



順造選便り

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 156号
2025年 9月号

定期購読のお申し込みはこちら

0120-103-712

FAX.06-6443-2025

https://junzosen.com/

〒550-0003 大阪市西区京町堀1丁目18-5

九月のお便り

仕事でも個人の生活でもどれだけリスクを取ってチャレンジできるかで人生は変わってきます。リスクがないということは安全なことですが、リスクがない所からは大きな利益、プラスは生まれてこないのが現実です。

私の人生を振り返ってみますとリスクキナリなリスクばかりの仕事や生活であつたように思います。

資金も金もないのに、面白そうだと思つたらすぐやってみたくなるのです。リスクを考えないというか、リスクという感覚が私の頭の中にはなくて面白そうだと楽しそうだが先に来て動いていくのです。

上手く行く場合もあれば、そうでない時もあります。私には失敗という言葉はないのですよ。

なかなか前に進まない、一般的に失敗という場面に直面しても、そこから学び改良し、再チャレンジしていくことで失敗ではなくなっていくのが私の人生でした。

他の人がやっていない面白い仕事や生活は常にリスクとリスクがあるのが当然です。だから面白く、楽しめるのです。

失敗という言葉も概念もないのですから落ち込むこともありません。失敗という状態が出現しても、失敗から学び、試行錯誤を楽しみながら繰り返し、成功に繋がっていくのですから楽しいのです。

成功の可能性がないと判断したら、迷うことなく中止—撤退です。この世に生を受け短い人生を与えられたのですからリスクもなんのその、楽しい面白い人生を歩みたい。それはリスクのある人生です。

神様が助けてくださったのか、倒産、破産することもなく、生き残つて今日があります。

不思議の連続が私の人生。何も恐れず、好きなように、やりたいように生きる。とにかくこの世を楽しみたかったのです。リスクのある人生がその答えです。

これ本当ですよ。

感動したこと！

面白いことを探し求めていこう！

高齢になれば感動することが段々となくなっていくことが多いようです。老化現象でしょうか？

感動することがなくなり、面白く、楽しく生きることができなくなつてきた高齢者の人生はもう終わりではないでしょうか。

好奇心旺盛な私は面白そうであればすぐ目を向け、やってみよう、行ってみようと思えます。

動くことから、いろいろなものを発見し、出会い、感動が生まれ、面白い、楽しい日々を作り出すのです。

これがなければ若々しく日々を生きていくことはできないでしょう。理屈をこねず、シンプルに無邪気に生きることがですよ。

だから私は元気なかもしれない。面白く、楽しいことを探し求めていると、いつの間にか向こうから面白い、楽しいことがやってくるようになりますよ。

健康

糖尿病と高血圧の傾向

高齢者には糖尿病と高血圧の人が多のですが、いかにがですか？

※糖尿病の人は睡眠時間が短い傾向で血圧も少し高い人が多いそうです。

※糖尿病の人がガンになる確率は1.7倍、4倍になるので気を付けましょう。

とにかく糖尿病を甘くみては駄目です。早く治すことに全力投球をせねばなりません。

おすすめの音色



STACEY KENT

ステイシー・ケント

YouTubeでStacey Kentで引くとたくさんCD画像が出てきますので、聴いてみてください。

なにかしら気持ちが良くなつてきますよ。

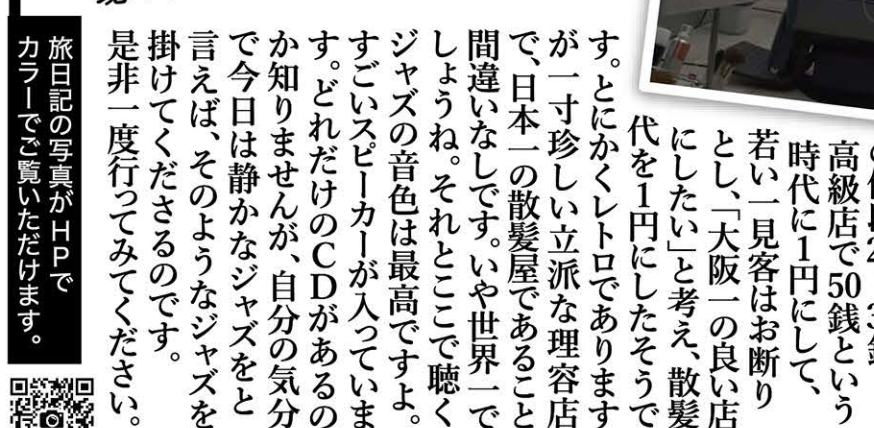
リズムに身体が動きます。元気を与えられるのかなあ……！



大阪市中央公会堂の南の橋を渡った所の信号を渡って3軒目に見えますのがこの理容所のある場所。



店内にはドイツ製の大きな鏡が4枚。1930年にドイツから輸入されたもの。鏡のサイズ：タテ180cm×ヨコ90cm



順造さんの旅日記

大正ロマン溢れる理容所

1930年建築

BARBER YOSHIDA



旅日記に「なぜ散髪屋さんのことを？」と思われたいと思います。その前に「理容所」という言葉が若い人に分かるでしょうか？

私は友人の武田さんに昨年「吉田理容所」(散髪屋さん)を教えていただき、行つてびっくりしたので、行つて

息子さん 今、吉田さん親子でやっておられますが、初代(今の吉田さんの父親)の吉田さんは開業に際し、一般的な散髪屋の値段25〜30銭、高級店で50銭という時代に1円にして、若い一見客はお断りとし、「大阪一の良い店にしたい」と考え、散髪代を1円にしたそうです。

とにかくレトロであります。日本一の散髪屋であること間違いなしです。いや世界一でしょうね。それとここで聴くジャズの音色は最高ですよ。すごいスピーカーが入っています。どれだけのCDがあるのか知りませんが、自分の気分が今日は静かなジャズをと言え、そのようなジャズを掛けてくださるのです。是非一度行ってみてください。

あなたに感動の一冊



「PRESIDENT」ひとりで生きる老後戦略

プレジデント社2025.2.14号

最近「PRESIDENT」誌が役に立つ記事掲載していることが多いので注意して見ています。この号も面白い記事がたくさんありますよ。

至言

「世の中には幸福も不幸もない。ただ幸福だと感じた人が幸福で、不幸だと思つた人が不幸なのだ。」

ウィリアム・シェイクスピア

自分がどう思うかで人生は決まります。不幸も幸の裏側ですね。自分が幸福も不幸も創り出しているのではないのでしょうか。私は不幸だと思つたことも考えたこともありません。

名月を取ってくれろと泣く子かな

この場面が見えてきますね。いいなあ!?

私の句は

チラホラと木々の間に見る月見かな

ベランダ前の木の間からチラホラと見える月見をしています。

順造逸選

順造さんが今、お薦めしたいこと

和歌山県産の「純粋はちみつ」

和歌山で採れた2025年産ホヤホヤの「はちみつ」です。今年は蜂が少なく「蜂蜜」が採れず、この産地も採蜜量が少なく、思ったほど手に入らないのですよ。私は最近コーヒーに入れる砂糖を止めて蜂蜜を入れています。身体に良いそうですね。

スタッフ
森下の「買ってよかった!」
第148回
美容と健康をサポート!

「ルイボステイ」

南アフリカ生まれのルイボステイ。子供のころアトピー性皮膚炎が酷かった私に、父が肌に良いからと用意してくれたのが初めての出会いでした。残念ながら子供の口には合わず飲み続けることができませんでした。今はペットボトル飲料として見かけるくらい一般的になりましたし、なぜか大人になった今は美味しく感じます(笑)。頭の健康や安眠対策、美肌と様々な嬉しい効果があるようで、ノンカフェインだからお休みのリラックスタイムにも最適です。1杯ずつ淹れられるティーバッグで便利のため、いつものお茶のラインナップに加えてみてはいかがでしょう?

FOD2140
ルイボステイ(2g×110包ティーバッグ)
税別926円/税込1,000円
詳しくは、順造選ショップ
0120-103-712

希少な国産百花はちみつ

和歌山県の養蜂家さんが心をこめて詰めた百花はちみつを特別に分けてもらいました。みつばち一匹が生涯かけて数えきれないほどの花を訪れたとしても、採れるはちみつはわずかティースプーン1杯程度と云われています。そんなみつばちからの希少な国産百花はちみつ。

百花はちみつとは...

山の花々の蜜を求めてみつばちが集めたはちみつ。コクがあり、そのままでも美味しく、何にでも合います。

FOD2135
和歌山県産
純粋はちみつ(百花)
(500g)
税別4,000円/税込4,320円
詳しくは、順造選ショップ
0120-103-712

私の居場所

この世の中「与えられたり、与えたり」ではないでしょうか。もらうばかり、取るばかりでは、いずれ誰からも与えられなくなりそうです。

まず自分から出す、与えることが大事ではないかと思っています。得するより、損をすることを先にです。日野原先生はこのように言っておられます。

「みなさんが自分のために使った時間と、なにがしか人さまのために使った時間とを比べて、人からもらった、または自分のために吸収した時間とみなさ

んが差し出した時間を比較して、死ぬ時にどちらに比重がかかっているかが問題です」自分が差し出す時間を多くせねばと思うばかりです。

「自分の中に差し出すものが多いほど、いい出会いができる。感動的な出会いは差し出すものが多い場合、それは金やものではない」やはり「自分から差し出すものを多くする」を自分に言い聞かせる習慣を付けねばと思う。

「雑感」

いつ頃か思い出せませんが、多分85歳を過ぎた頃から、気持ちが自由になったなあと感じたことがありました。

◎人さまにどう思われようが、いいや!

◎いい悪いも自分をさらけ出して生きよう。

◎何も恐れるものもなくなってきたような気がする。

◎何を言われても結構です、好きなように生きたい。

◎迷惑をかけることはないと思いますが、遺された日々を精一杯面白く、楽しく生きていきたい。高齢になつてくると遠慮が無くなるのでしょうか?

森永卓郎さんは「人生は短い。だからこそ、もっと自由に、もっと大胆に生きよう」と言っておられますね。

この世を去る時に「後悔を残さず、面白かった、楽しかった有難う」と言つて次の世に向かいたいなあ。

好き勝手に、自分勝手に生きてきた九十歳になる私を、若い友人、知人の皆さんが見放すことなく付きあってくださっていること。嬉しいですね。

ヨボヨボの老人だけに必要はないぞと自分に言っています。

お客様の声

克蘭ベリー50%

宮城県女性 S・H様 67歳

今までに3回ほどなりました。数年前になった時に家にあった克蘭ベリージュース(100%ではない他社の)をすぐ飲んで、その足でクリニックへ行きました。痛みは消え、尿意もなくなっていました。痛みはギリギリと診断される検査結果でした。お医者さんに克蘭ベリージュースをすぐ飲んでと言ったら「よく知っていましたね、克蘭ベリージュースは効くのですよ」と。それ以来、毎日飲んでいます。(炭酸水とワインで割って↓ポリフェノール)そしてそれ以来、快適です!

「スタッフ森下からお返事」

お悩みが解消されて、且つ健康維持できておられるようで本当に良かったです。ツライ状態にならないよう毎日飲まれると予防できますね!これからも続けて元気にお過ごしください。

にんじんジュース(紙容器)

埼玉県女性 M・S様 71歳

コーンシヤルで何回も松様をお観受けしております。コーンシヤル通り人參ジュース大変美味しく、飲ませていただきました。まだ仕事をしている身のため、私の場合は毎朝食時に続けようと思いましたが、製造してくださりありがとうございます。

「スタッフ森下からお返事」

CMをご覧いただきありがとうございます。お仕事をするためにも元気な身体を維持するのは必要不可欠です。1日の始まりに是非ご活用くださいませ。

さかなっつハイ!

大阪府女性 T・Y様 56歳

大大大好きです!推しおやつのResse1です。小腹が空いた時、気分転換したい時に食べています。丁度いい量と必ず毎回2袋は一気に食べてしまうお気に入り。味で、今後も継続して買う予定です。

「スタッフ森下からお返事」

食べ出すと止まらなくなるので要注意なさかなっつです(笑)必要な栄養が小袋にされているので罪悪感なく便利です。少しづつが元気の源、毎日を健やかに過ごしてくださいませ。

順造さんの
ウェルネス vol.153

私は1週間〜2週間に一度、整体院に行き、マッサージのようなことをしてもらっていますが、それで肩の凝りや腰の痛みが治ることはないような気がします。それではなぜ行くのか?確かではありませんが、血流が良くなり、免疫力強化に役立っているのではないかなと思うからです。整体院の先生に「高齢者の来院が多いですか?」と尋ねますと、高齢者はほとんど来ないとのこと。

私はほとんど高齢者の人達が来院されているとばかり考えていましたので驚きです。

なぜなのでしょうね?

身体のことに関しては分からぬことが多い。左肩が五十肩(?)で一年ほど前から痛く、あちこちの治療院のような所に行きましたが、

「五十肩は治りません」と、どの先生方も言われます。整形外科院に行きますとレントゲンを撮り、痛み止めの薬を下さいましたが、全く効果はありません。だまされた気がしました。

高齢者には次々身体の不具合が出てきますが、どうすれば対処できるのでしょうか?

不具合が出てきますのでいろんな治療院や整形外科に行きますが、治ったり、効果があつたことはありませんでした。先生方も治せないことを承知でやっておられる

ような感じがしますね。

高齢者が困っている身体の不具合に対処できる専門治療院があればと思うこと切なりですが...

お金の問題もあり商売にならないかなあ??

順造さんのメルマガ配信中!

このお便りだけでは書ききれない情報をお届けしています。メルマガ会員登録はこちらからどうぞ。

記載内容は高齢者として個人的な体験や想いにより書かれておりますが、あくまでも主観によるものですので、全ての人に当てはまるものではありません。