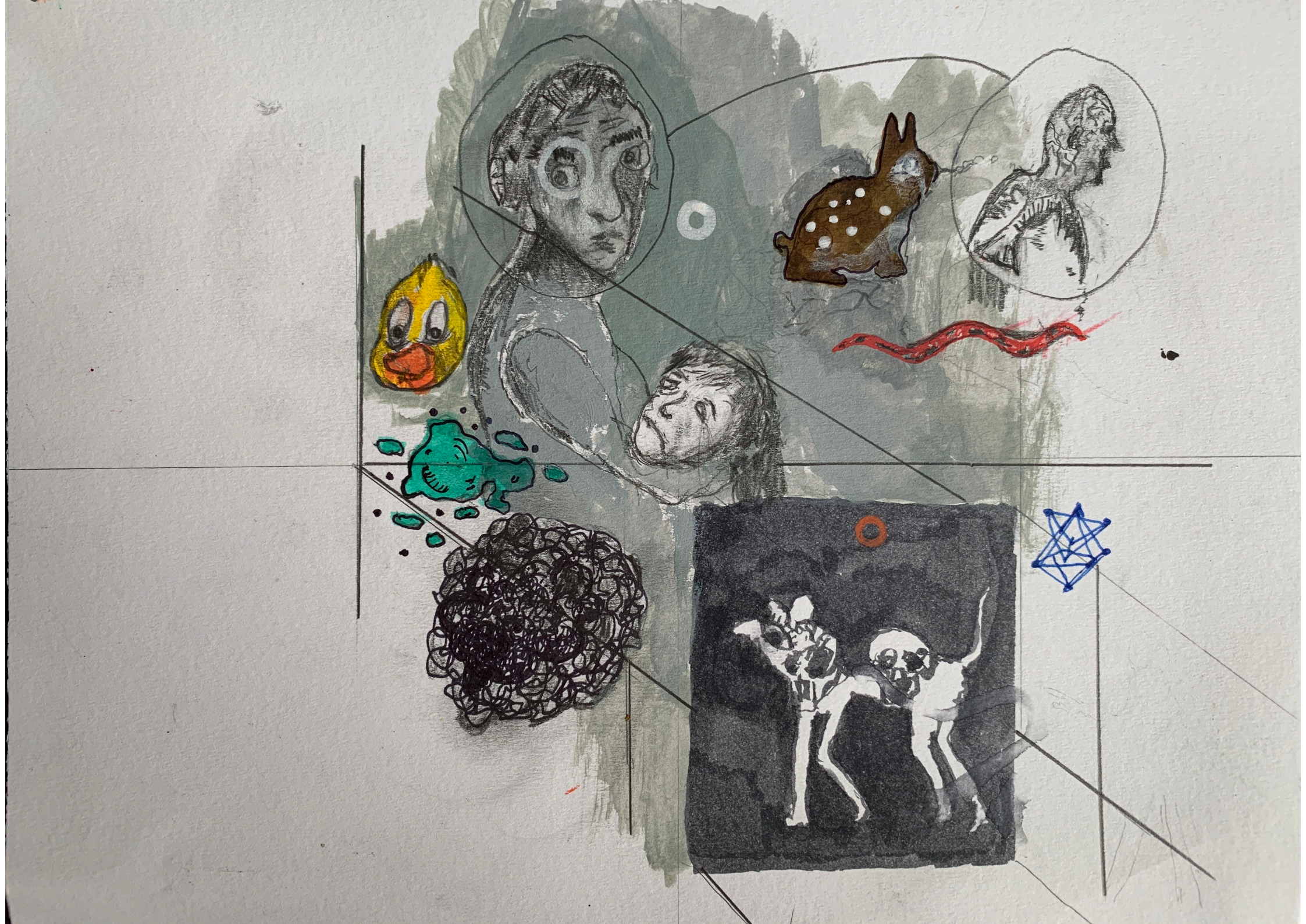
1 of 1

Doodle bird manifesto

I, bird, Cabaret
$666 for a night
black coffee pliz
bring bunny, feed frog
I, bird, complicatedness

brother, sister, hand, dog
pony bird ~~foot~~ drip food to crotch
black ghost pocket money
three fiddy please
bird brain brian eat worm
worm smoke smiley cigarette

Sol bless bird
give snake eat fuk boi
"muscle man, muscle man"
poke eyes with heels
watch face is praying
giant woman eat ~~me~~ humanoids
during cracker party
bye bye



2 1 金 FRI 032

旧：十二月二十七日

LOVE, LOVE WILL TENTACLES US APART, AGAIN

2

去年よかった選手が悪くなる。
ずっと伸び悩んでいた選手が急によくなる。
そういう波はやっている選手にもぼくらにもわからない。
逆にいうと、それが怖いから、
毎年練習するんじゃないですか。
—— 村田真一さんが『勝つって、こんなにうれしいんだ。』の中で

月	火	水	木	金	土	日
				①	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

HAPPY BIRTHDAY

2 3 日 SUN ● 034

旧：十二月二十九日／節分

節分の朝、起き抜けに4歳の息子が一言。
「鬼祭りって、今日？」
なんか鬼が楽しそう。
――『言いまつがい』より

2

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

2 4 月 MON

旧：十二月三十日／立春

2月4日は、「朝ごはんにアイスクリームを食べようの日」です。
そんな日があるんですね。なんてすばらしい日なんでしょう

Peppa Sprayed Pig

6 水 WED 037

月二日

you will both meet a tall, dark, handsome

大切なのは、地面・床と「しっかりコンタクトしている」という意識。
左右の坐骨で上体をしっかり支えます。
そこに体重を「まっすぐ下に下ろす」感覚です。
前にかがみ過ぎず、後ろに反り過ぎず、

2 7 木 THU 038

旧：一月三日

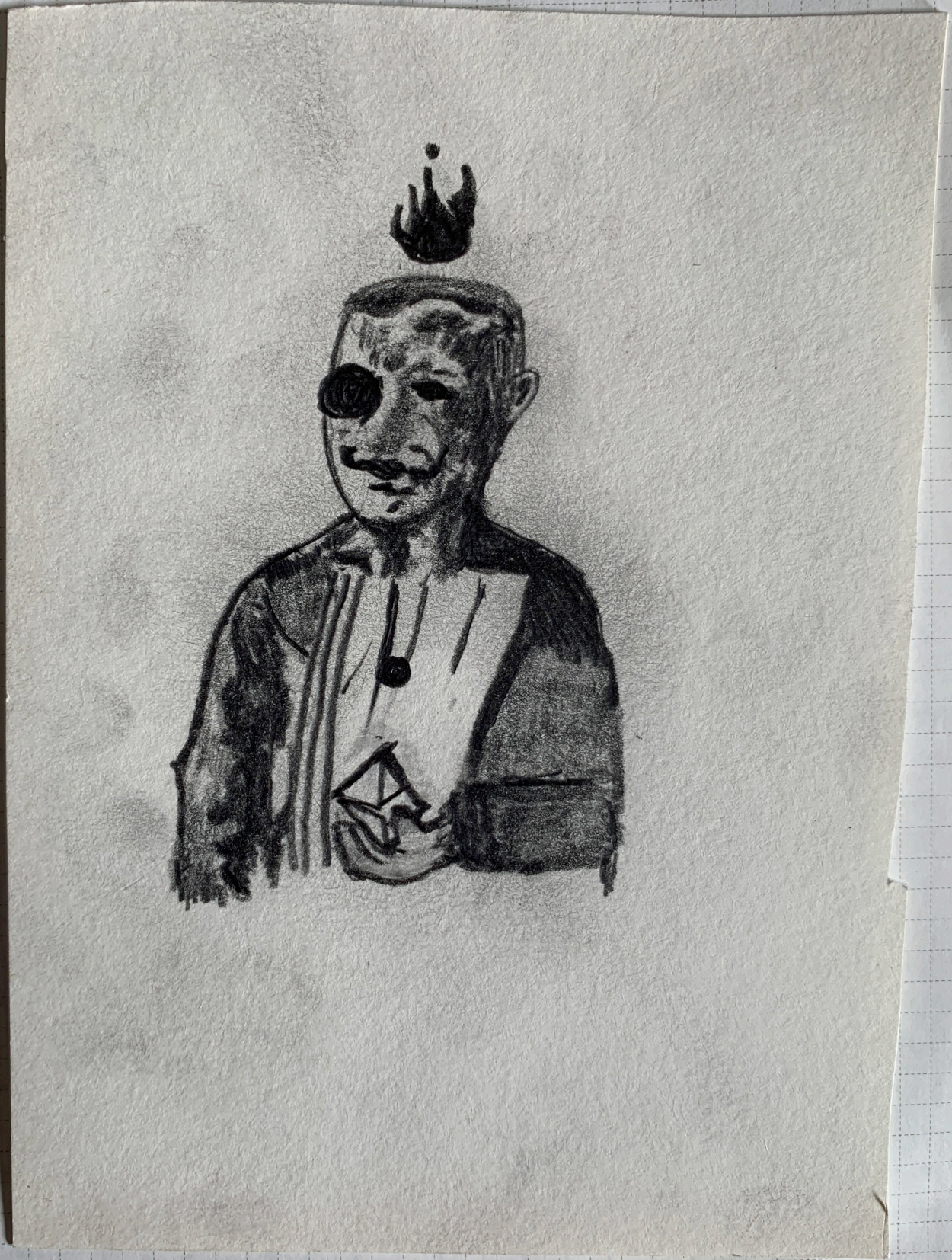
2

ある製品を作ったとする —— 着る人は喜ぶ。
それが生まれるプロセスで、作る人は満足か？
時間は満足か？
作る人の生活の糧として満足か？
それを考えて、どこかが足りない場合はただす。

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

2 8 金 FRI 039
旧：一月四日

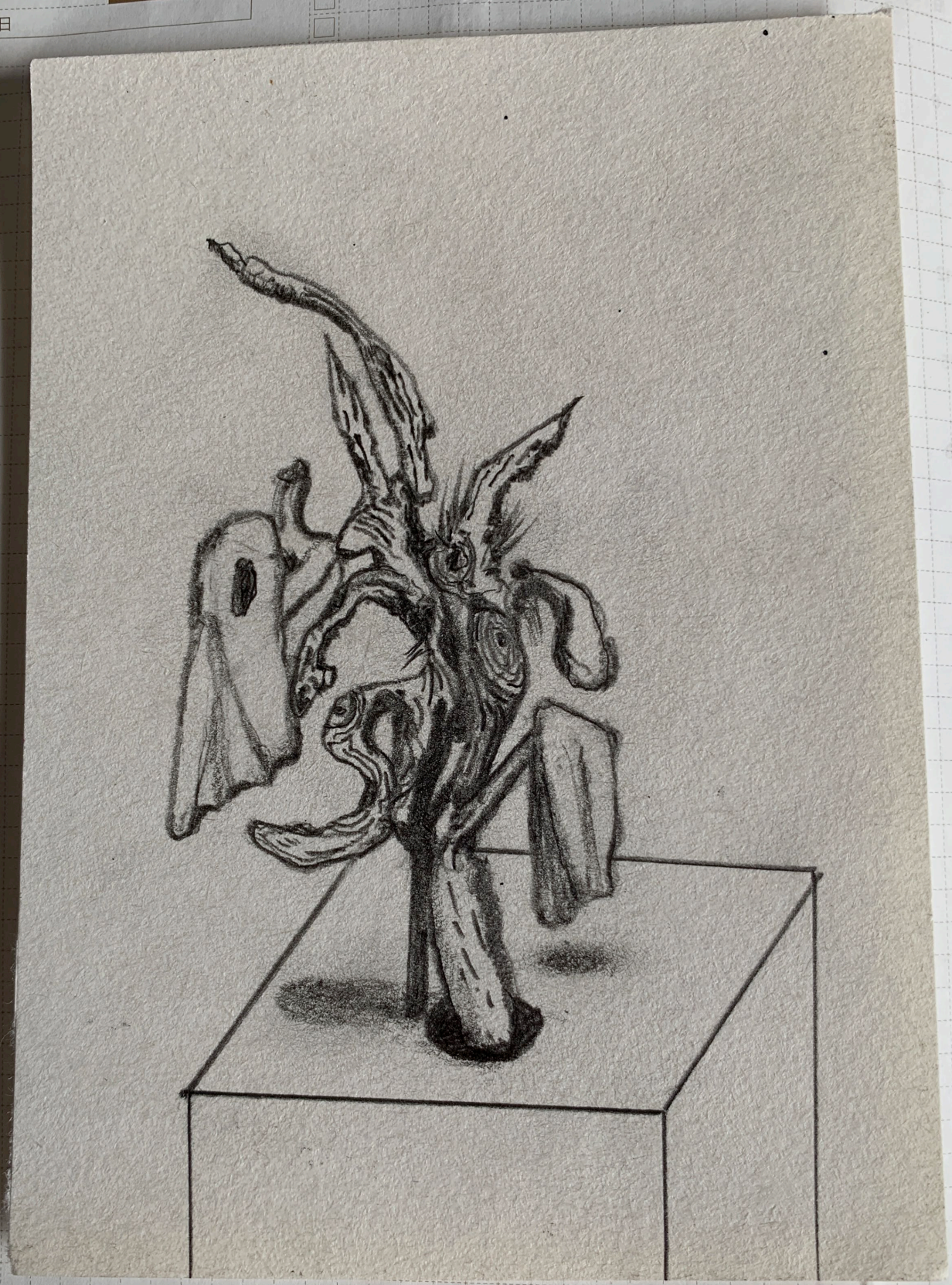
言葉はすべて、ルールの積み重ねでできていますが、ルールだけだと、本当に動かない。
既成のルールを破る人がいないと、言葉が前に進んでいかないんです。
街の言葉ですと、誰からも校閲が入らないので、どんどん好きなことをやっていこうと
するわけですね。学問のある人は、これを「間違いだ」と言うんですが、



記憶力と想像力が相反することのように
思っている人がいるけれど、それは間違いです。
記憶力というのは、組み合わせ方を身につければ、
無駄に思えた記憶も、宝に変えることができます。

2 10 日 SUN 041

旧：一月六日



ひとつのことを考えるとき、1.そのことの隣りになにがあるか？
2.そのことのうしろ(過去)になにがあったか？　3.そのことの逆になにがあるか？
4.そのことの向かい側になにがあるか？　5.そのことの周囲になにがあるか？
6.そのことの裏になにがあるか？　7.それを発表したら、どういう声が聞こえてくるか？
8.そのことでなにか冗談は言えるか？　9.その敵はなにか？　10.要するにそれはなにか？
―― ほぼ日刊イトイ新聞に伝わる『なにかを考えるための10カ条』

2 11 月 MON 042

旧：一月七日

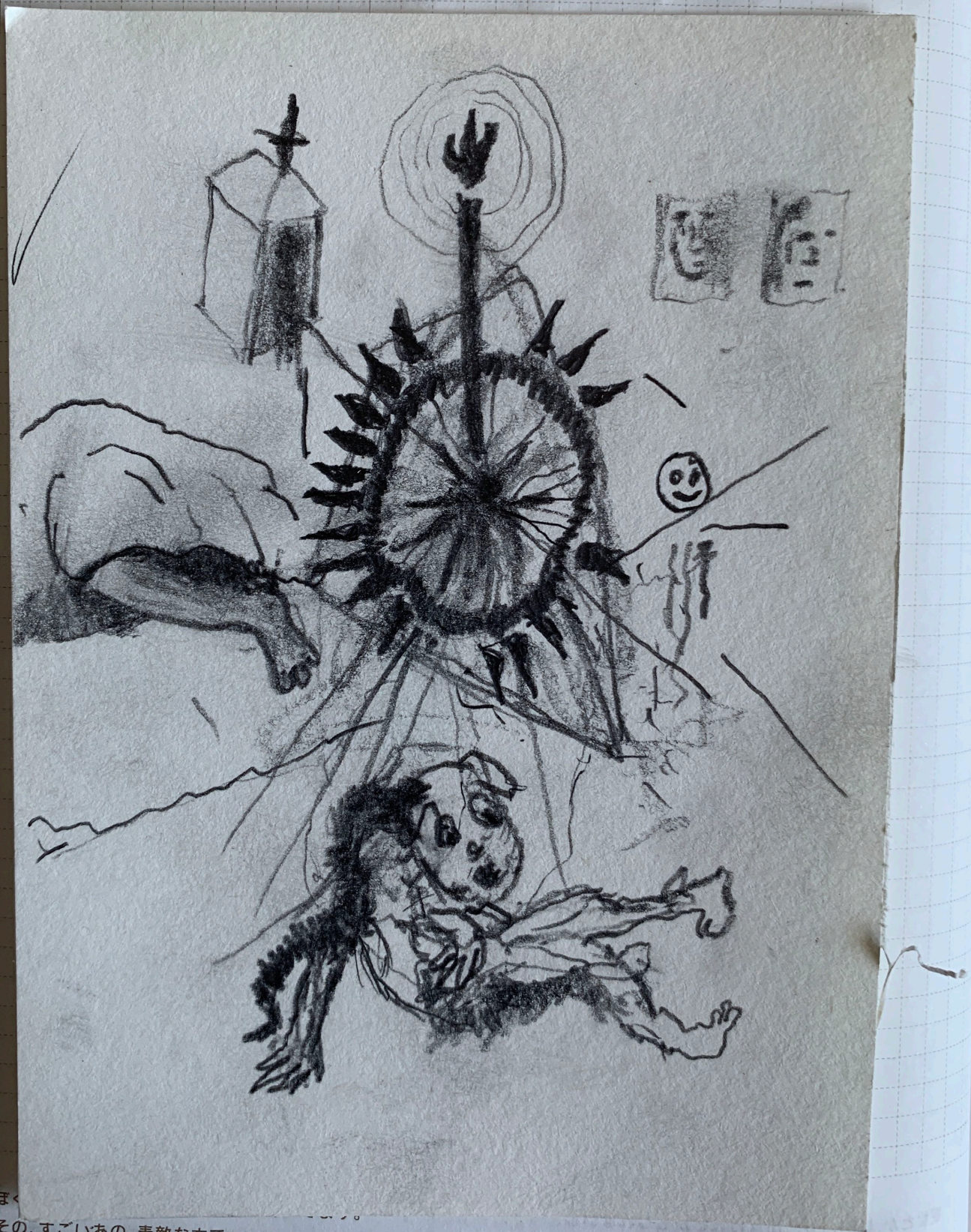
父の同僚の話です。パソコンがとても苦手なTさんが、
印刷をしようとしたところ、エラーメッセージが出ました。
Tさんはメッセージを見て叫びました。
「インクリアセンだって！」 いえ、違います。

2

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24

2 14 木 THU 045

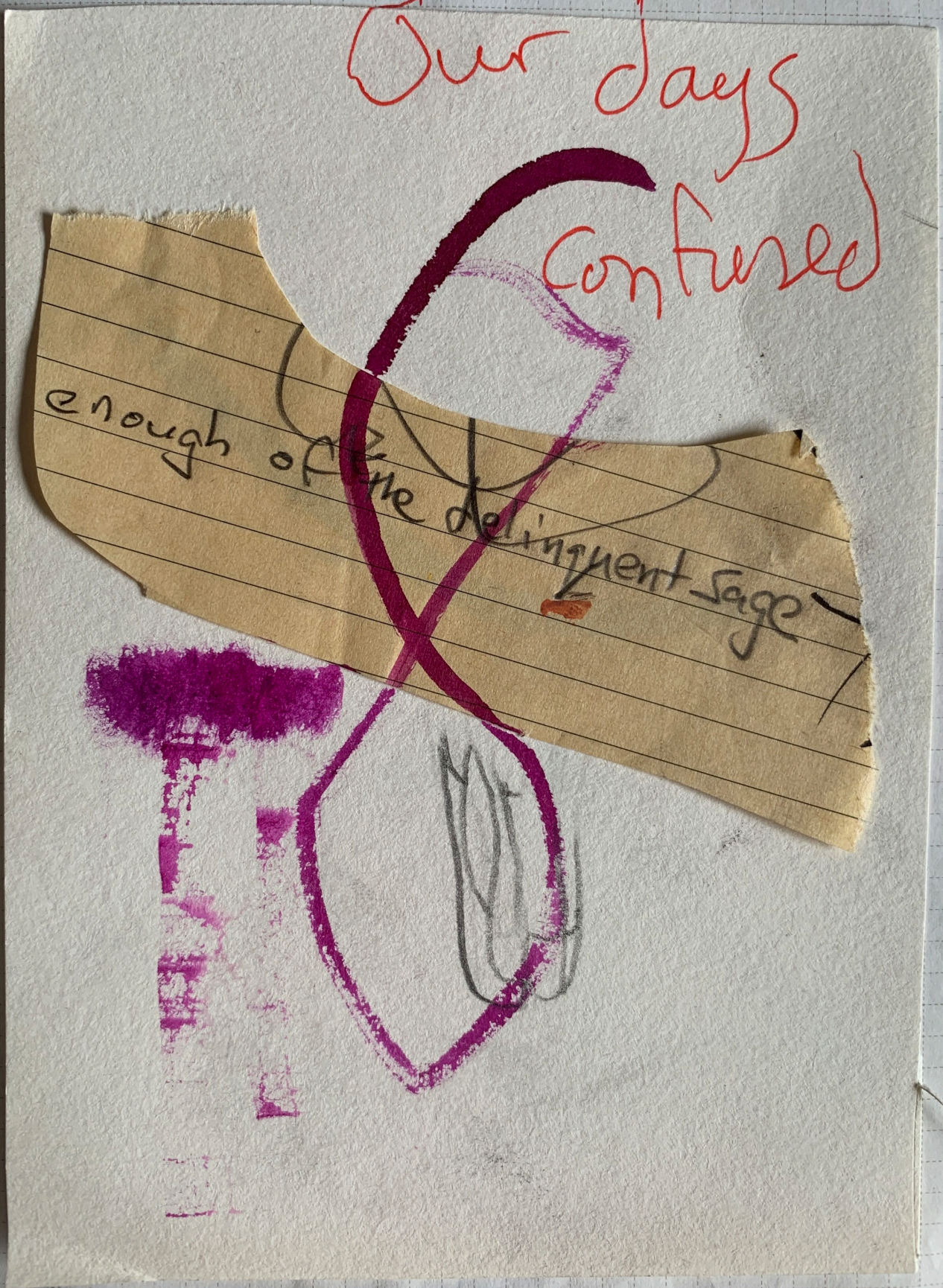
旧：一月十日／聖バレンタインデー



ぼく
その、すごいあの、素敵な方で、
話してもすごいなんか楽しくて、みたいな、
そういう女性と出会えるんじゃないかって、
そういう、希望を捨てられずにいます。

2 13 水 WED 044

旧：一月九日



2

妥協とか、いい加減とか言われるかもしれないし、

月 火 水 木 金 土 日
1 2 3

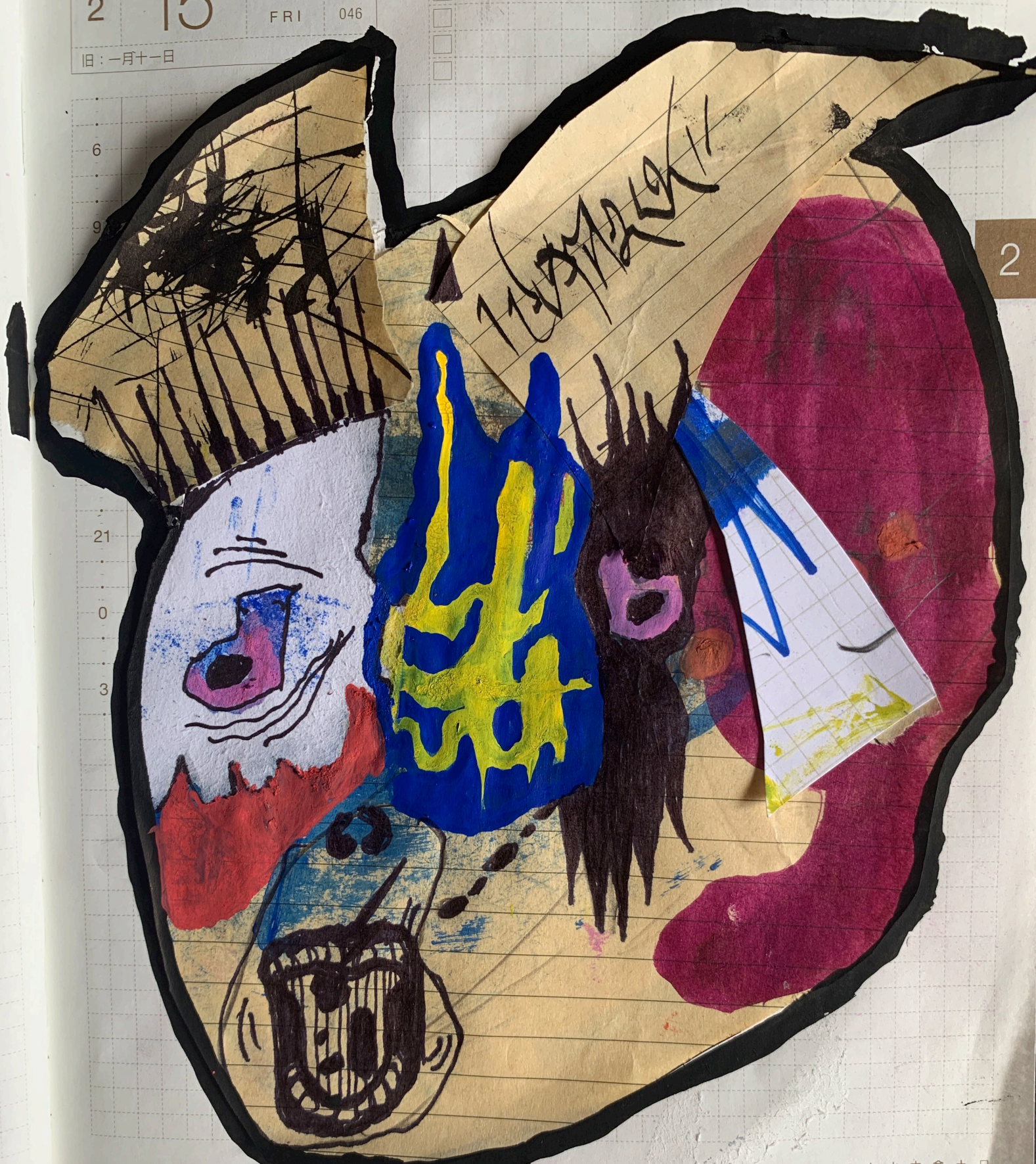
2 16 土 SAT 047

旧：一月十二日

春はまだかと待ち望んでいたら、地元紙「三陸新報」に喫茶マンボの
「イチゴババロアはじめました」の広告が掲載されてました！
「冷やし中華はじめました」のトーンで
「イチゴババロアはじめました」が掲載されているのが、独特ですよね

2 15 金 FRI 046

旧：一月十一日



「みうら、まふってどこかでこれ[illegible]まふ？」
「じゃ、とりあえず、まふ行こう」ってことになって、
道行く人に「まふってどこでしょ？」とたずねて歩きました。
結局それは「あざぶ（麻布）と読むんだよ」
と教えられましたけどね。
―― みうらじゅんさんが『みうらじゅんに訊け！ 東京編』の

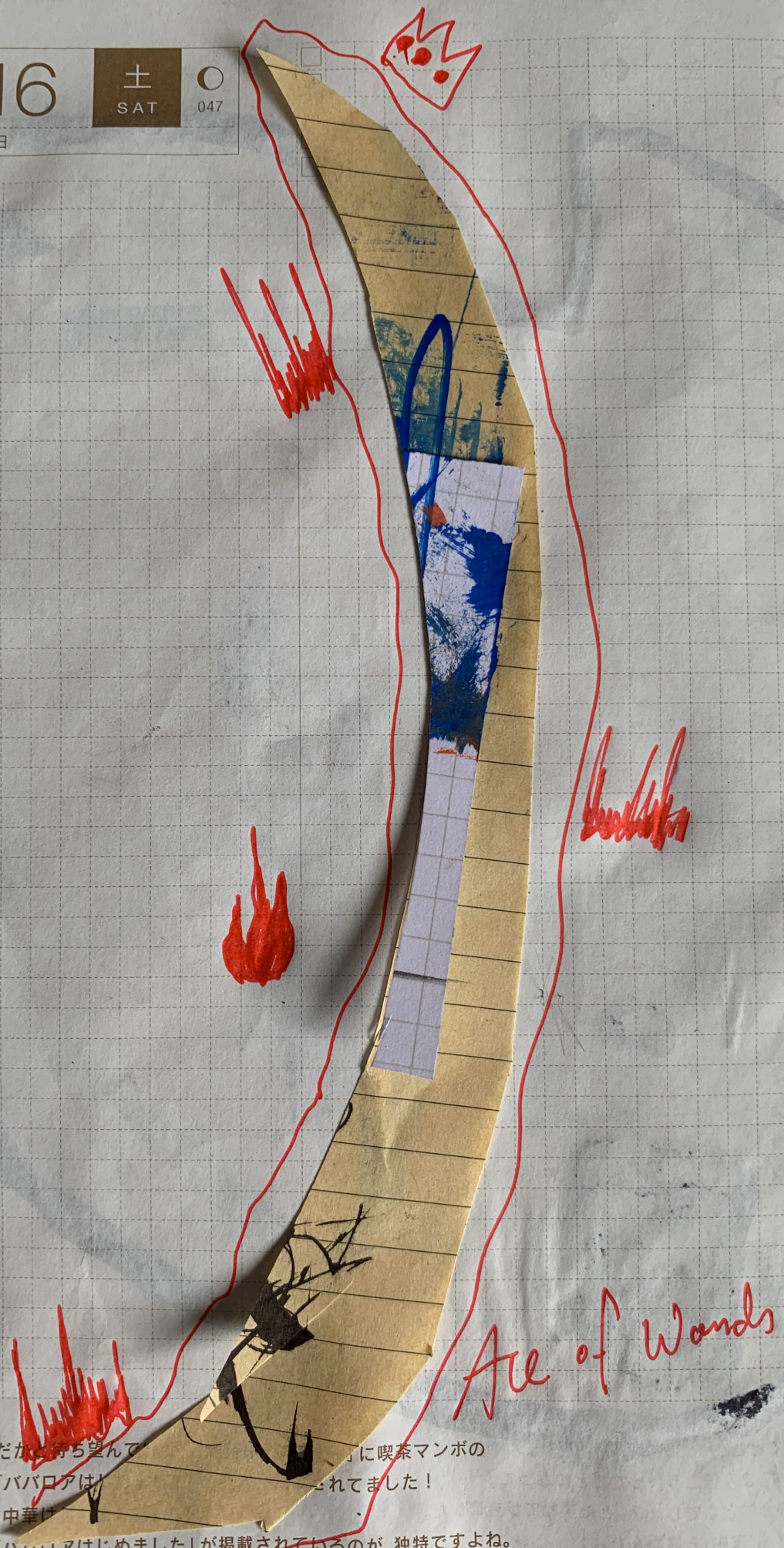
2

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

2 16 土 SAT 047

旧：一月十二日

6
9
12
15
18
21
0
3

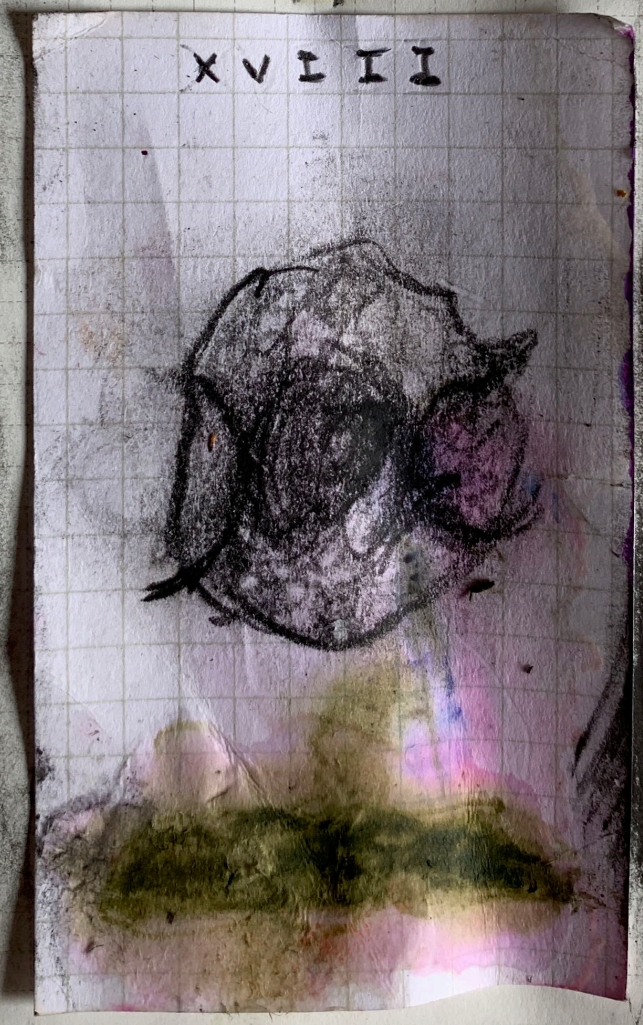


春はまだかと待ち望んで　　」に喫茶マンボの
「イチゴババロアは　　れてました！
「冷やし中華は
「イチゴババロアはじめました」が掲載されているのが、独特ですよね。
――『気仙沼のほぼ日便り』より

2 17 日 SUN ○ 048

旧：一月十三日

The Moon



2

人は、本当に好きなものほど過剰反応してしまい、
うまく向かえない、という現実がある。
避け、逃げ、すり替えて嫌い、憎み、
無関心を装ったり、存在を消し去ったりする。

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24

2 18 月 MON ○ 049

旧：一月十四日

いろんな人がネットや雑誌で評論するわけで、

「こういう見方がないの？」なんです。

2 19 火 TUE ○ 050

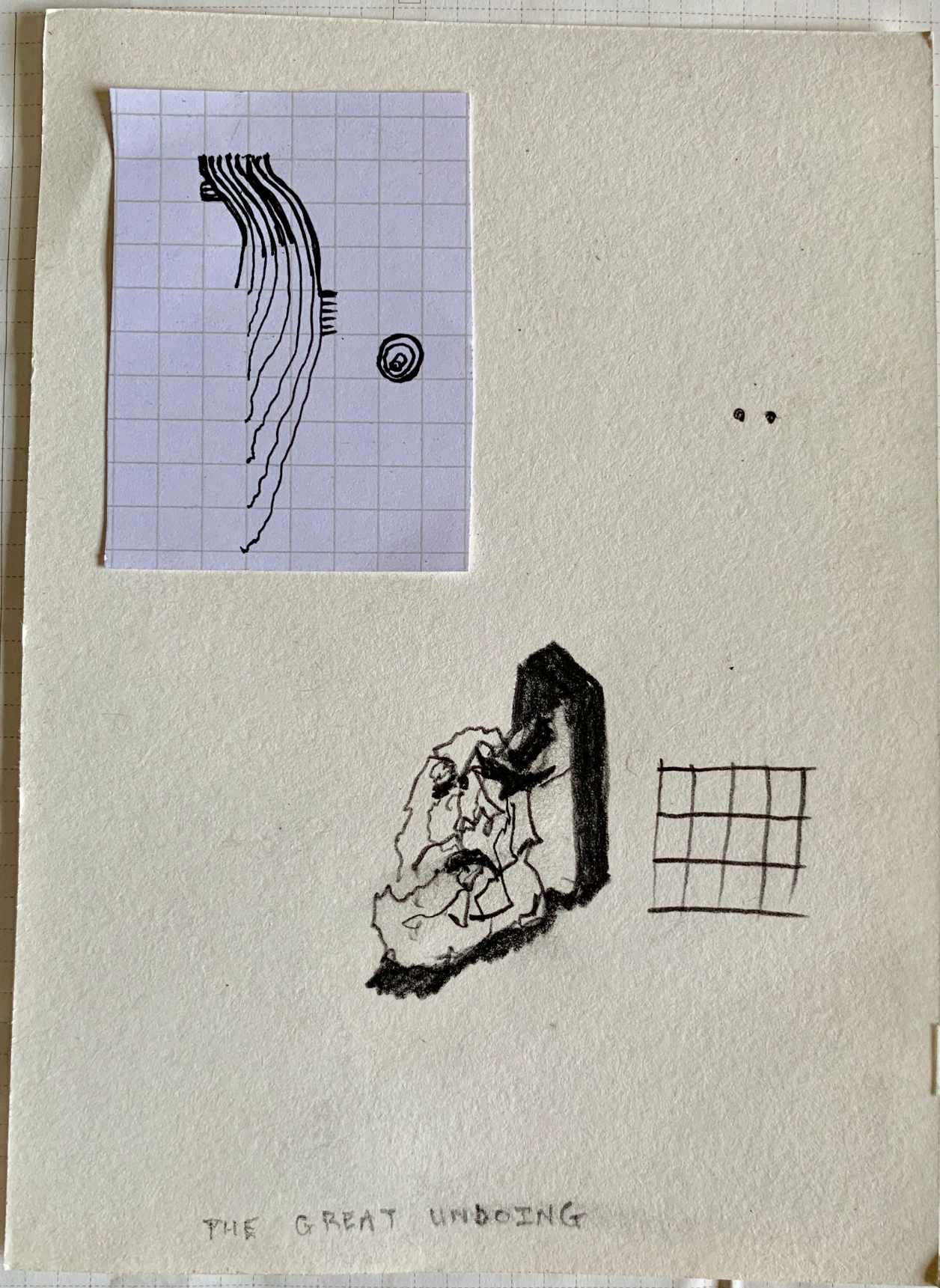
旧：一月十五日／雨水

雑誌はもちろんみんなで作るものなんですが、
結局、記事を作っている最中はひとりなんですよ。
—— 新井敏記さんが『ほぼ日編集部、SWITCHに行く。』の中で

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24						

2 20 水 WED 051

旧：一月十六日



振り込め詐欺らしき電話が家にかかってきた祖母。いちおう、警察に連絡しました。

・警察の方が「念のため、そちらの電話番号を教えていただけますか」
と祖母に言ったところ、祖母は疑心暗鬼になりすぎたのか、
「あなた、本当に警察ですか！？」とキレ気味に‥‥。
警察のかたも「110番してきたのはそちらですが‥‥」と。

2 21 木 THU ○ 052

旧：一月十七日

きのこの色は、花と同じく、多種多様です。
虹の七色、赤、橙、黄、緑、青、藍、紫はもちろん、
白や、黒や、灰色などなど、
きのこに無い色を探すのが難しいほど。

2 22 金 FRI ○ 053

旧：一月十八日

猫はやっぱりかわいいので、身近でかわいいもの

2 23 土 SAT ○ 054

旧：一月十九日

「相手が好きになってくれたならば、
こっちも好きになってやらないわけでもない」

月 火 水 木 金 土 日
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10

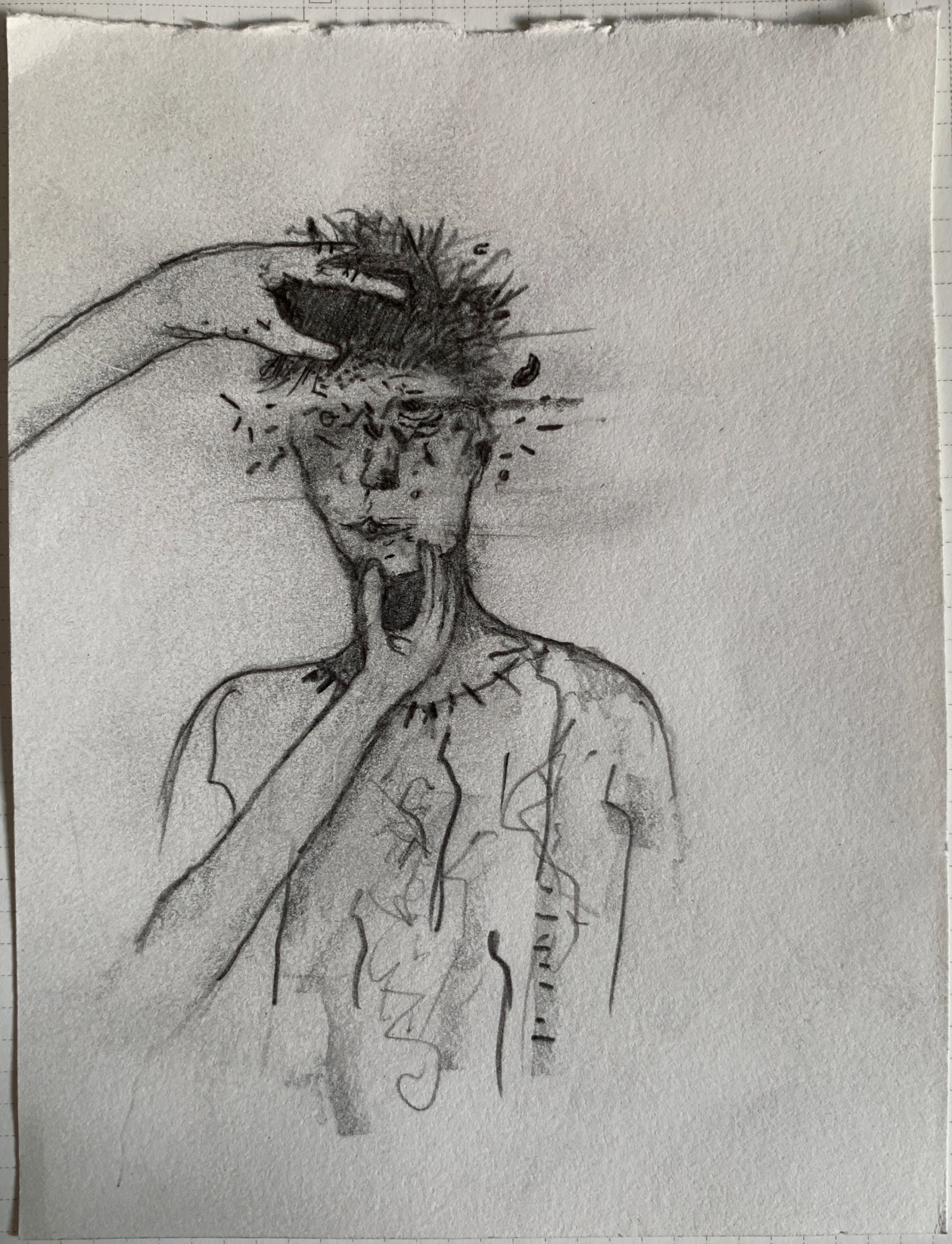
2 24 日 SUN 055

旧：一月二十日

少しくらい「抜けたところ」というか、「隙」があるくらいの

2 25 月 MON 056

旧：一月二十一日



2

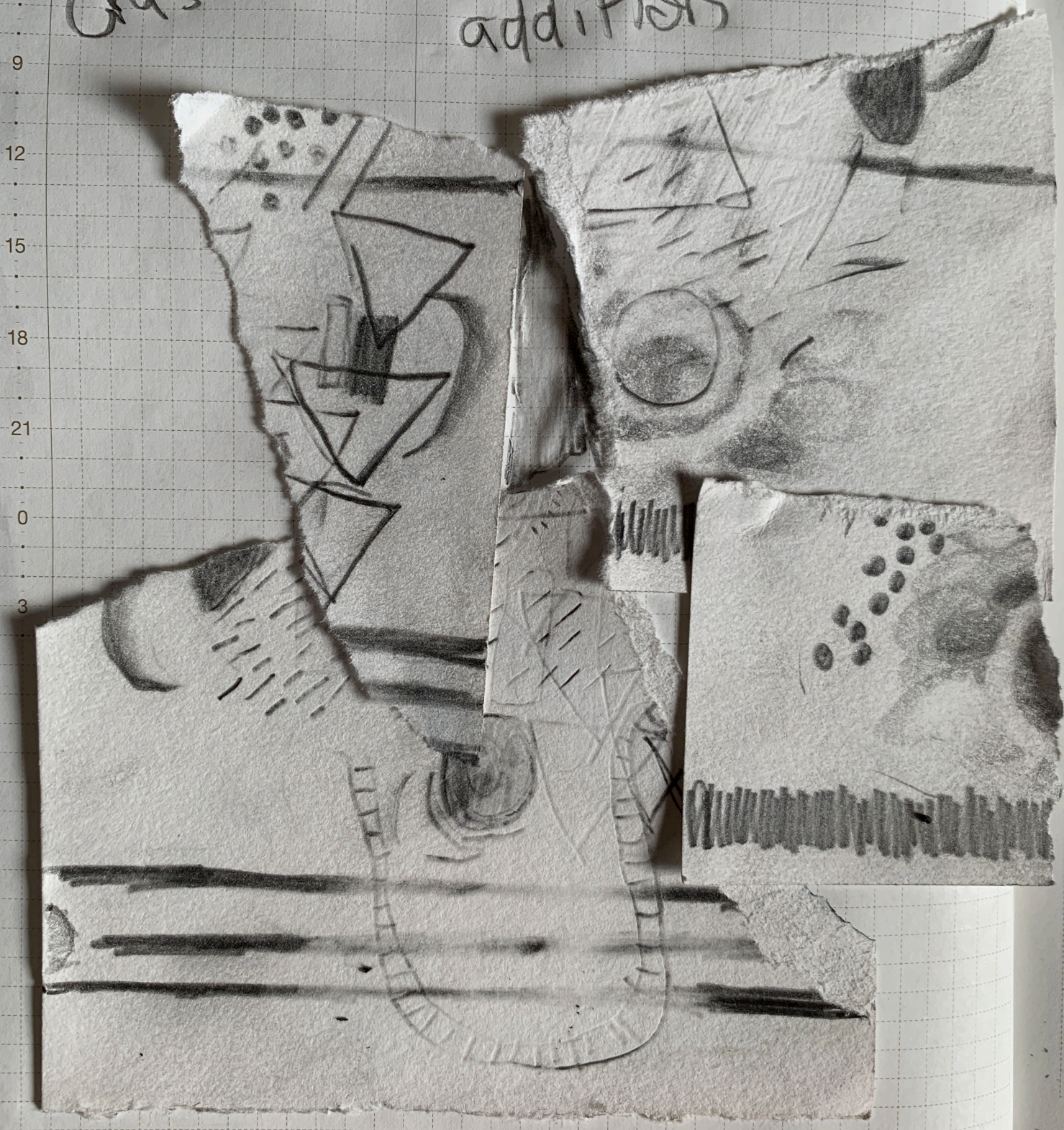
どんなに発想がユニークでも。どんなに表現力が豊かでも。
説明する力がなくては、人の心を動かすことなど出来はしない。

月 火 水 木 金 土 日
1 2 3

2 26 火 TUE 057

旧：一月二十二日

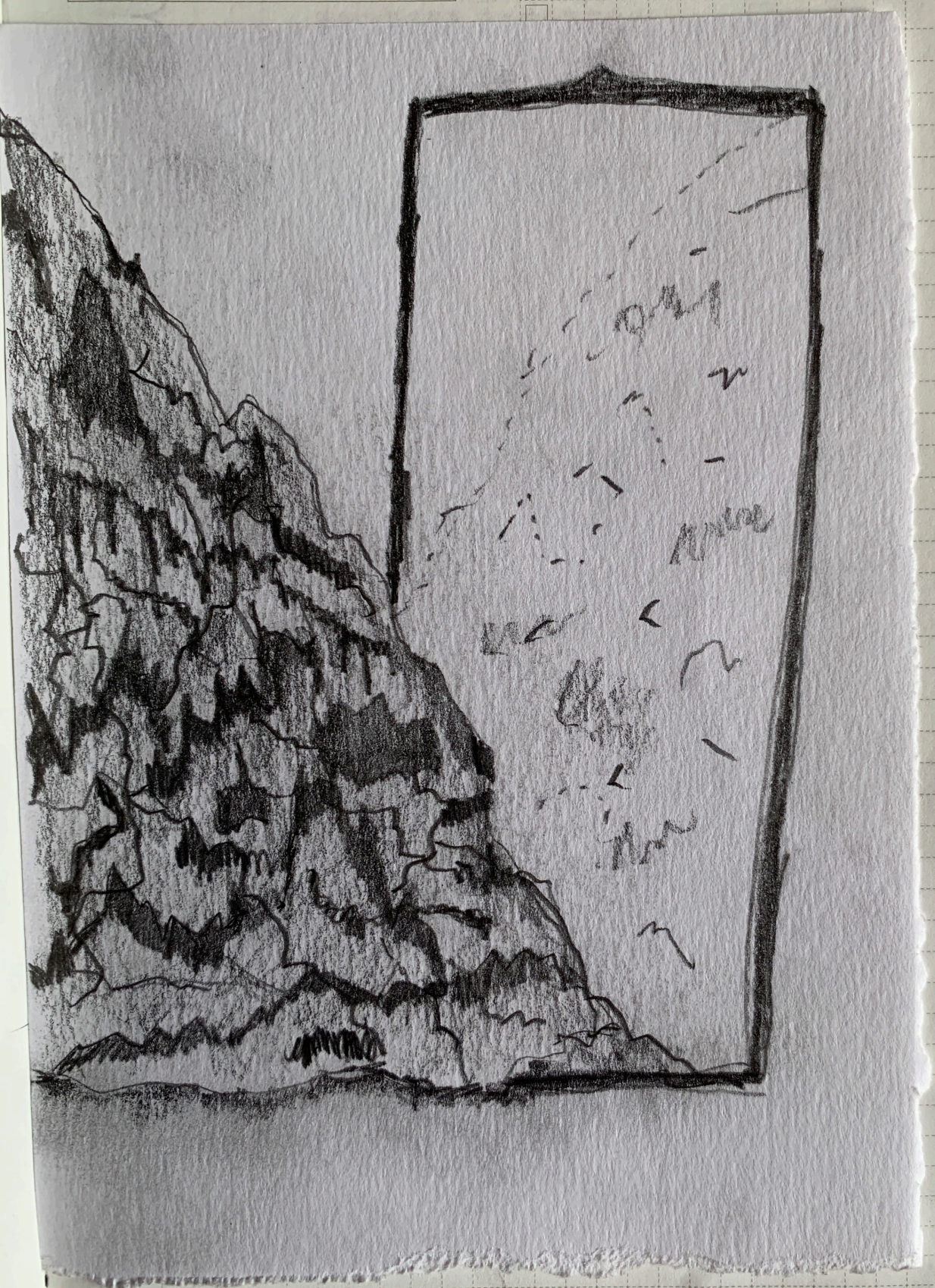
Erasure, exposure, malfunction addition



紀元前2000年くらいに書かれた最初のインドのテキストって、
「われわれ人間は、どのようにして『宇宙』を理解するか」
に関するものなんです。
結局、人間が人間の存在に向き合うならば、「宇宙」に行き着くと思います。
――N. S. ハルシャさん『キャンバスの上の宇宙』の中で

2 27 水 WED 058

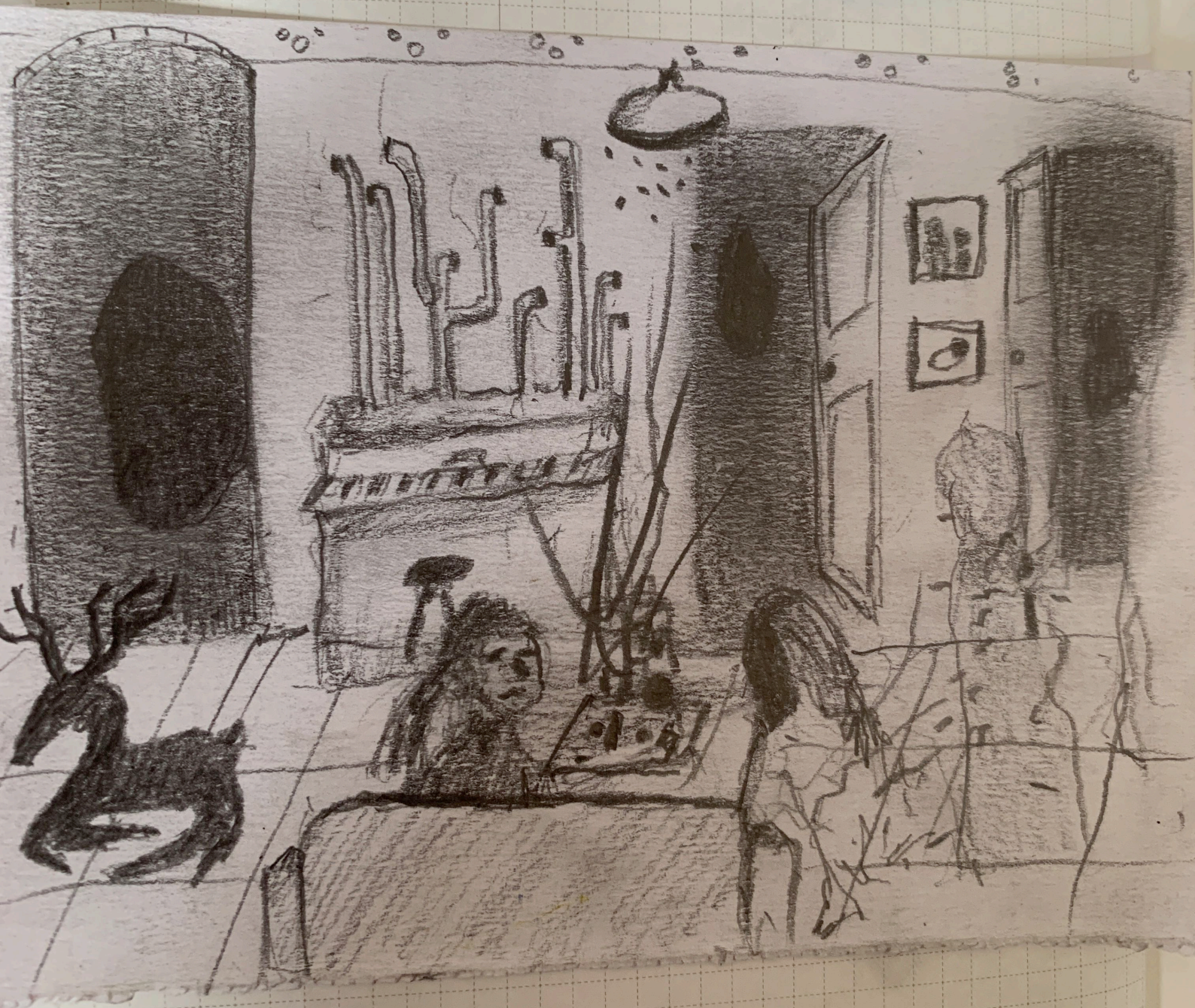
旧：一月二十三日



会社にけがを報告する時、
「あばらにヒビが入りまして」と言うつもりが、
「あばらにホネが入りまして」と言ってしまいました。
――『言いまつがい』より

2 28 木 THU 059

旧：一月二十四日



創作という一点では、デザインとアートとは変わらないところもあるけれど、
デザインの場合は、経済性と社会性と文化性、三要素が、正三角形の関係になってないと、

2019 1·2
5th week
睦月-如月 JAN-FEB

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

28 月 MON

Monday
making people
side
and not blue
Blue belonging
to doctors and
nurses
as identifiers
Blue vomit bags.
Code blue
in the basement

29 火 TUE

Maladjustments
or
the lost of power
to walk home
Red tie
doing nothing
much
despite the
presence of
two flaming
wands
Hunting for
a deeper
sleep.

30 水 WED

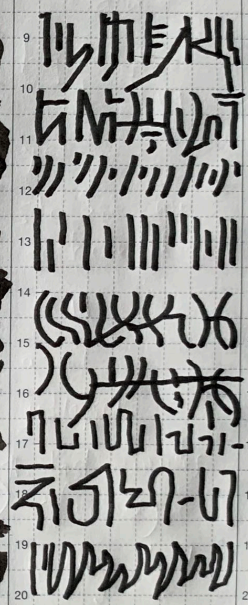
fucking nightmare
disturber
Maybe from
unrested
funeral places
maybe from
the unrest
lost rest
this
darkmode
of night
unlike the
laughing sister
I brood
I become
destroyers.

31 木 THU

Return to the
Configuration of
work dog
At an altar of
bottles
our alchemist
shelf
Close contact
to all sources.
for the
planets
to open
up.
For transmissions

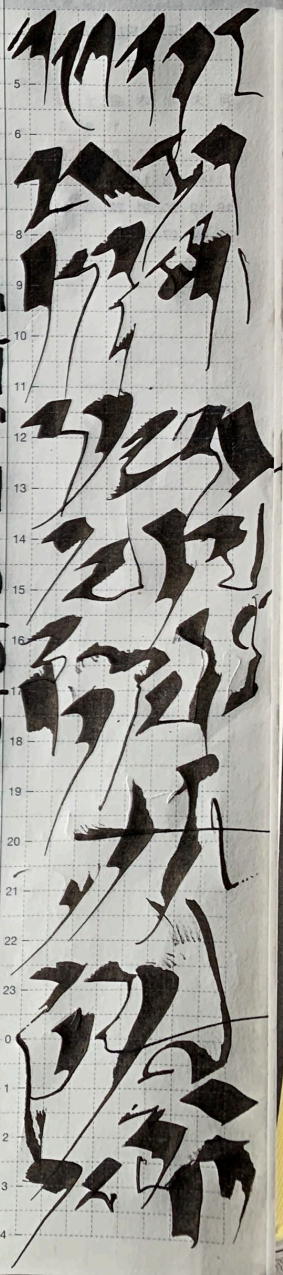
2/1 金 FRI

2 土 SAT

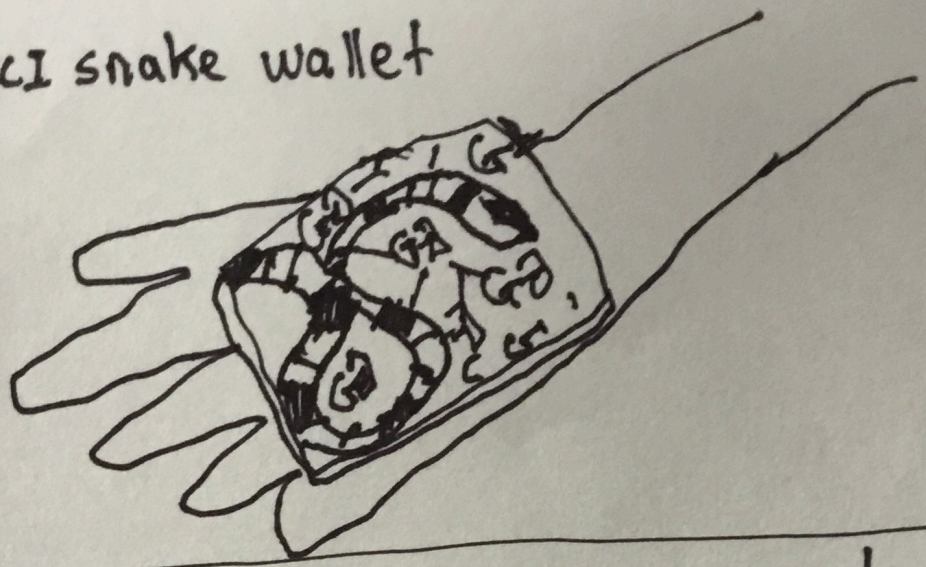


3 日 SUN

節分

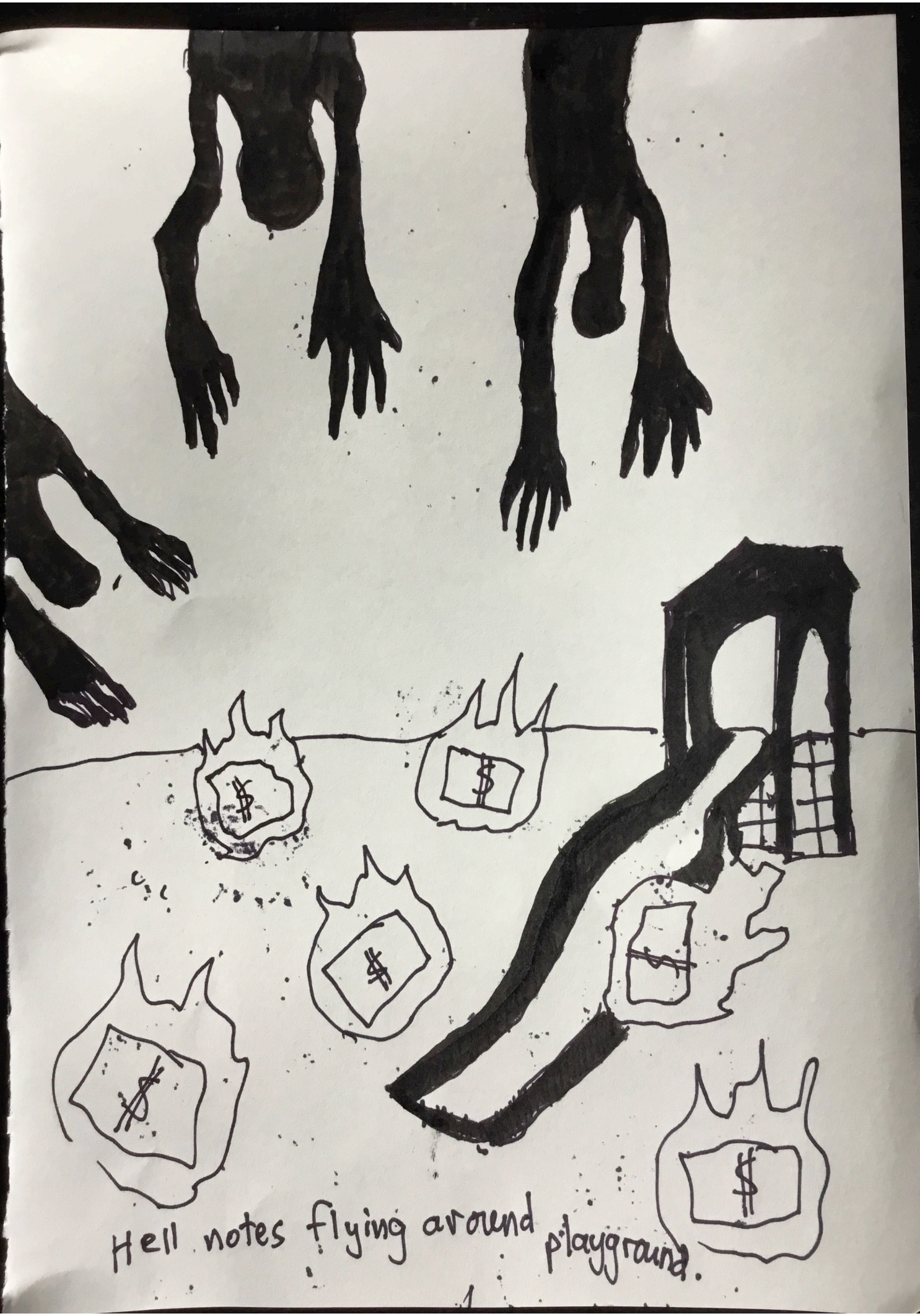


new GUCCI snake wallet



eats Fukboi

zzzz

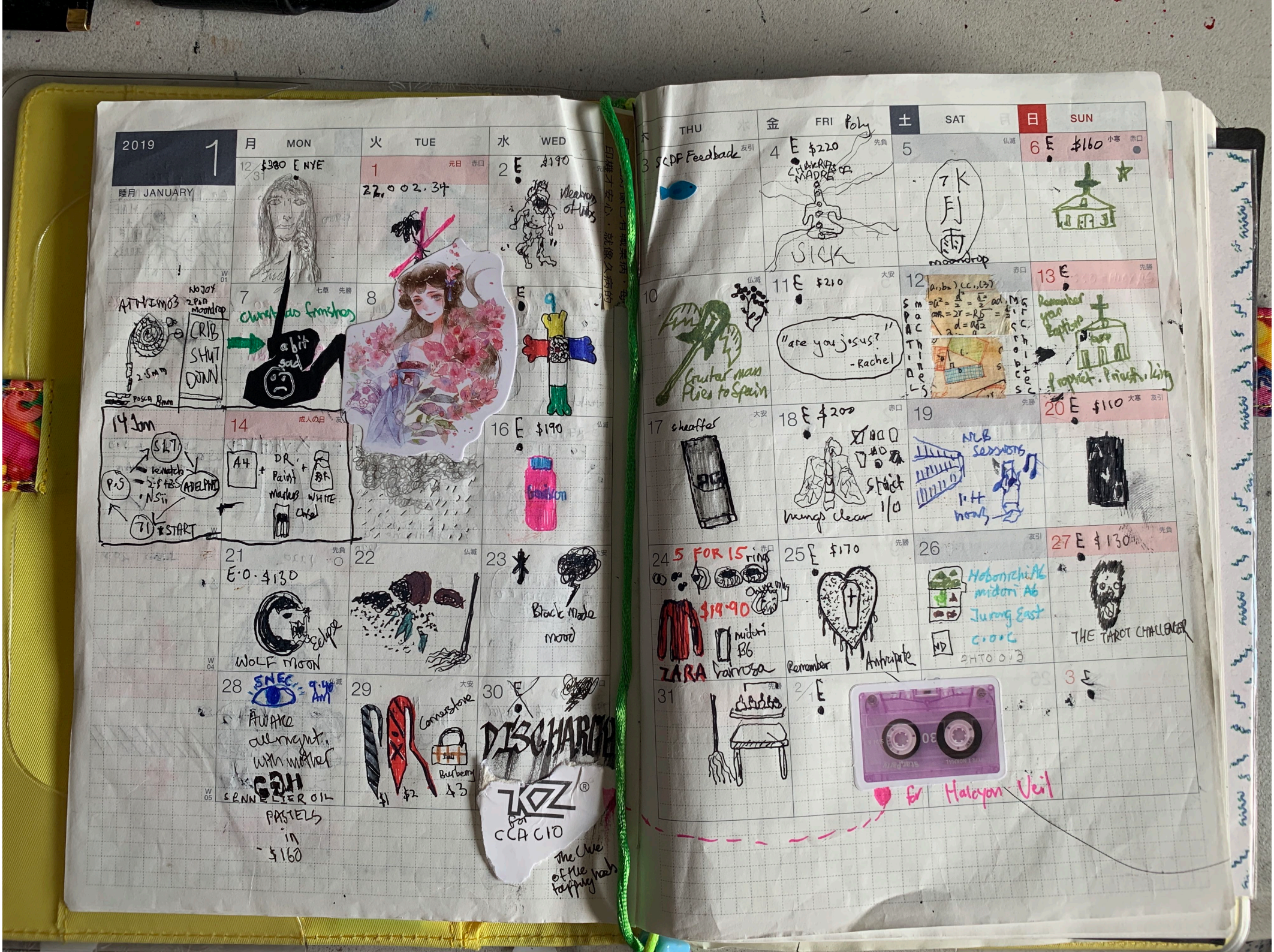

Hell notes flying around playground.

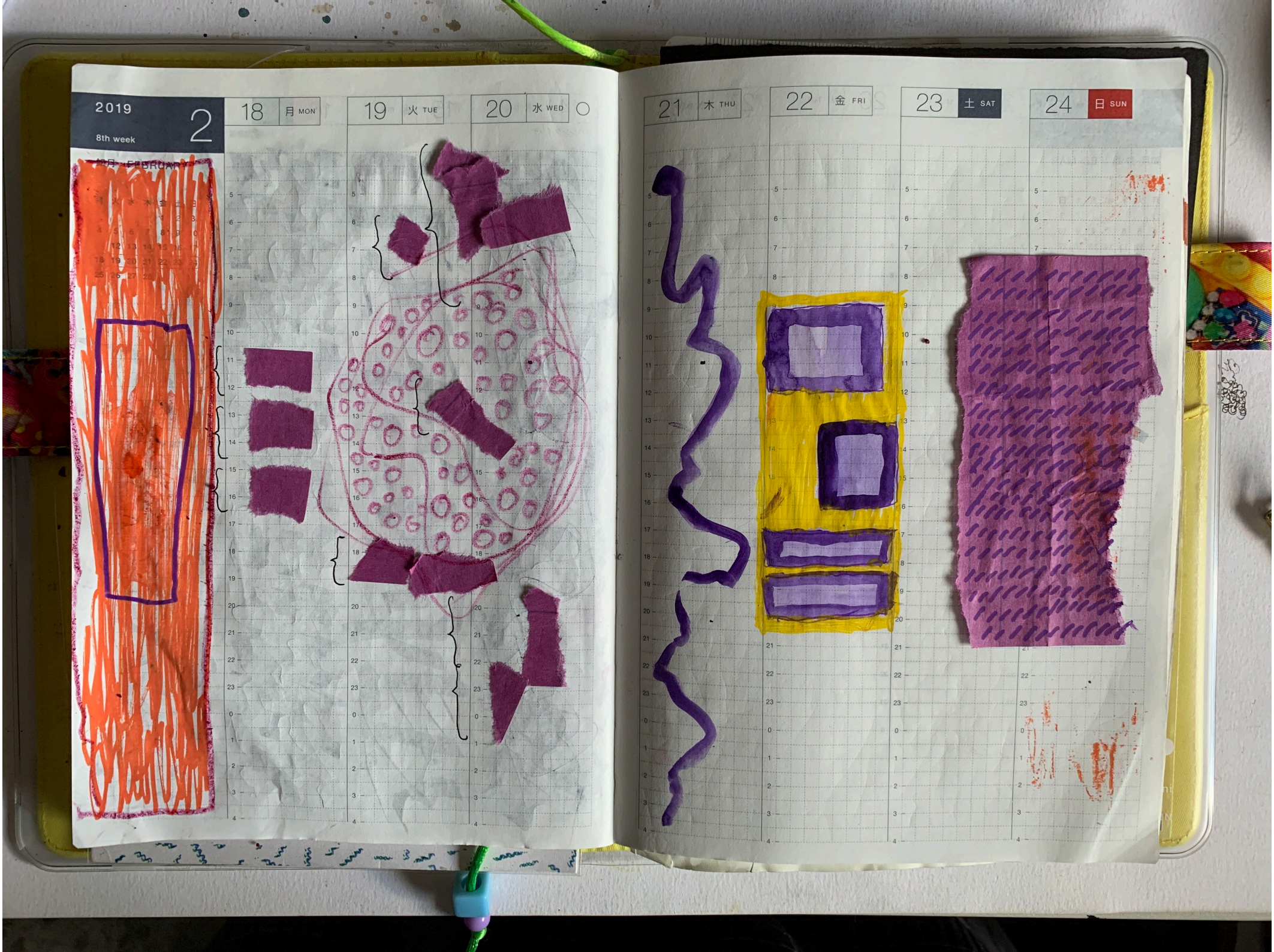
Woah-ah here she comes!
xx

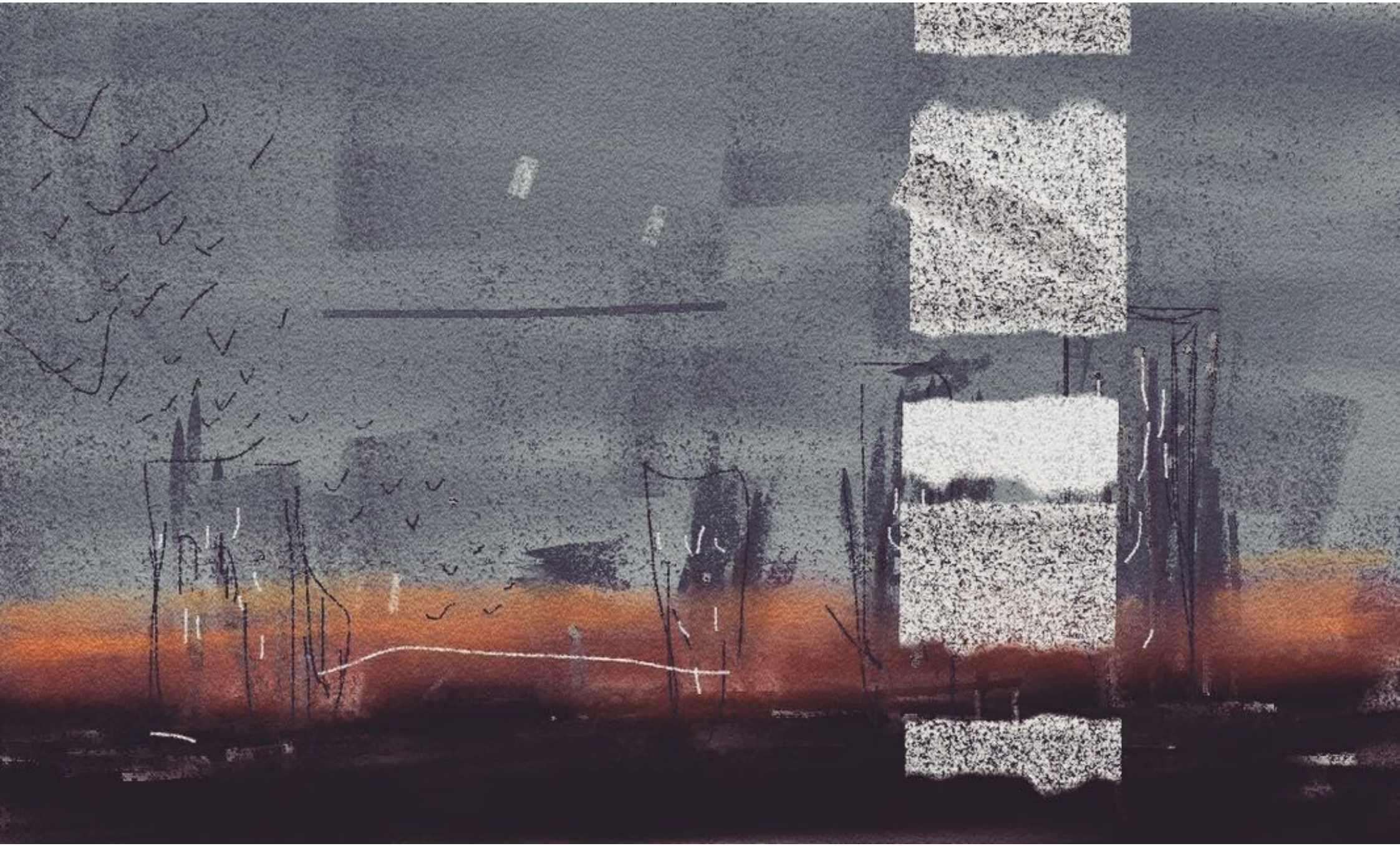
2018 12

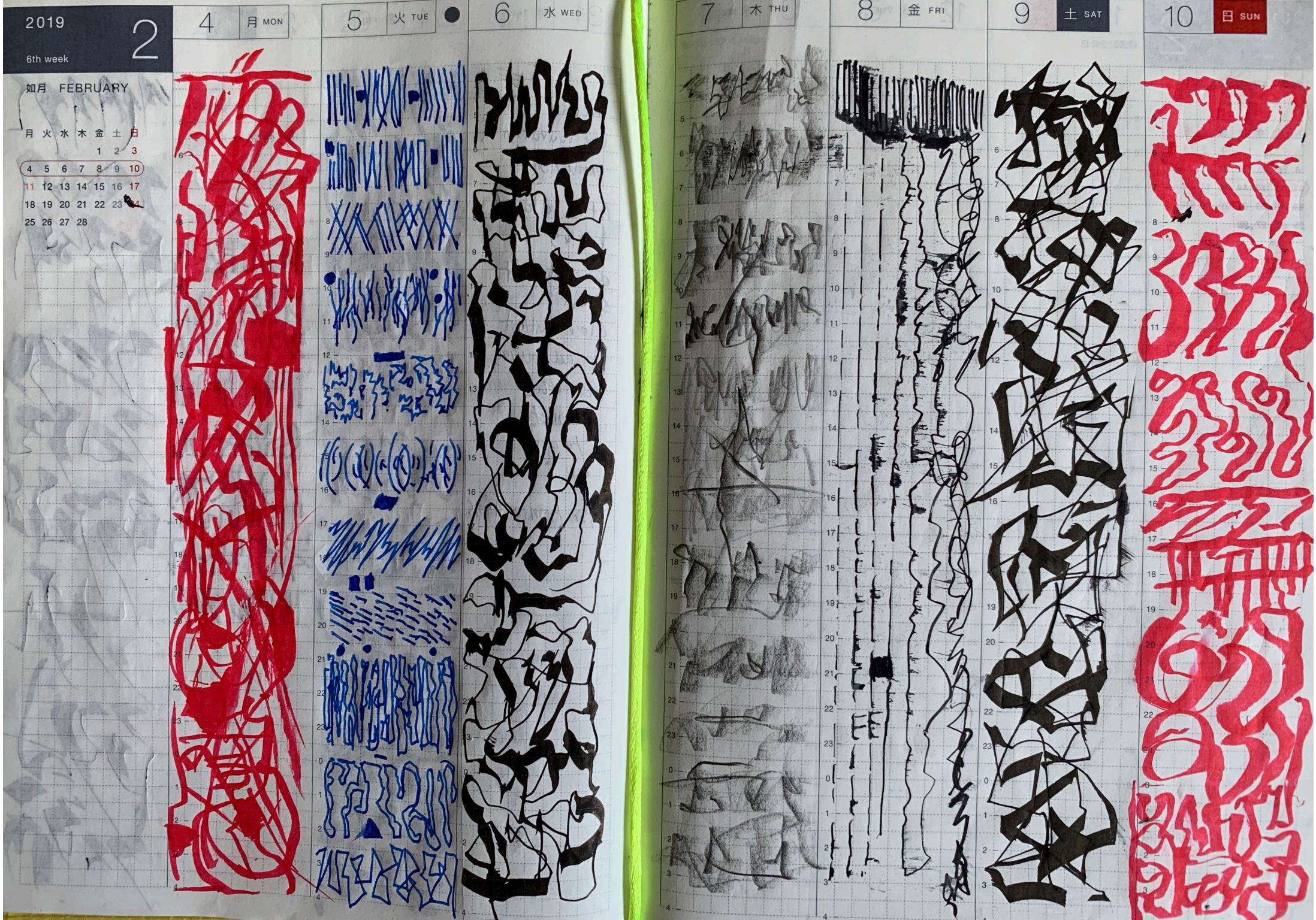
師走 DECEMBER

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
11/26 $80 Rudi Ready	27 $80 Kaulta Ready	28	29	30	1 OXLEY & CO	2 Hazel $80 $160 E● HO
3 NETS Registration for transport. auto top up Registered $15	4 CGH-3D 2:40PM CALMNESS KZ-ZSN	5	6 TOSHIBA Hairy Canary $120 $140 E● erratic energies weak/strong	7 UNILEVER MBS HALLA 6PM $240 Bella!	8 $150 Vineyard woman No Cards	9 $550 HIBY R6 E● $150
10 HI RES R6 $550 CRIB	11 Chilli oil Dumpling scallion cake CHINA NOODLES FIELD TEST	12 E.O. $246 $300 CGH-CARDIO SUN Shine nation	13 REFUND $120 E● $180	14 E● $120 eye of the storm slow & peaceful Amidst the noise	15 E● VACANTED	16 E● $140 + $10 meet the marketing girls
17 GARY $30 DISCHARGE	18 CRIB UP Plumber coming	19 STAVING MIND OF DEATH	20 NATALIE'S MAIDEN E.O VOYAGE	21 $220 SOLSTICE	22 $220	23 $180 200 E●
24	25	26 $160 HBA1C-6.8T JUDY TAY @ Daydinic	27 E● $140 Remember to take your dinner meds	28 NYHS	29	30
31 E.O NYE $350 +$30 another Judy.	I did not take my dinner meds					


2019 1
睦月 JANUARY
月 MON
火 TUE
水 WED
木 THU
金 FRI
土 SAT
日 SUN
12/31 $380 E NYE
1 元日 赤口
22,002.34
2 E $190
Weakness of Limbs
ATHIMO3
NO JOY 2 pin moondrop
CRIB SHUT DOWN
2.5mm
POSCA 8mm
7 七草 先勝
Christmas finishes
a bit sad
8
9
14 Jan
SL7
rematch
2-5 tzs
ADELPHI
P.S
NSii
71
START
14 成人の日 友
A4
DR Paint markers
BR
WHITE
Chisel
16 E $190
Gordon
21 先負
E.O. $130
Eclipse
WOLF MOON
22 仏滅
23 大安
Black Mode mood
28 仏滅
SNEC 9.40 AM
Awake all night with mother
GDH
SENNELIER OIL PASTELS in $160
29 大安
Cornerstone
Burberry
$1 $2 $3
30 E
DISCHARGE
KOZ for CCACIO
The Clue of the tapping heels
3 SCPF Feedback 友引
4 E $220 先負
CHAKRAS OF MADRE
SICK
5 仏滅
水月雨
moondrop
6 E $160 小寒 赤口
10 仏滅
Guitar man flies to Spain
11 E $210 大安
"are you jesus?" -Rachel
12 赤口
SPATIAL
Grothendieck
13 E 先勝
Remember your Baptism
Prophet. Priest. King
17 大安
sheaffer
18 E $200 赤口
Strict 1/0
hungs clear
19 先勝
NLB Sessions
1.4 hours
20 E $110 大寒 友引
24 赤口
5 FOR 15 rings
$19.90
midori B6
ZARA Fairrosa
25 E $170 先勝
Remember
Anticipate
26 友引
Hobonichi A6
midori A6
Jurong East
C.O.C
27 E $130 先負
THE TAROT CHALLENGER
31 先勝
2/1 E
for Halcyon Veil
3 E


2019
8th week
2
18 月 MON
19 火 TUE
20 水 WED
21 木 THU
22 金 FRI
23 土 SAT
24 日 SUN




2019
6th week
2
如月 FEBRUARY
月 火 水 木 金 土 日
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28
4 月 MON
5 火 TUE
6 水 WED
7 木 THU
8 金 FRI
9 土 SAT
10 日 SUN

4 9 火 TUE 099

旧：三月五日

「リョウ！」って叫んだら、一瞬、ピクッてなったリョウが、
ダダーッてロケット弾みたいに走ってきて、クルマの
ガサガサガサガサ

4 10 水 WED 100

旧 三月六日

人の孤独は前提で、その孤独な人が、
別の孤独な人たちと手をつなぎたいと感じている。
手をつないだら、もっと生きやすくなるから。
手をつなぐことで、この手を持つじぶんが、
いてもいいんだと思えるから。
—— 糸井重里が『今日のダーリン』の中で

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21

4 11 木

旧：三月七日

4月11日は、「ガッツポーズの日」。この由来がちょっとおもしろいんです。
ガッツ石松さんが、ボクシングのタイトル戦でチャンピオンになった瞬間に
よろこんでとったポーズをマスコミが「ガッツポーズ」と名付けたんだそうです。
その試合があったのが、1974年の4月11日。
ガッツポーズって、ガッツ石松さんが由来だったんですね

4 12 金 FRI 102

旧：三月八日

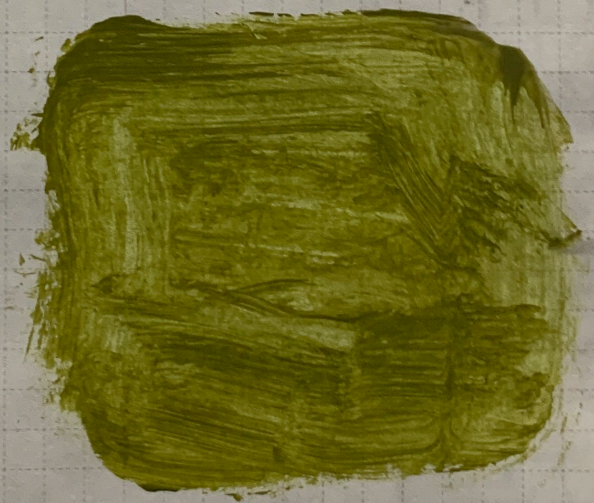
みんながみんな「やりたいこと」があって、
「やりたいこと＝仕事＝自己実現」でなきゃいけない
というような圧迫感が社会にあるとすれば、それは、
「熱烈な恋愛結婚以外、結婚を認めない」
と言ってるのと同じくらい、人を窮屈にしてしまう。
―― 山田ズーニーさんが『おとなの小論文教室。』の中で

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

4 14 日 SUN 104

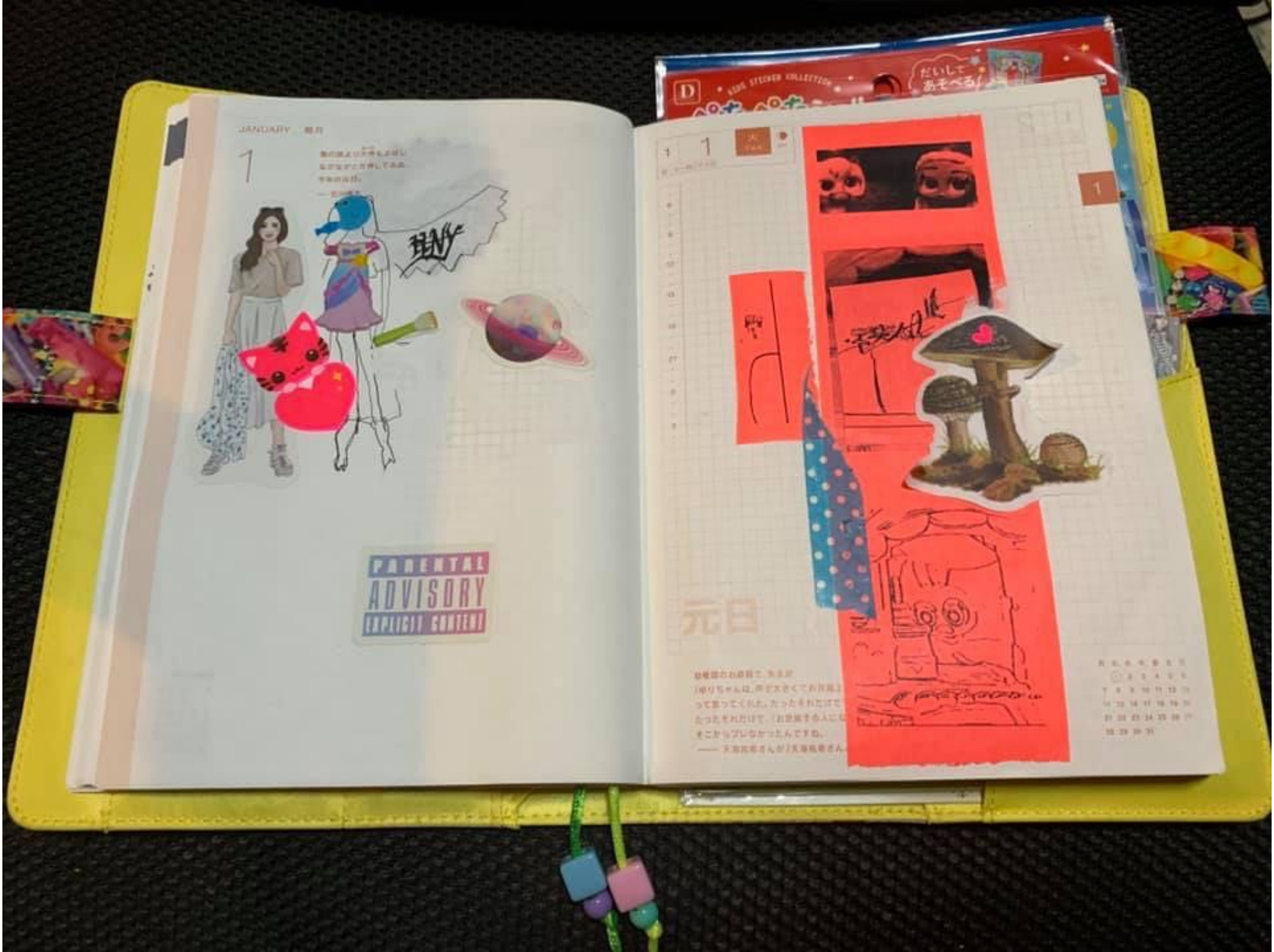
旧：三月十日

6
9
12
15
18
21
0
3



新しい一週間が、雨でスタートすると
なんとなく空気が緩むよね。
写真を撮るには、もちろん晴れの方がいいんだけど。
――『写真で深呼吸。仁礼博のだいじな思いで』より

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					


JANUARY
1
PARENTAL
ADVISORY
EXPLICIT CONTENT
元日

1 2 水 WED 002

旧：十一月二十七日

あ

P.S. PSYCHIC MONEY.

∞

和食の世界では、「清く、澄ませる」という方向性があります。
日本人は昔から日常のなかにも清く明るいこと（高貴性）を目指す人々で、
白いもののほうが尊いわけです。神社のお祓いも、白い紙もそう。
白米もそのひとつで、日本人はもともと祝いの日にしか白米を食べてなかったんです。
それはデトックス、「自分のからだを傷つけるものはなにもない」状態にする考え方なんです。
—— 土井善晴さんが『家庭料理のおおきな世界。』の中で

cover image: *Der Grawlix Maus* by Keenan Marshall Keller

KIDS sticker collection
ペタペタ
たのしく
あそべる
1 3 木 THU 003
MONO
1
P201803070030 wuliu002
数据线耳机线pu束线收纳器 10条一
卖 咖啡色
極めた精密極細消し
初めての日がなかったら、次の日もないわけだから
なんにせよ初めての日があるというのはすばらしいことだ。
次の日があるのは、初めての日のおかげだからね。
今日っていうのは、過去のかたまりみたいなものだ。
初めての日から、やめなかった連日の続きが、今日だ。
—— 糸井重里が『今日のダーリン』の中で

1 4 金 FRI 004

旧：十一月二十九日

「今年もよろしくお願いいたします」と多くの年賀状に書かれてある中で、
「今年はお世話になりません！」と記していた選手の文字が嬉しかった。
入団発表の席で会った選手たちもぜひ、二軍監督の僕には二度と会わない、
田口の顔なんか絶対に見たくない、くらいの気概を持って
初のキャンプに臨んでほしいものです。

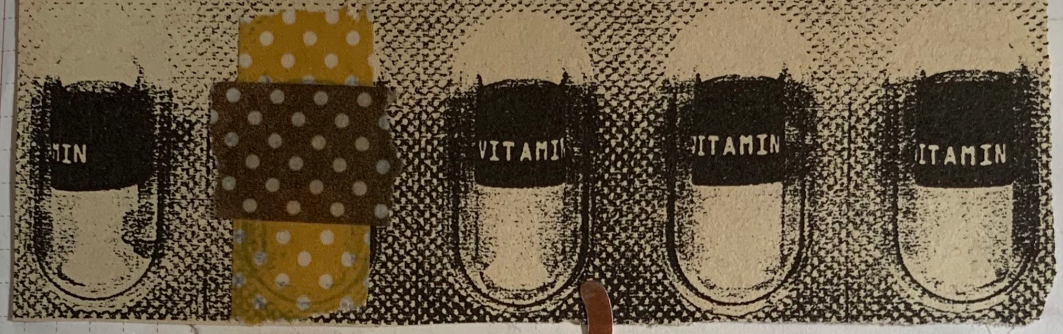
1 5 土 SAT 005

旧：十一月三十日

62991

1

人定時要吃藥才放心一樣。



世の中で虐げられ、価値がないといわれるものこそが
本当はいちばん崇高であるし、
価値が高いっていう、価値の転換。
その転換こそが美につながるのではという、
そういう提案をしたいのです。
—— 志村洋子さんが『志村洋子さんがいま考えて…』の中で

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 6 日 SUN 006

旧：十二月一日／小寒

PLEASE
PLEASE
PLEASE

DO NOT
END

S-3418, ULINE, 1-800-295-

LOVE
Worse Than Death

人がどう思おうが、気にする必要はない。あなたがつくったその音楽を、作品を、
あなた以外の誰ひとりとして好きにならなくたって別にいいと思う。
ただ、あなたのやりたいことを、すべて出し切ってほしいと思います。
自分のやりたいことをすべて出しきって、10年後に聴き直したとき、見直したときに、
自分自身で、恥ずかしくない音楽や作品をつくれたらそれでいいと、わたしは思っている。
—— ピエール・バルーさんが『その人が「道しるべ」だった。』の中で

1 7 月 MON 007

旧：十二月二日／七草

1

1/3
JPYSGD 0.0123
NZDSGD 0.9538

2/3
JPYSGD 0.0123
NZDSGD 0.9663

保育園に通う娘に「ママ、カバってブタ？
正確になんと答えようか、一瞬迷ってい
「わかった！　カバはサイや！」と娘が
あわてて訂正しようとして
「カイはサバやで！」と叫んでしまった
う。
――『言いまつがい』より

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 8 火 TUE 008

旧：十二月三日

ミトンを作りはじめたとき、
いつも思っていたことがあるんです。
それは「神様の気持ちに適うものだけできたらいい」ということでした。
たぶん、そうすることが、人に渡すための条件であったのだと思います。
―― 三國万里子さんが『幸福を入れる、しごとの話。』の中で

1 9 水 WED

旧 十二月四日

TESPU
V.9

If who carries
the third
mirror of
VONTINUUM

1

週末
dream

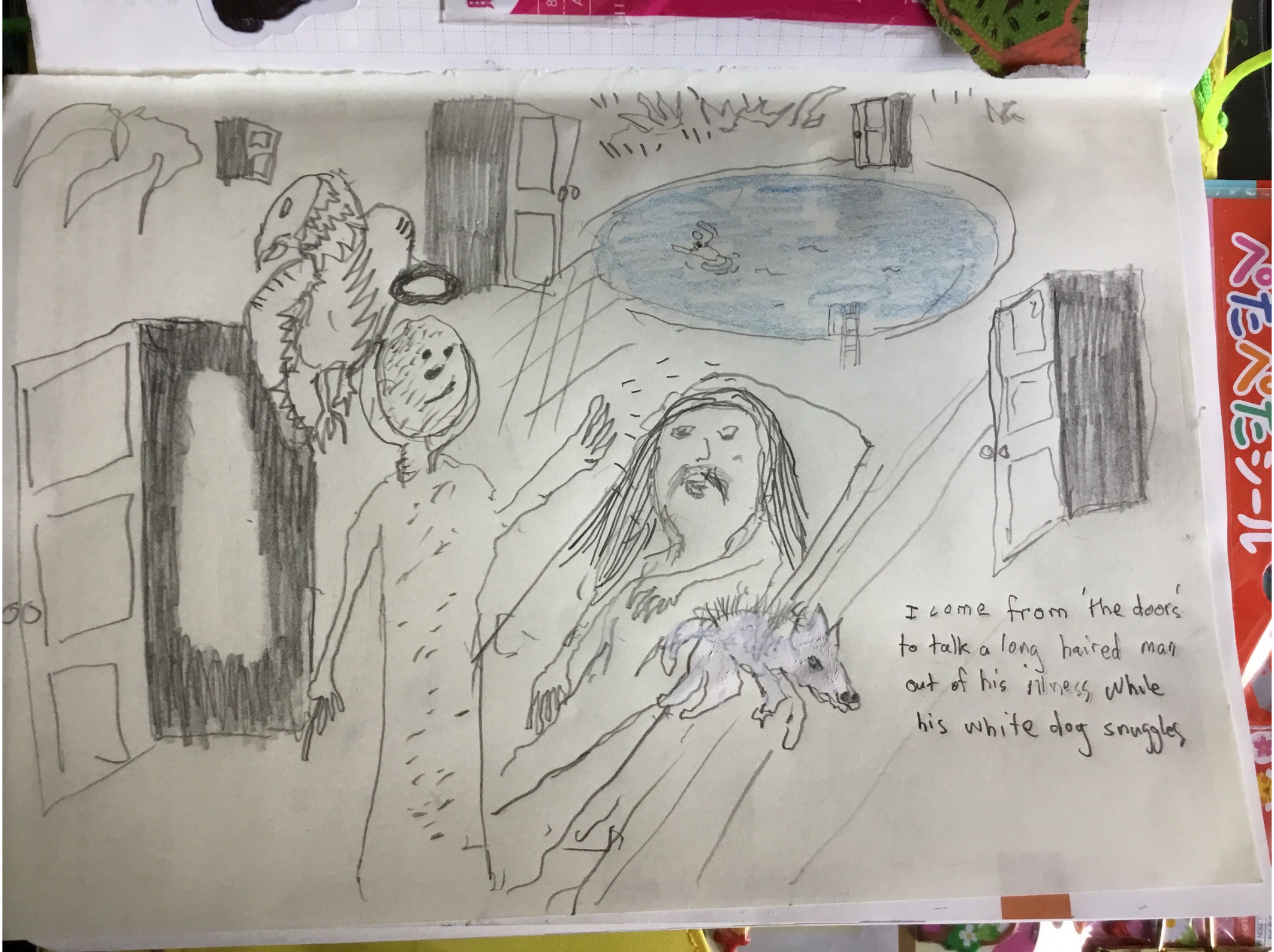
好きなものを好きであること。
好きな人を好きであること、好
好きを愛おしんだり、好きを大
さらに好きなものと出合える機
こんなに簡単なことだったのか。
―― 糸井重里が『今日のダーリン』の中で

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 10 木 THU 010

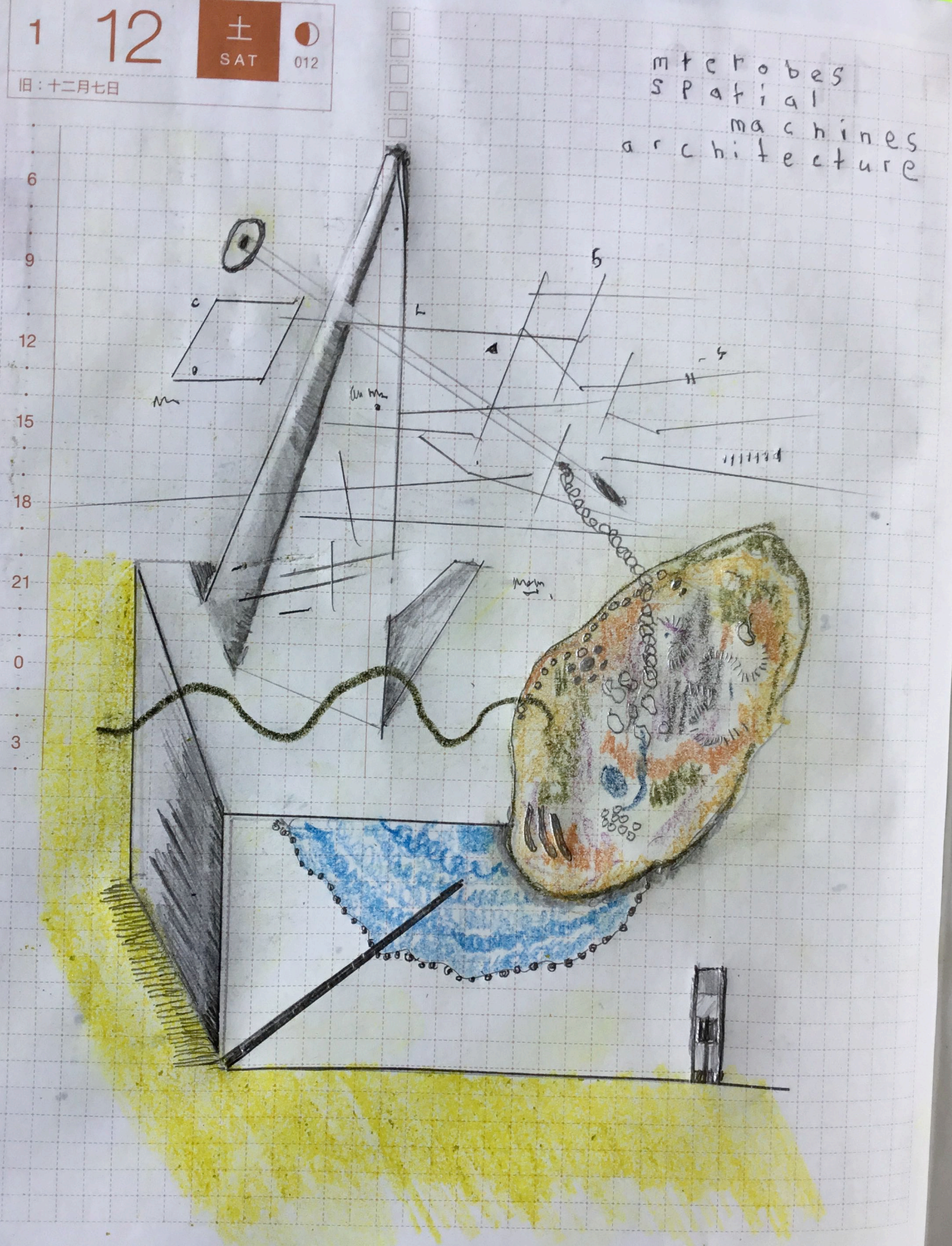
旧：十二月五日

筆に入る力の具合を大きく分ければ、深さと、速度と、それから角度
深さ、速度、角度の三つの関数が展開して、ひとつのドラマが生
そのドラマを見ることが、書を見るということ。
指でなぞれば、いろんなことが見えてくる。筆を持って、同じようになぞってみれば、
誰もが、さらに細部にわたってリアルに書を見られるようになりますよ。
—— 石川九楊さんが『石川九楊の「書」が


I come from 'the doors'
to talk a long haired man
out of his illness, while
his white dog snuggles

1 12 土 SAT 012

旧：十二月七日



絵は、いってみれば全部が未完成です。どっかで手放さないと、終わらない。
だからぼくは、一生のうちに一点の絵だけを毎日描き続けるのも、おもしろいと思う。
今日と昨日と明日の絵が変わるでしょ？
それを写真だけで記録しとくの。
―― 横尾忠則さんが『YOKOO LIFE』の中で

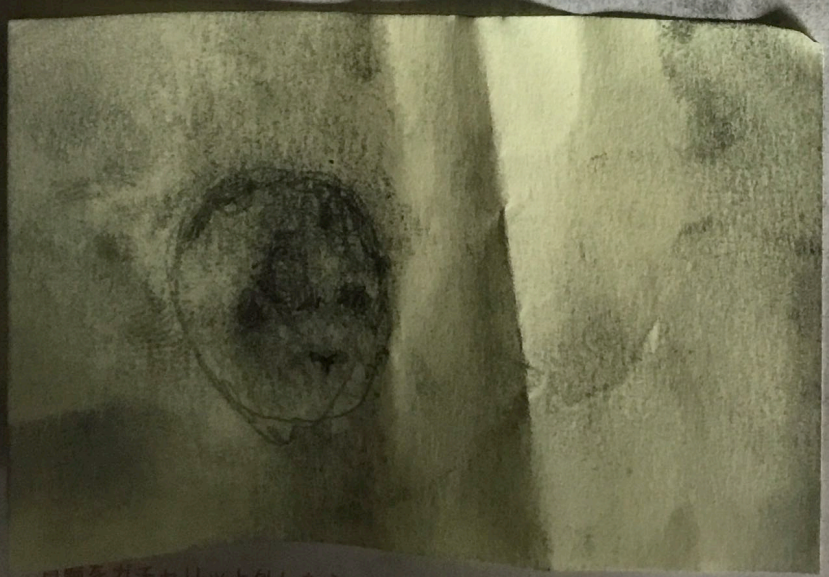
13 日 SUN 013

十二月八日

• fferance

1 14 月 MON 014

旧：十二月九日



■■を力チャリッと外したら、リョウ、一瞬にして「バーンっっ！」って外に飛び出してった。めっちゃターボで。
で、家の前の道に出ていくときの■が■■

1 15 火 TUE 015

旧：十二月十日

6
9
12
15
18
21
0
3

3歳の息子が起きてきて
「あー！　いっぱい寝たから、
ちょっと小学生になった気がする」
と、言いました。
――『今日のコドモ』より

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 16 水 WED 016.

旧：十二月十一日

人生を一枚、薄ーく切っただけでも、そこに年輪は見えるし、
木のにおいは漂ってくるし‥‥ 見えてくるものがあるんだね。
で、その、人生を薄く切るものこそ、おそらく「質問」なわけ。
彫刻家はノミで仏像を彫り出すけれど、
ぼくらは「質問」で人間像を彫ってるようなもんだと思う。
―― 塩野米松さんが『インタビューとは何か。塩野米松さん篇』の中で

1 17 木 THU ○ 017

旧：十二月十二日／冬土用入

神戸で生まれ育った友人が、毎年、この日に、
なにをするという目的があるわけでなく神戸に行く

1 18 金 FRI ○ 018

旧：十二月十三日

6

9

12

15

18

21

中国には、いい文章を表す「頭は虎、胴体は豚、尻尾はヒョウ」という言葉があります。
まず、文章の冒頭には虎のようにまっすぐに、じぶんの主張を書きます。
そして、胴体は豚。最初に書いた主張についての理由や証拠を書く。なぜ豚かというと、
豚肉はおいしいから（笑）。いい文章は、この部分がいちばんいい味わいになる。
で、最後は文章のまとめを、ヒョウの尻尾みたいにエレガントに書いて締める。
—— 江洋さんが『勉強の夏、ゲームの夏。2017』の中で

1 19 土 SAT ○ 019

旧：十二月十四日

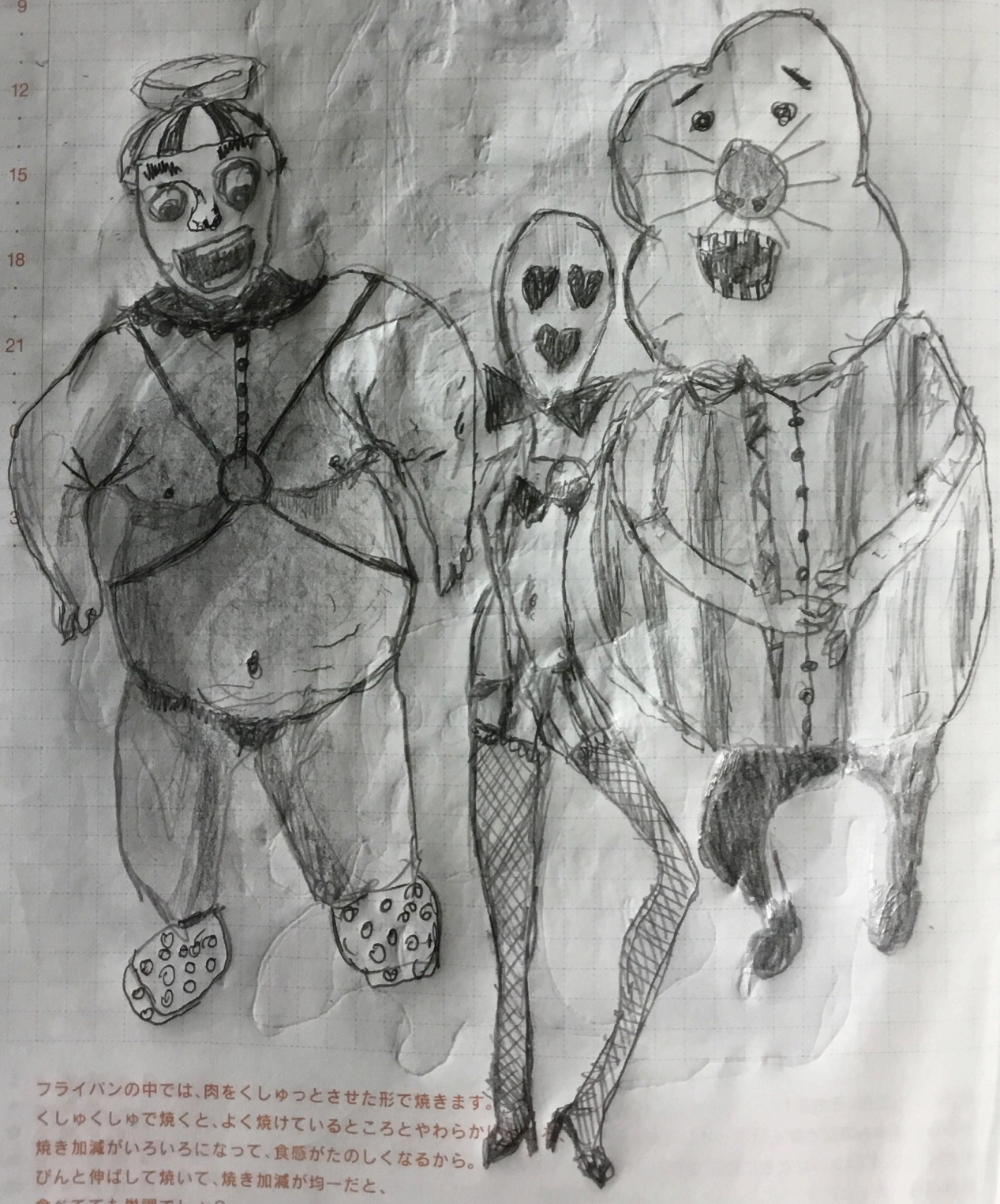
意味というのは、そもそも、
後からつけるものだとぼくは思っています。
デザインは、思いついたときにはいつも、
言葉はありません。
―― 佐藤卓さんが
『株式会社ほぼ日のロゴマークができました。』の中で

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 20 日 SUN ○ 020

旧：十二月十五日／大寒

HAPPY FETISH FAMILIE



フライパンの中では、肉をくしゅっとさせた形で焼きます。
くしゅくしゅで焼くと、よく焼けているところとやわらか
焼き加減がいろいろになって、食感がたのしくなるから。
ぴんと伸ばして焼いて、焼き加減が均一だと、
食べてても単調でしょ？
―― 伊藤まさこさんが『ごはん片手のおいしい時間。』の中で

1 21 月 MON 021

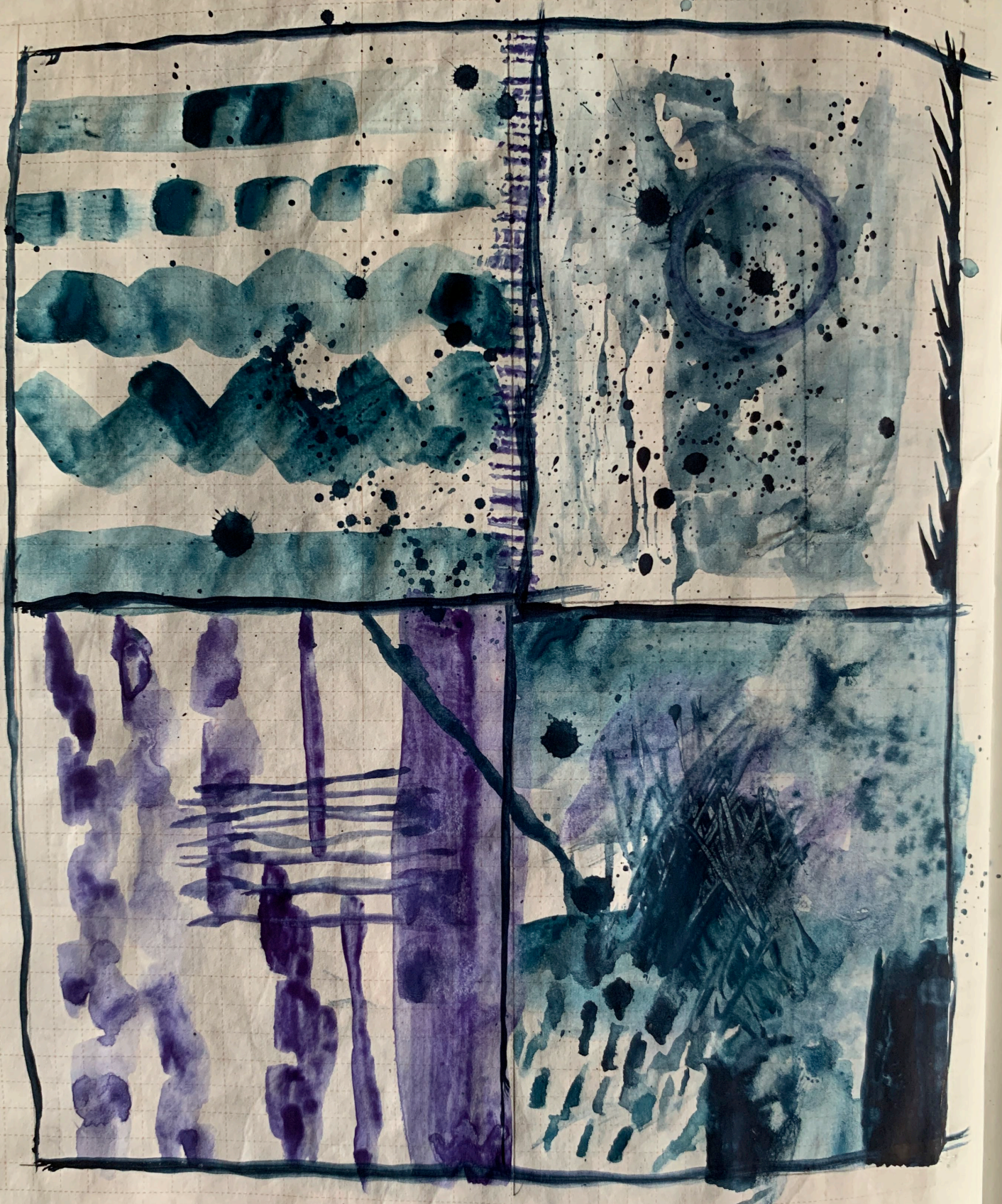
旧：十二月十六日

not-mot love plastic plant, not paper dragon

1

東京という大きな土地があって、
そこに来たい人が来て、時が来たら去って。
いろんな人が出たり入ったりしている。
そういう、ちょっとさびしい感じが好きです。
—— 朝吹真理子さんが
『東京の子。辛酸なめ子さんと朝吹真理子さんからみた「東京」』の中で

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



久々に実家に顔を出した。怪我やら病気やらで体が思うように動かない父は、
せっかく娘夫婦が来たというのにオレはなにもしてやれない、と言う。
でもね。プレゼントしたTシャツを着てリハビリ頑張る父の姿に、
娘夫婦は大いに力をもらっている。父に負けぬようわれわれも頑張ろうと思う。
——『今日のじーちゃん·ばーちゃん』より

1 23 水 ○
WED 023
旧：十二月十八日

1

人間は100%は共有できないけれど、
20%くらいはたとえどれだけ歳が離れていたとしても
共有できるんじゃないかと真剣に思っています。
——燃え殻さんが
『「ボクたちはみんな大人になれなかった」の感想に、

月 火 水 木 金 土 日
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26

1 24 木 THU ○ 024

旧：十二月十九日

「箕(み)」って知っていますか？
穀物を収穫したときに、欠けたものとか、殻とかを、
ふるって、風を入れて、選別する道具なんですね。
箕の形って、全国どこでもそう大きくは変わらないんです。
この形は、力学的に完璧なんだそうです。
―― 市川伴武さんが『竹籠屋五代目雷蔵記』の中で

1 25 金 FRI 025
旧：十二月二十日
6
9
1
15
18
21
0
3
魅力のある人というのは、「抱っこされている犬」みたいな、
愛嬌のある弱さを持っている

ほぼ日手帳を使い始めた2015年は、台北で仕事を探していたときだったから、
やることがいっぱいで、どこかに書きつけていなければ
毎日が捨てられていく……みたいな気分だったんです。
そして今はボストンで勉強しながら、すばらしい経験ができているから、
この時間をずっと書きたくない、ほぼ日手帳に20代の思い出を残しておきたいんです。
――ライフルーツさんが「世界中に、ほぼ日手帳時間がいる。」の中で

28 月 MON 028

日：十二月二十三日

TTE1801N529C0 ヨシタケシンスケ/しきもの日
和カバーのみ [オリジナル]

9 size

This page is left blank intentionally.

カバー・オン
オリジナル

販売価格 ¥20

4 580235 729

株式会社ほ

10 size

10 size

MADE IN CHINA

から浅いところに設置しています。
ーキを強くかけなくてすみますよね。
をたくさん使わずにすみます。

が『東京の地下鉄を見続けてきた。』の中で

www.tarokodesign.com

TAROKO DESIGN
international standard A5 size

inch

29 火 TUE 029

十二月二十四日

1

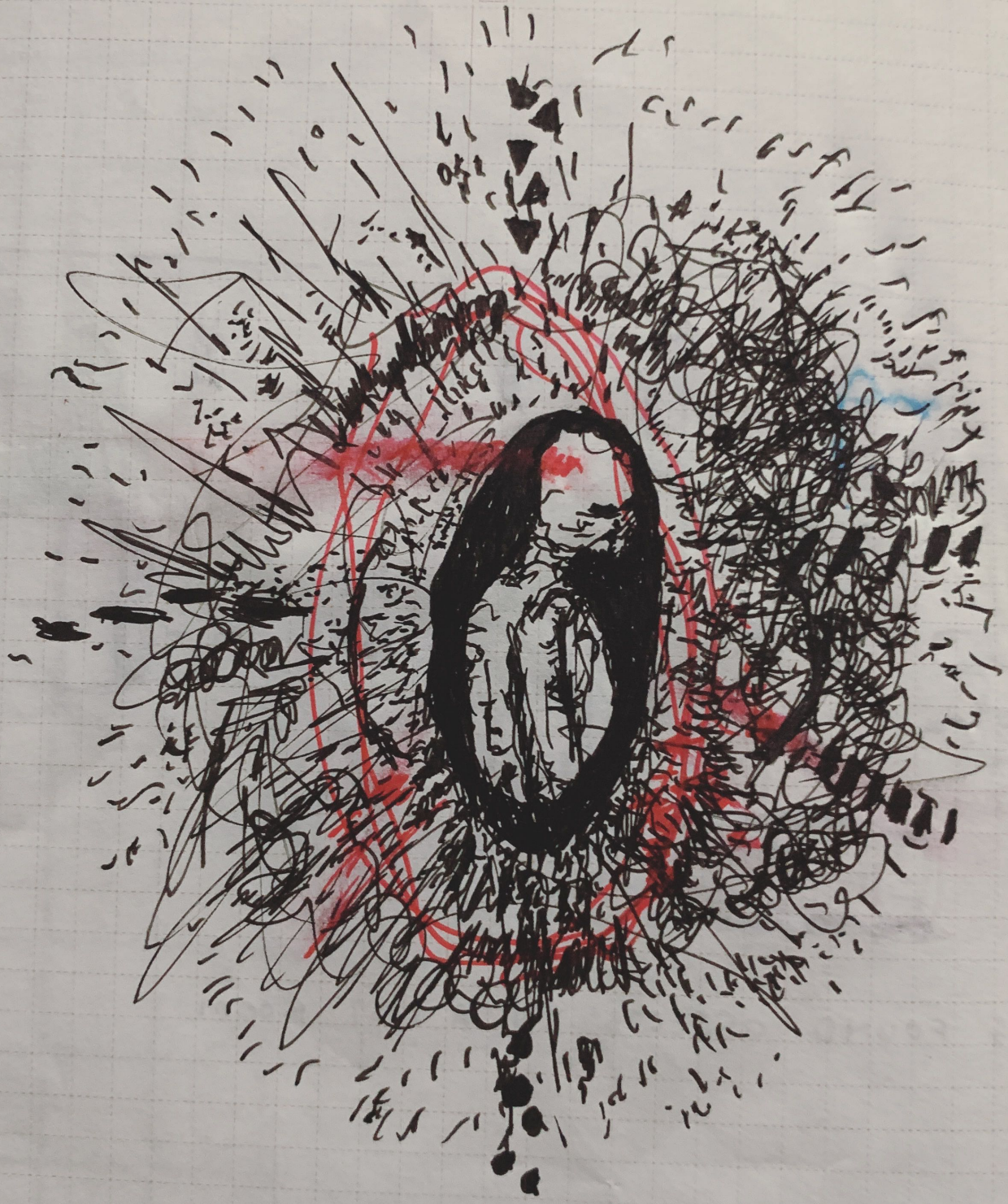
VERIFYING FOUND OBSECTS IN A LOST ROOM

私に言わなきゃいけないことがあるとすれば、
それは、自分が言いたいことだけです。
—— 髙田明さんが『伝える仕事。』の中で

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 30 水 WED 030

旧：十二月二十五日

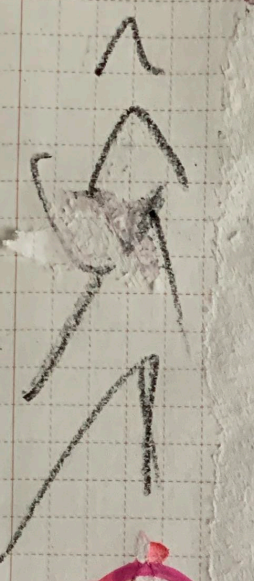


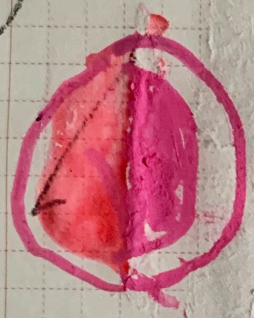
RESISTANCE

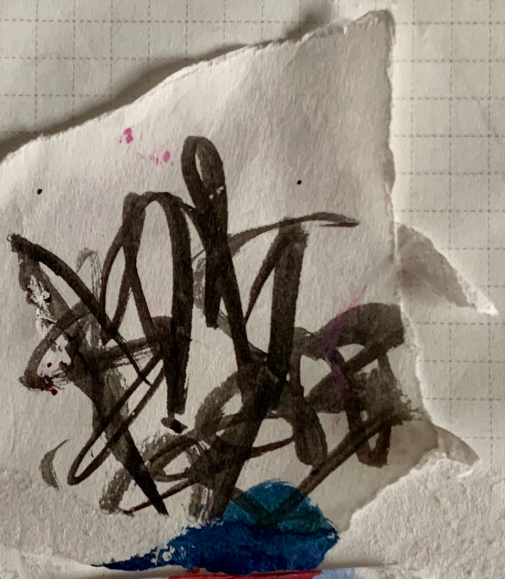
1 31 木 THU

旧：十二月二十六日

6
9
12
15
18
21
0
3

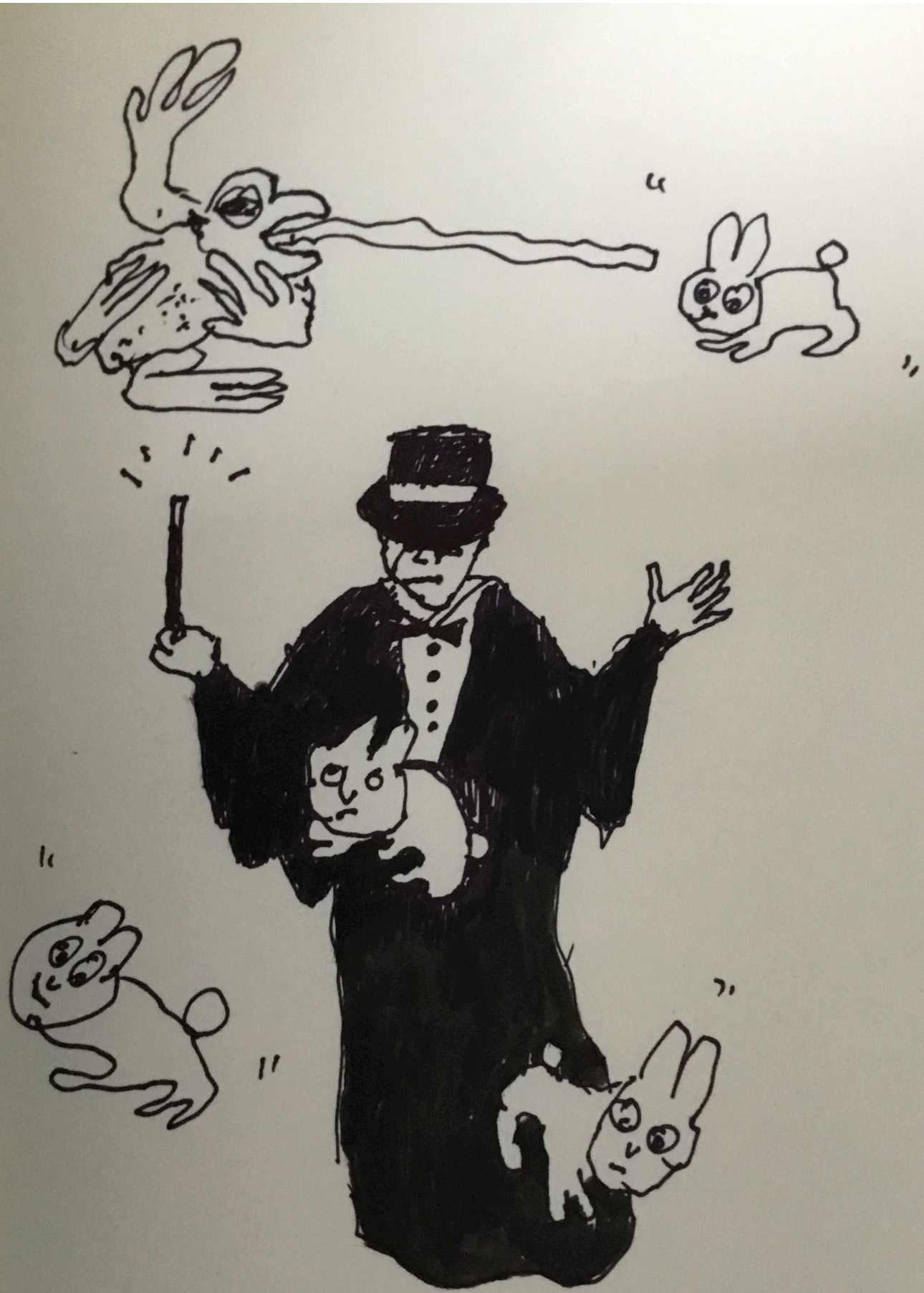






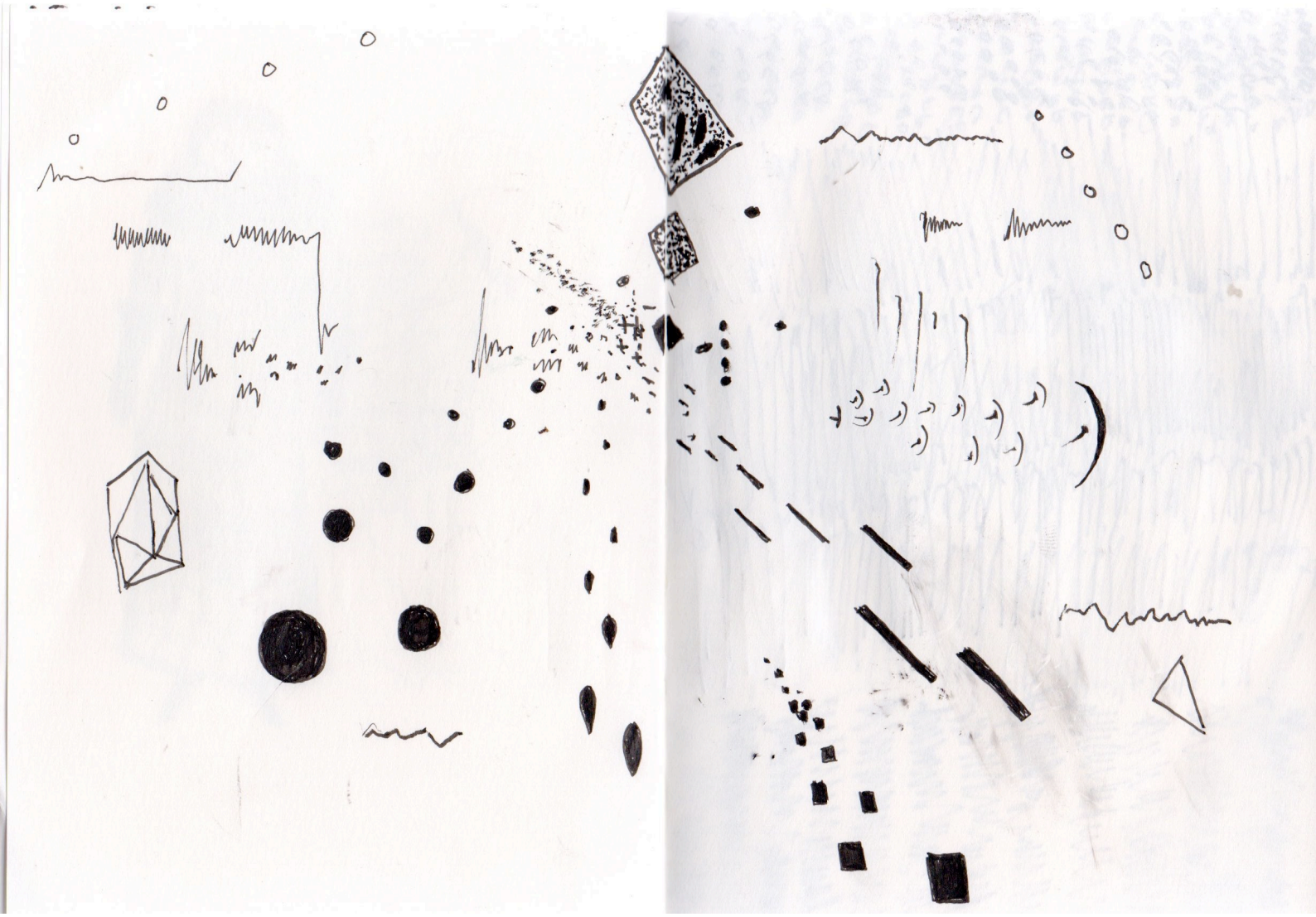
本は、ひとりになって、
自分の頭で考えることができるツールです。
孤独に対して恐れずに進んでください。
孤独を知っている人は、
この先だれかとつながっていけると思います。
—— 河野通和が『19歳のほぼ日、はじまります。特別講義』の中で

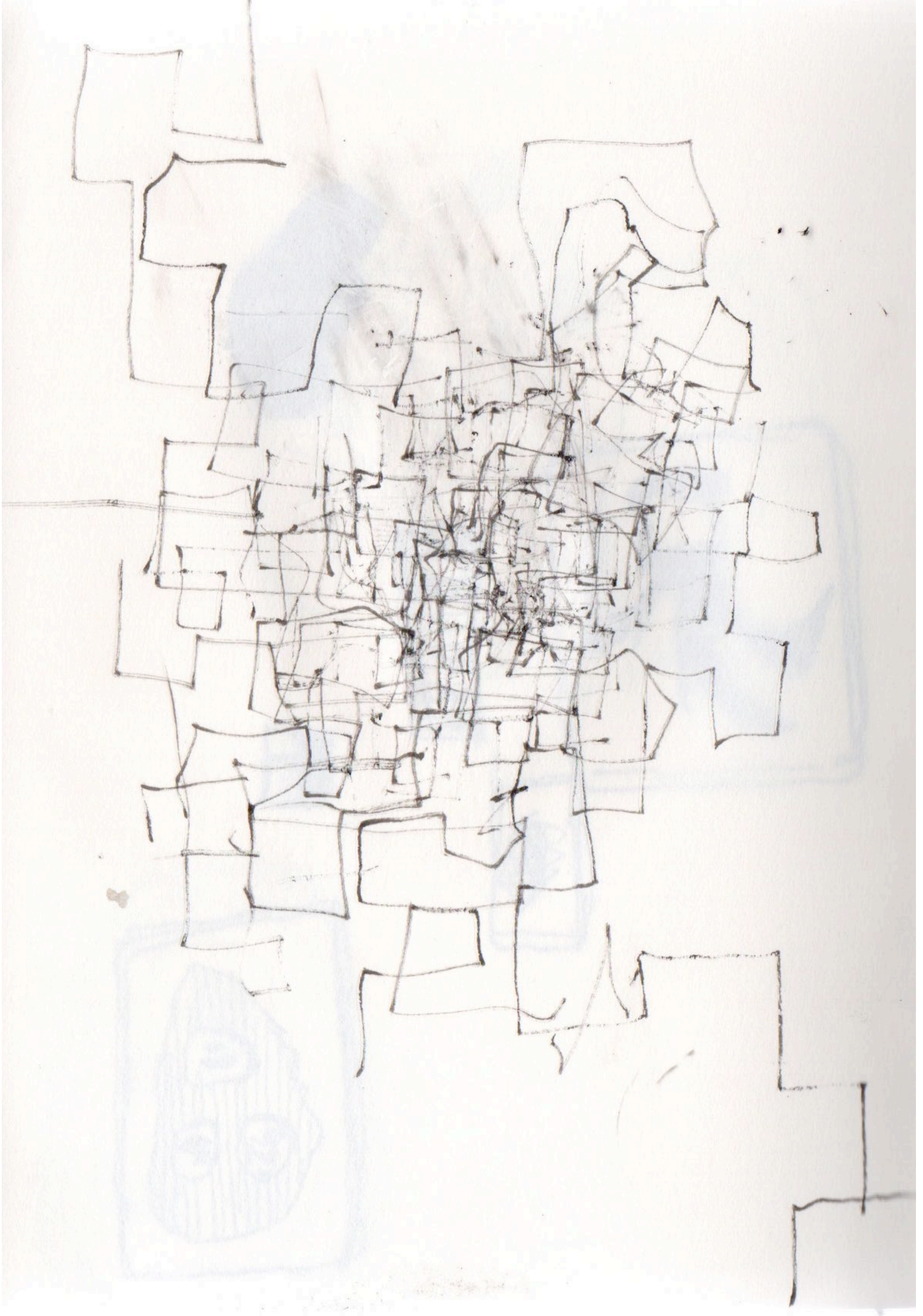
月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

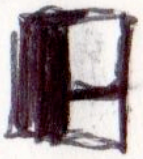


"This is where the maple syrup comes in."

minotaur, Mr Grim + Popye
eating crackers







2019
9th week
2·3
如月-弥生 FEB-MAR

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	1	2	3

25 月 MON

26 火 TUE

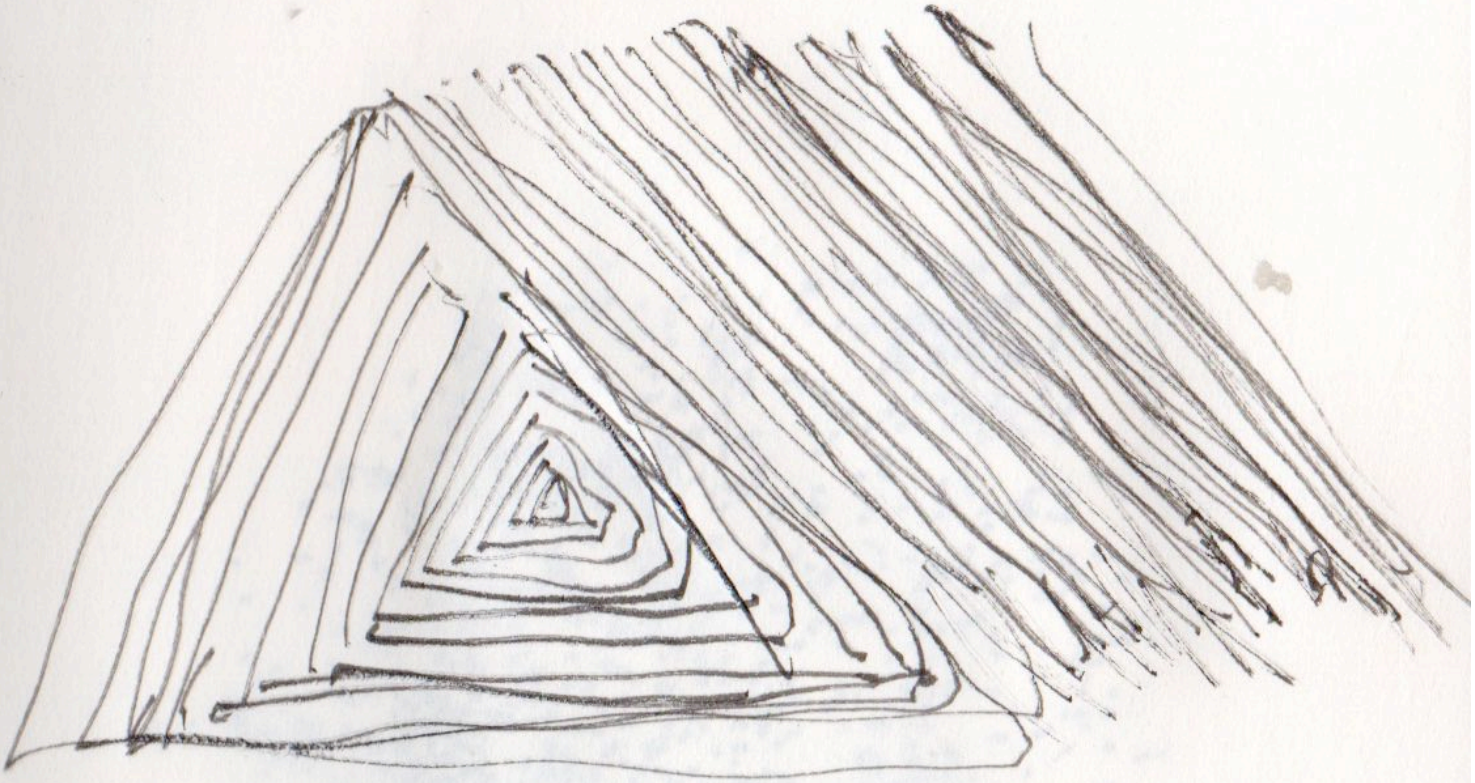
27 水 WED

28 木 THU

3/1 金 FRI

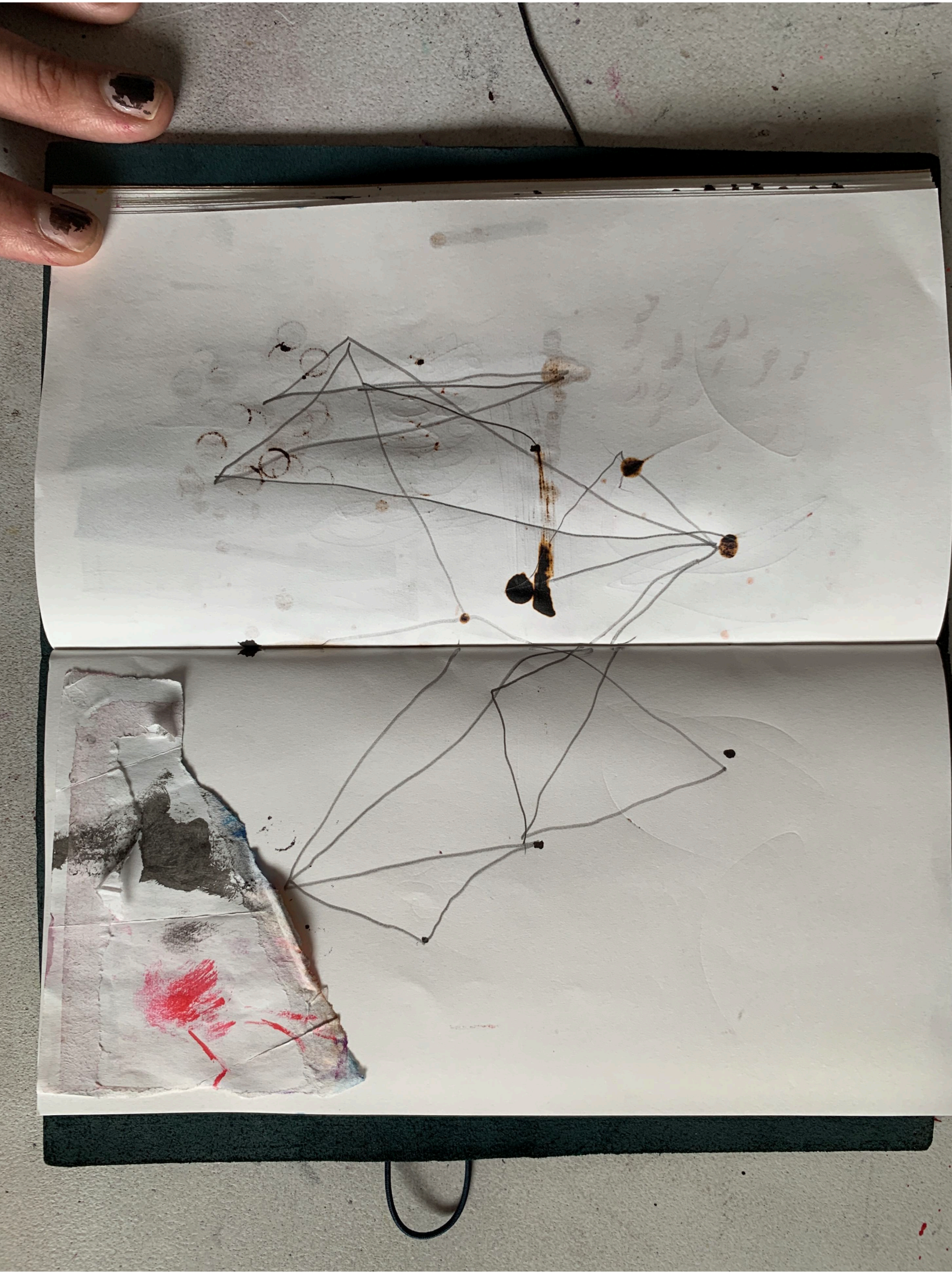
2 土 SAT

3 日 SUN
ひな祭り



Paint Marker
DALER ROWNEY
DALER ROWNEY

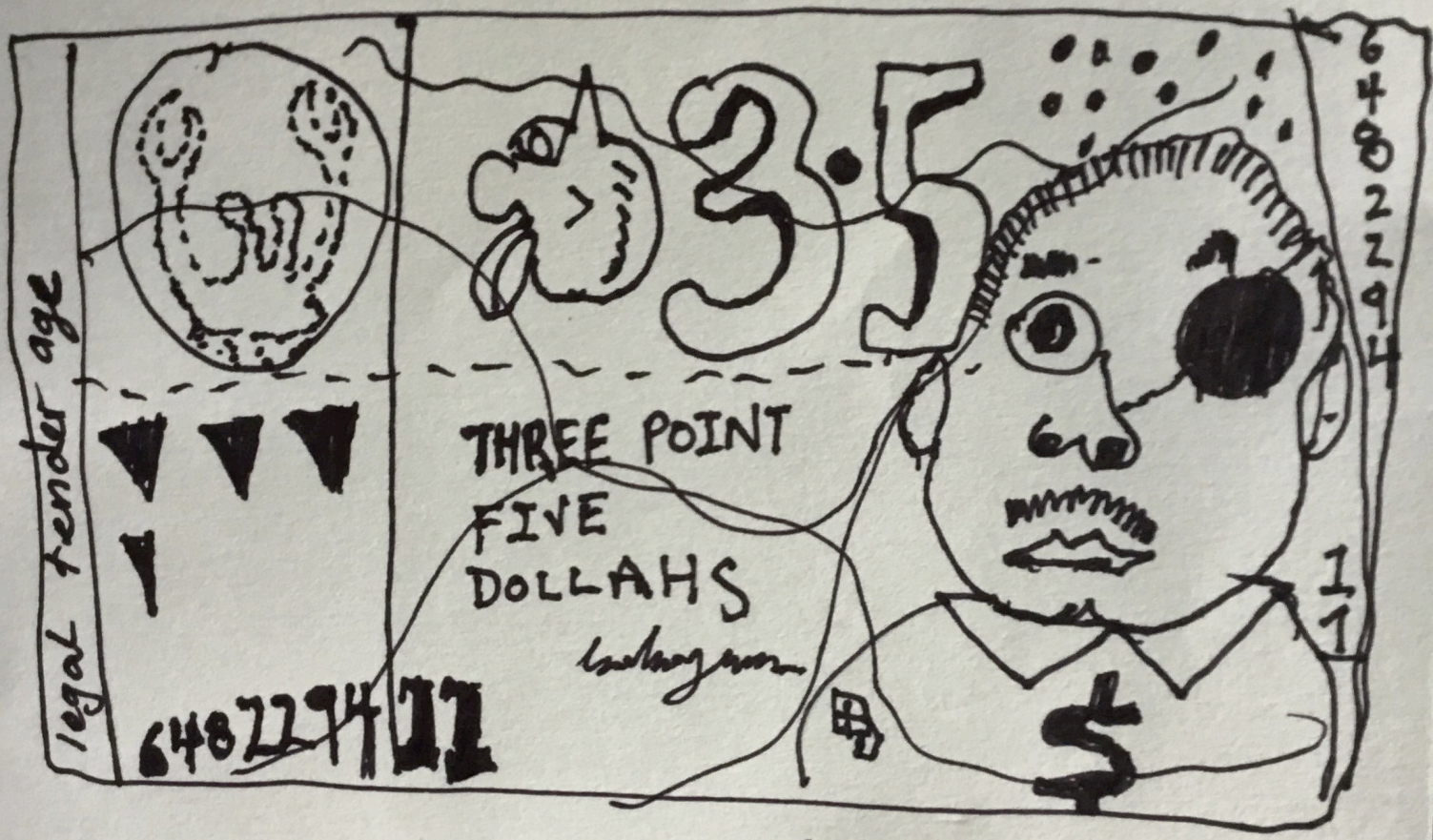
Advanced Stiletto fighting



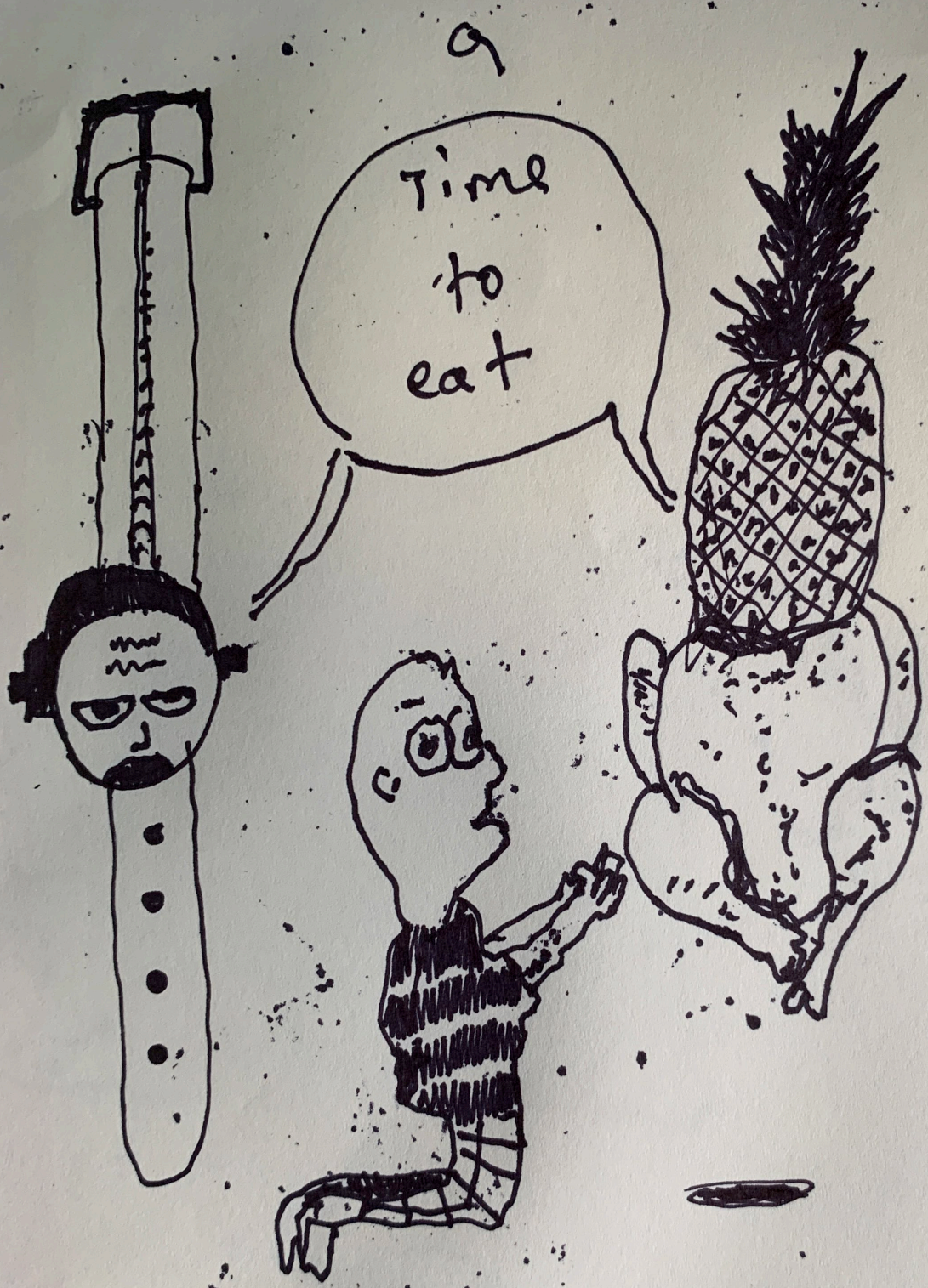
The Monocle

$1.00

new moneyz to buy shizz!



Spend wisely!
Say NO to
Cheapo drugs



(to pineapple chicken god)

vintage fantasy warrior fellow fighting evil dragon monster from yester yore.
(Feat Pukiman)

makes angry people chill!

"Excuse me?"
Wardrobe.

2019
9th week
2·3
如月-弥生 FEB-MAR

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	1	2	3

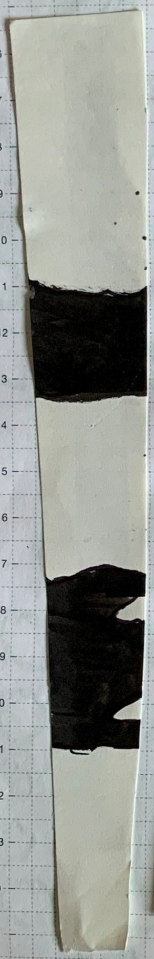
25 月 MON
26 火 TUE
27 水 WED
28 木 THU
3/1 金 FRI
2 土 SAT
3 日 SUN
ひな祭り

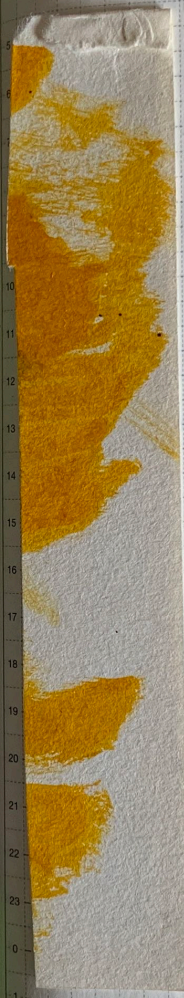
2019
3
10th week
MARCH
4 月 MON
5 火 TUE
6 水 WED
7 木 THU
8 金 FRI
9 土 SAT
10 日 SUN

2019 3
11th week
弥生 MARCH

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11 月 MON
12 火 TUE
13 水 WED
14 木 THU
ホワイトデー
15 金 FRI
16 土 SAT
17 日 SUN





3

MARCH

水	木	金	土	日
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

18 月 MON

19 火 TUE

20 水 W

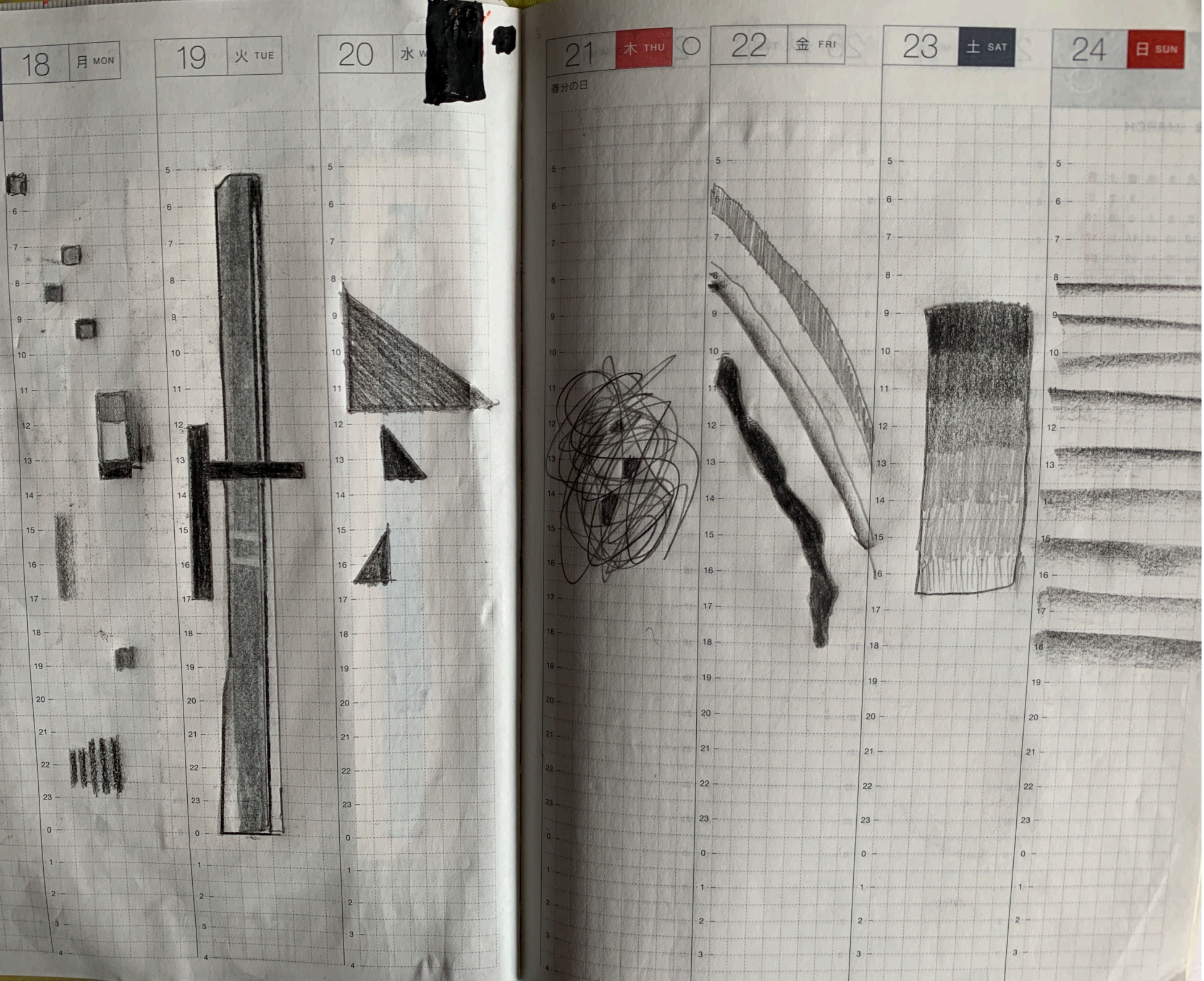
21 木 THU ○

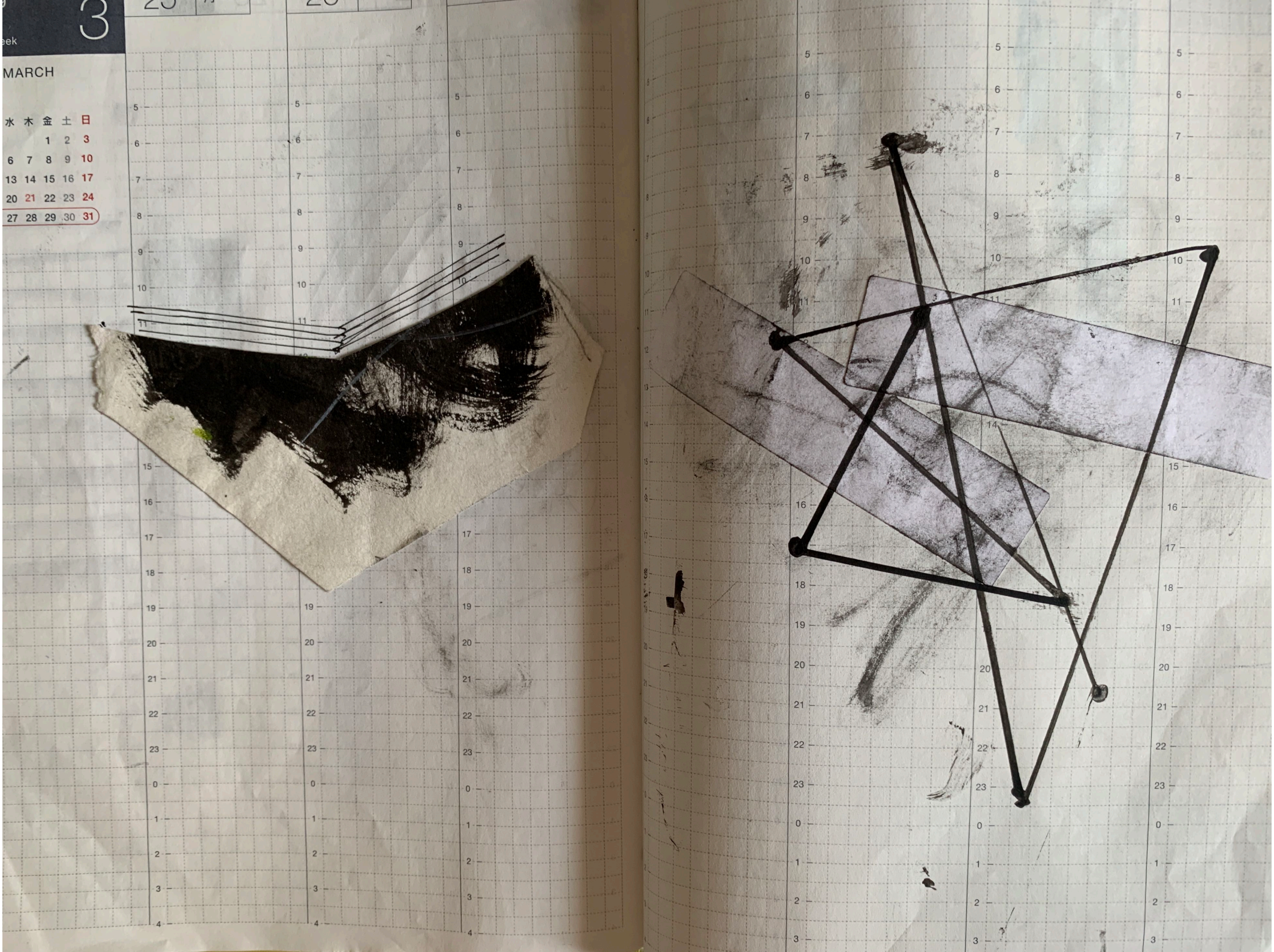
春分の日

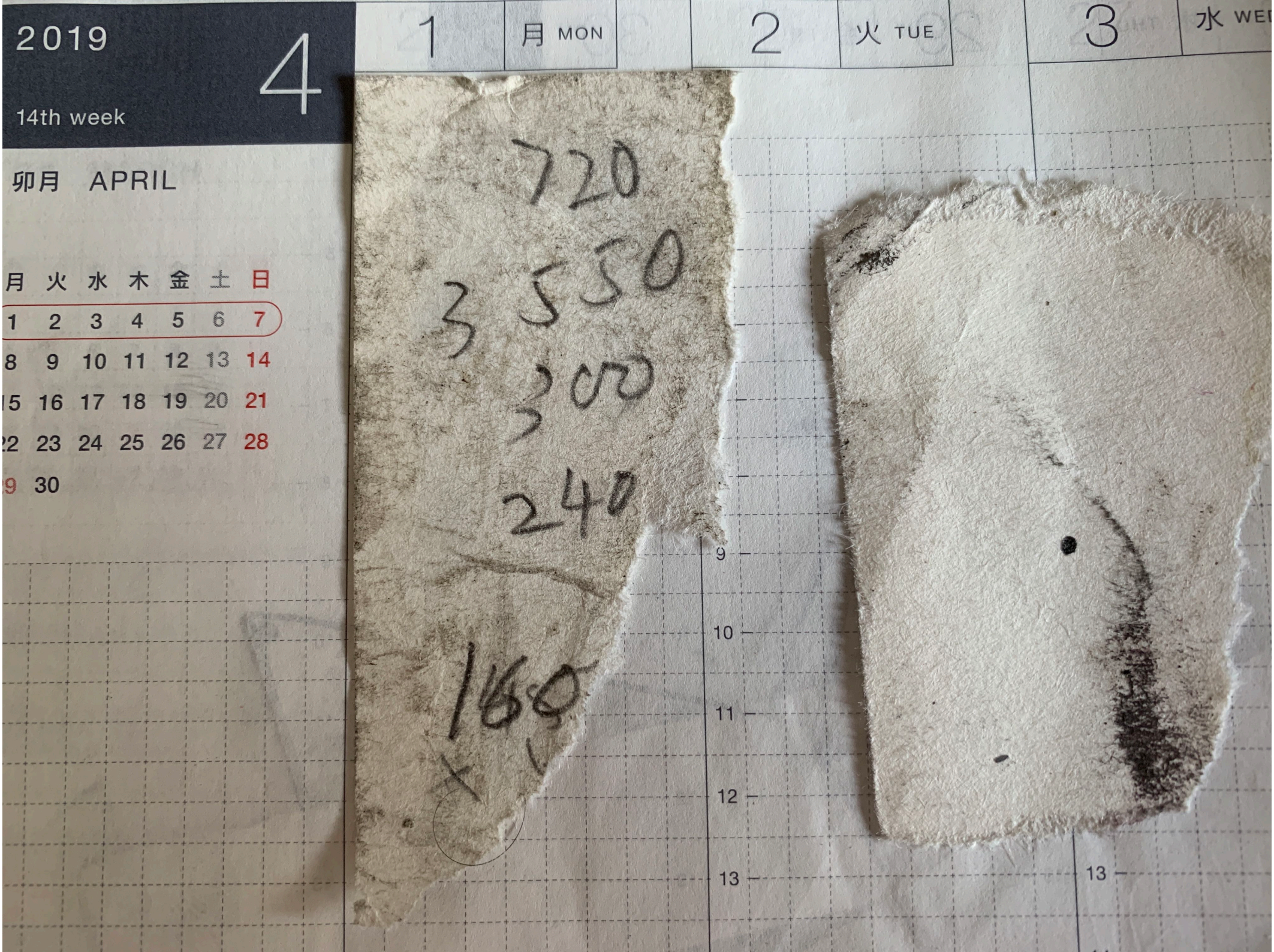
22 金 FRI

23 土 SAT

24 日 SUN




3
MARCH
水 木 金 土 日
1 2 3
6 7 8 9 10
13 14 15 16 17
20 21 22 23 24
27 28 29 30 31


2019
4
14th week
卯月 APRIL
月 火 水 木 金 土 日
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30
1 月 MON
2 火 TUE
3 水
720
550
300
240
160
9
10
11
12
13
13

2019

2

7th week

如月 FEBRUARY

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

11 月 MON

建国記念の日

12 火 TUE

13 水 WED

14 木 THU

聖バレンタインデー

15 金 FRI

16 土 SAT

17 日 SUN

The