



# 順造選便利

お伝えしたいこといっぱい...の気持ちをこめて。

順造選ショップ 2020年9月号 97号  
無料配信(郵送)をご希望の方は  
0120-103-712  
FAX.06-6443-2025  
http://www.junzosen.com/

## おすすめの色音



「BEETHOVEN FOR ALL」  
ベートーヴェン/ピアノソナタ全集  
BY バレンボイム・ダニエル  
いつ聴いても心に染み入ります。イライラしているときには、バレンボイムの重みのある音色が助けてくれます。最高! ベートーヴェンに感謝しています。

今日は8月7日です。8月になって思い出しますのは戦争中、戦後のことです。大阪ではチヨイチヨイ集団疎開で奈良の寺に泊まり込みで学校から行ったこと、中之島と陸側とで「敵発見せり!」とかの手旗信号の練習を早朝からしたことや、両親の愛媛の田舎へ疎開し毎日学校でいじめられたことやら、伝馬船で海に漕ぎ出していた時、グラマン戦闘機が突然現れ機銃掃射を始め、海に飛び込んでたまたたことや、空襲警報が鳴り響き、慌てて水浸しの防空壕に逃げ込んだこともありました。食べるものはカボチャとイモが毎日で米の飯は年に1回くらい食べたでしょうか。今でもカボチャは嫌いです。全てが物々交換でお金は何の役にも立たず、父親が海辺の浜で塩を作るために塩炊きを始め、その塩を持って農家に行き、イモと交換してこいと言われ、塩を持って農家を訪ね歩き、乞食のような扱いを受けたことは今も忘れません。小学生5、6年の頃のことです。

### 九月のお便り

世阿弥は「風姿花伝」の中で「人の心に思ひも寄らぬ感を催す手立て、これ花なり」と思いがけない意表をつくような感動を与える方法、手段、これこそが飽きられない秘訣(花)だと喝破しています。

人に感動を与えるには、珍しく、新鮮で意表をつかねばならないというのですから、今もそのまますっきり、その通りですね。60の年も前に能楽師・世阿弥が分かっていたので、すから、ただただ驚きます。

そしてその言葉は、未来にも通用していくのですからね。

### 本便利

「CRE Traveller」  
あなたに感動の一冊  
行きたいと子供のよう  
思うのです。  
それも楽しいことですよ。

行きたいと子供のよう思うのです。それも楽しいことですよ。

### 至言

#### スペインとフランスの国境にあるバスク地方

行きたいと思っている所の紹介雑誌があれば、私は買い溜めています。この2冊はスペインとフランスの国境に位置するバスク地方について書かれています。このバスク地方への旅は2回行くことになっていたので、病気の都合で突然中止になってしまっています。今年の5月か6月には行くことにしていましたが、コロナウイルスでまた中止、これで3回中止。来年春にはどうしても行きたいと思っているのですが、どうでしょうか? 行きたい夢を持ち、雑誌を見ながら行きたい、行きたいと子供のよう思うのです。それも楽しいことですよ。

## 健康「バリアフリー」

### ロコモ

旅館、住宅等でバリアフリーがよく取り上げられている最近ですが、私は「バリアフリー」には疑問を持つ人間です。確かにバリアフリーの家は高齢者にとって安全だと思えます。何も考えずにサッサと歩いて、つまずく心配もなく安心して歩けます。しかし、このような安全な建物の中で生活していると、高齢者にとって必要な注意力や考える思考力が低下劣化していくのではないかと疑問です。高齢者が外に出た時、よく考え、注意して歩かねばならないことを忘れた高齢者は危ないのではないかと? 高齢者を安全に保護するのではなく、自分の力で注意深く生きるサポートこそが必要ではないでしょうか。85歳の私はバリアだらけの建物の中に住み、また仕事もしています。4階までの階段を毎日10往復はしてフウフウ言いながらチャレンジしています。

## 順造さんの旅日記

### 素晴らしい国! ニュージーランドの旅

ニュージーランドのマヌカハニーの旅について前回書きましたが、500万人くらいの小さな国で二つの島からなっています。

最大の都市は北島の北部にあるオークランドで、首都は北島の南端にありますウエリントンです。

私は上から下まで車で回りましたが、ハイウェイはオークランドの周辺にあるくらいで、殆どが地道なのに驚きました。

レンタカーで旅をしますと、小さな町、村にも素晴らしいホテルもあり、あちこちにある湖も透き通る水で自然があふれかえっている国です。

北島の上から1/4くらい下のAUPPO湖周辺にあるTAUPOの町が好きで泊まっています。このホテルは3組の部屋しかありません。昔、お手持ちの別荘だったよう

朝食は隣のキッチンでプロのシェフが好きなものを作ってくれます。

部屋からの眺めも最高ですよ!

それにどんな小さな町に行っても、布ナプキンとフォーク・ナイフがセットされたきちんとしたレストランがあるのです。日本の地方の小さな町や村で失われた昔の光景がここにはあります。まだまだ書きたいことがたくさんありますが、是非ニュージーランドの田舎の町や村を訪ねてみてください。素晴らしい国です。

ニュージーランドは牛と羊も、このように放牧されています。しかし、牛・羊だけが美味いわけではありません。生オイスターが美味しい。日本のカキのブヨブヨしたものとは全く違います。ムール貝・ハマグリも大きくて安くてたっぷりボールに山盛りで出てきます。何を食べても美味しい!

湖で私が釣ったマス2匹です!

## 感動したこと!

フツと身の回りに何か生きたものを置いてみたく感じ、6月半ば頃、写真のような小さな高さ20cmくらいの「サボテン」を会社のデスク横に置いてみました。そして1週間に1回少量の水をやっていると、何か健気にも頑張っているなあ!!と声をかけてやりたくなくなっています。毎日コロナ、コロナで気分が滅入る日々、勇気を与えられるような気持ちになってきました!! 皆さんの家庭でも実行されたら如何でしょうか!? 大きなものではなく小さなもののほうが良いように思います。

上野孝行氏がこんな風景を詠んでおられます。なかなかにこのようにはいかなない私です。良い句ですね

ひぐらしの声を残して 山暮るる

私はヒグラシの声に合わせて暮れていく夕暮れ、ヒグラシの声が終わると夕暮れは闇になっていきます。

ひぐらしに 唱和するのか 夕間暮れ

俳句らしきものを作るのですが、自分が持っている言葉の少なさに情けなくなるのですよ。

順造逸選

順造さんが今、お薦めしたいこと

新しい発見! プルーン150

80歳を過ぎる頃から少しずつ便秘気味になり、「ピライーナEX」を飲み始めましたが、昨年からそれだけでは駄目でアロエエキスを加えて調整して頂きました。アロエの弱点は飲む量の加減が非常に難しいのと、便を無理に出すような嫌な便の仕方になります。

私の居場所

居場所について、これだけ書いてきますと、もう書くことも思いつかなくなり、困っています。そこで書き始めるとペンが走り出しはしないかと思いい、今書いています。

自宅を建てる時、炭が土壌の改良、調湿、脱臭に良いと聞きまして、中庭に備長炭の粉を入れました。家のあちこちには、昔の陶器の手あぶり火鉢に備長炭を入れて置いてあります。

それによつてどんな効果があったかは30年後の今も体感していません。また会社の内装を変えた時、私の部屋は壁に備長炭の粉を塗り込め、木張りの床下にも入れてみました。

天井にはイオン発生器をぶら下げています。二十数年経ちますが、効果は直接に体感していません。良いと思うことはやってみて、効果は体感できません。

大病もせず、元気に仕事もでき、どんなものも食べられ、お酒も飲み、歩いて、85歳。

酒も飲み、歩いて、85歳。

危機への対応

私が危機対応で学び経験したこと。危機に直面した時、識者の人達は危機後の世界はこうなるだろうと書きましますし、マスコミも危機後の世界を予測した記事を載せます。そのような予測をいろいろ取り寄せ集め、それを基にして考え、危機後の世界はこうなるのだから、それに備えて今行動を一般の人は起こそうとします。しかし考えれば考えるほど、たくさん出てくる予測のどれを信じて、今対応するに良いのか分からなくなるのではないうか。私は危機の真つただ中で、危機後の世界を的確に予測することは不可能だと考えています。そしてこれらの予測を信じて、危機後の世界を思い描き、危機時に行動するリスクは余りにも大きく、私にはそのような度胸はありません。危機時には解らないこととは、深く考えず、それは神様にお任せして、今直面している危機をどう切り抜けていくかに全力を傾けて行く過程で、進みゆく方向が次々見えてくると思つて居るのです。危機時に完全な答えを求めていると、決断できず、何もできなくなり、出来ないと、それはそれとして置いておいて、深く考えない、できることから迅速に決断し、準備し、実行に移していく。

半年か、一年先にはボツボツ見えてきます。先のことはそれからでも遅くないのではないのでしょうか。危機の真つただ中では、分らないことは神様にお任せするのが私の主義です。

お客様の声

石川県女性 H.K様 年齢不明

私はずっとトイレがすっきりしなくて悩んでいました。いつも残尿感がありました。クラベリーを飲み始めてから残尿感が少なくなり、あまり気にならなくなりました。それと同時に風邪もひかなくなりましたし、油物と一緒に採ると脂肪の吸収を押えてくれるように、血液検査いつもキレイです。

「スタッフ森下からお返事」

毎日何度も行くトイレですからスッキリしないのは困ってました。トイレのお悩みが解消しただけでなく、検査結果も良いように本当に良かったんです。クラベリーはそのような効果がありますので、これからも続けていただき快適にお過ごしくださいませ。

兵庫県男性 J.Y様 48歳

いつも寝不足で目が充血するのですが、この2、3日はあまり充血しなくなりました。平日、休日、平均で5〜6時間睡眠です。飲み始めて1週間ほどで効果を感じるようになりました。1日1本を1週間続けて、9日目10日目は朝と夜、1日2本にすると更に良い感じ。朝と夜飲んでいきたいと思つています。20歳代後半から飛蚊症になったので、飛蚊症が減らないか、毎日みています。

「スタッフ森下からお返事」

カシスは瞳周辺のめぐりを良くしてくれ、そうやすから、疲労回復、またクリアな視界に導くと云われています。私たちの周りでは、目の疲れが回復したと大好評! 飛蚊症のお悩みにも効果があれば、実感されたら是非お知らせください。

兵庫県女性 C.H様

毎朝、4時45分に友人と二人ウォーキングをしています。新舞子海岸から上る朝日を楽しみに、毎朝ちがう雲、キラキラ光る海、潮の動き、感動で子供みたい喜んでおぼちゃん2人です。又帰ってからはバナナ一本とジュースの味。1日のスタートです。今日1日も頑張ろう。

「スタッフ森下からお返事」

海岸から見える朝日はきつと綺麗なんですよ。毎朝の素敵な習慣ににんじんジュースを加えていただき嬉しく思います。それにしても朝4時45分からウォーキングとは!! 何だか元気をもらえました! ありがとうございます。

採用された方にはもちろん粗品進呈中。



「買ってよかった!」



超濃度カシスで見えるチカラを! 「カシス(ブラックカラント)150」

実はこれ私たちの社内でオジサン達を中心に流行っているんです(笑) パソコン作業の疲れやぼやけに効果があるとか! 私もずいぶん前に試した時はよく分かりませんでした。1週間ほど長時間のパソコン作業が続いた週末のこと、どうしようもなく目の周りがズ〜ンと重い... 「そうだ! カシス!」 と思い出してお昼ごろ1本飲んでみました。すると夕方、「あれ? そういえば重い感じがなくなってる!」 となって本当に驚いたんです。

私の場合は、特に酷使した時に実感できましたが、毎日飲み続けることで他にも良い効果が期待できるかもしれませんね。

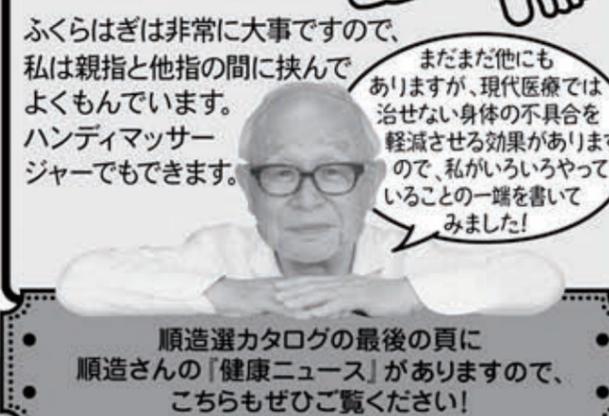
GFT819710 カシス(ブラックカラント)150 (50ml×10本) 税別2,900円/税込3,132円 詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

順造さんの ウェルネス vol.94

医療や薬で治らない身体の不具合にチャレンジ! 先月号では足裏のツボについて書きましたので、私が実行している足の上部のツボの説明をしましょう。



- 私はこの3ヶ所を重点的に毎日やっています。
- ① 子宮・前立腺: クルプシのちょっと下から上の「くぼみ」の箇所を親指で押すか、ハンディマッサーで押し当てていきます。
  - ② 背・腰: 親指と繋がって骨の下の「くぼみ」の箇所です。
  - ③ 膀胱: 大事ですよ。



- ④ 内臓(内分泌器): 膝小僧の内側真横は骨ですので、その上下部分を押し、私の場合3年も続いている右腎臓全摘手術跡の痛みがとれるのは不思議です。
- ⑤ 消化器系: すねの内側に沿った部分
- ⑥ 座骨神経: ⑤と⑥を私は一緒にやっています。

ふくらはぎは非常に大事ですので、私は親指と他指の間に挟んでよくもんでいます。ハンディマッサーでもできます。

まだまだ他にもありますが、現代医療では治せない身体の不具合を軽減させる効果がありますので、私がいろいろやっていたことの一部を書いてみました!

順造選タロクの最後の頁に 順造さんの「健康ニュース」がありますので、こちらもぜひご覧ください!

◎お客様の声・お手紙お待ちしております!