

七月のお便り

ワクチンの予約申込を5月10日ネット、電話で100回くらい続けるも繋がらず諦める。11日も同じ。12日、市民相談室に電話して、どうなっているのか尋ねると「自分の担当ではないが初日で枠はすぐ終わったと聞いていますよ」と返事。HPを開けてみるとその通り。

終わったら終わったと電話/ネットでなぜ答えないのでしょね。次の予約申込は6月1日以後とのこと。20日間、彼等は何をしているのだろう?なぜこの市の行政、トップはこんな馬鹿げたことをしているのかと考えてみたのです。そして分かったことは、この人達は今迄改良、改善などしたことがなかったのではないのでしょうか?原因は何の競争もなく、負けることもないので、決まったらそのまま続けていく。市民の苦情などどこ吹く風!「忙しいんですよ」で終わり。競争がないから、改良、改善しなくてもよいのが、彼等の仕事だと思いつたのです。

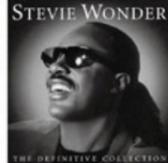
他から聴くところによると、他の部署に市民から苦情が来て、ワクチン担当部署に伝えても、何も改善されないらしい。改善し変えようとする気がないのか、改善改革をする能力もないのかと思ってしまう。結局、トップが何もしていない、出来ないということになるのでしょうか。今の政府とよく似たところがあります。今回の新型コロナウィルスに対する対応、対策を見ていますと、情けないかな、日本国は三等国になり下がったのだと思わざるをえません。ここからどう這い上がって行けるかどうか、次の若い世代に期待したい。

あなたに感動の一冊 **本便り** **初詣で**
 文春文庫 佐伯泰英
 佐伯泰英

至言

「人生はもがくことにこそ意味があるんだよ。」

勝利や敗北なんて全て神次第だ。だから、葛藤に乾杯しようじゃないか!」
 生まれてすぐにアキシデントで盲目になった彼は不遇と困難を乗り越え、人生にチャレンジャーとしての幼少期にピアノ、ハーモニカ、ドラムをマスターし、11歳でデビューして後のMusic Artistとして後の素晴らしい活躍は皆さんご存知の通りです。また計22部門でグラミー賞を受賞最も受賞回数が多い男性ソロシンガーでもあります。全くこの言葉通りだと私の人生を振り返って思います。
 「勝利や敗北なんて、すべて神様が決めるんだ!」葛藤面白いじゃないの!...その通りです。



RWONRLCDROF
RON CARTER
 室内楽JAZZというのか、クラシックのようなJAZZという雰囲気、軽快と複雑、動と静の音の構成には聴き惚れます。BGMには最高だと思ふ。プロデビュー50周年記念アルバムです。年を取りカーターも成熟したかと思わされるCD。



初詣で 佐伯さんとしては珍しい女性を主人公にした時代小説物語。佐伯さんの物語は無駄な説明がなく、スイスイと読め、私の好きな小説家です。文政11年暮れ、雪の降る中、18で男と駆け落ちした鼻緒屋の娘・佳乃が3年ぶりに照降町の実家に戻ってきた。実家の鼻緒屋では、父が病に伏せており...という物語。あつという間に読み終えました。

順造さんの旅日記

続・京都 醍醐寺を訪ねる

この醍醐寺の宗派は弘法大師によって開かれた真言宗(密教)とある。私の大好きな空海さんの思いに身を重ね、寺院は何のためにありや?と思いつながら門を出る。左を見ると立派な金ピカの国宝「唐門」(勅使門)とあり、平成22年7月、約1年をかけて往時の壮麗な姿に修復されたそうです。



昔、朝廷からの使者を迎える時だけに用いた門だそうです。なぜ今大きな費用をかけて作らねばならないのでしょうか?観光用入寄せパンダですね。何か複雑な思いに浸る。また、ここで私は、お寺は何のためにあるのだろうと思いつつ次へ向かった。三寶院の向いにある霊宝館に入る。10万点以上の寺宝が保存してあるそうです。老木の桜たちは見事!!只々、頭が下がります。



寺宝はこの老木たちだ!もの言わず、数百年の長き年月、毅然と立ち続けた彼等こそが真言密教の神髄ではないかと敬意と感謝を供えて去る。ここから西大門(仁王門)に向かうが工事中で入れず。



天気も快晴でたくさんさんの写真も撮れ、有難い半日でした。

健康 低体温

私の体温(朝計る)は昔から35.2度です。健康な人の体温は大体36度から37度で冬でもその体温を維持し、一定に調整される機能が働いています。体温が35度台と低い場合は「低体温」と考えられるようです。平熱が低いといろんな不具合が身体に出ると言われ、そのリストを見ると病人になるほどのことばかりで驚きます。体温を上げるために腹巻をせよとまで書いてある医者がいます。しかし、余り心配する必要はないのではないのでしょうか。86歳の私は低体温でも元気でいます。冷たいもの大好きです。腹巻などしていません。しかし、高熱には弱く、37度となるとフワフワ言って寝てしまいます。でも最近風邪もひきませんよ。運動らしきものは特にしていませんが、歩いたり、身体に良さそうな事はいろいろやっています。それは「ウエルネス」に書いてきました。いろいろやっても体温は上がりませんが、元気に過ごせます。人によって個人差があるのかもしれないね。



感動したこと!
「スペシャルティコーヒー」
 私達のグループ会社、タカムラでスペシャルティコーヒーを焙煎し販売しているのですが、値段は高く100g 1,000円から10,000円くらいまであります。100gで8杯くらいできると思います。初め繰り返しテイastingしても、その値差による味の差がどうしても分からず、情けない思いをしていた頃、タカムラの社長から「ワインと同じですよ」と言われたのです。値段を頭に置いて、味を意識して飲むうちに段々こんな味が高いコーヒー豆なんだと分かり始めたのです。480円から300万円もするワインと同じで簡単なようで案外難しいものですが、その微妙な味の違いを舌と喉越しで感じ、味わえるようになると、生きる世界が広がっていくように思う。生きていて良かったなあ!! 80歳を過ぎて、また一つ新しい世界に出会い、感動と生きる喜びを与えられ嬉しくなっています。これも好奇心(見てやろう、やってみよう、行って見よう)から生まれてくるのでしょうか。



日野草城さんの句です。

ツユサム
梅雨寒の 昼風呂ながき 夫人かな

なんともホンワカとした夫婦の風景が浮かんでくる
暖かい句で感心しています。

私
梅雨寒に 冬着まといて 微熱かな

とききました。この一週間微熱が続く中、よく降る雨の寒さで、
冬着をひっぱり出して妻に笑われているのです。

スタッフ
森下の
第九十九回



「買ってよかった!」
ちよこつとご紹介♪

濃厚な味わい!「パイナップルジュース」



昔のパイナップルってイガイガしませんでしたか??
子供の頃は甘くシロップ漬けされた缶詰じゃないとイガイガして
食べにくいって思っていました。でも今は品種改良も進んだようで
パイナップル100%で甘く美味しいジュースが作られるように
なりました。しかも順造選はハイグレードなゴールデンパイナップ
ルを使用!他の紙パックや缶のジュースとは別物だと自慢の
逸品です。ネットショップでもとにかく美味しい!や「家族み
んな大好き!」など口コミを多くいただいています。水を入れた
グラスに注ぎ、夏気分を味わっていただけたらと思います。

GFT803506
パイナップル(500ml×6本)
税別3,480円/税込3,759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.104

「欲望と欲求」

6月23日で満86歳になりました。
欲望、欲求にはどんなものがあるのでしょうか?

1 よく言われる三大欲求

食欲・性欲・睡眠欲
まだ食欲は十分にありますが、睡眠はいつでも、
どこでも眠れます。動物の持つ基本欲でしょう。

2 ブッダが言われた七大欲求

①に加えて承認欲・生存欲・怠惰欲・感楽欲が
あるそうです。これら追加の四欲はもう余りなく
なりましたが、感楽欲はまだ十分にありますね。
このような欲が段々減っていくことが年を取ると
いうことなのでしょうか?

楽しめるのであれば、どれもあって良しと私は思
うのですが。何もなくなったら面白くなくなります。
「元気に健やかにありたいという欲」は書かれて
いないのですが、時代が変わったからなのかも
しれません。

- 睡眠中に口がカラカラに乾く
- 鼻の穴まで乾いてくる
- 何をやってもすぐに疲れる
- 階段を4階まで上がるのにフウフウ
- 階段を4階から下りるのに手すりを持たないと危ない
- 身体のアチコチがかゆくなる
- 身体のアチコチに痛みが出る
- 耳が聞こえ難い
- 小さい字が読み難い

どれも現代医療では治せないのも不思議。
私は脂肪肝以外、現代医学的にはどこも悪くない
ようですが、困っている肉体的不具合はたく
さんありますし、次々と増えてきます。
不思議なのは目です。視力を計ると右1.2、
左0.9あるのですが、小さな文字が見え難いのは
不思議。なぜ現代医療は日常困っている身体
の不具合には通じないのか?治そうとしていない
のでしょうかね。

耳の補聴器もすでに数十万円費やしましたが駄
目で、全く進化したものが出てこない。
良いものが出来れば大きなビジネスになると思
いますが現れない。

なぜだろう??と
思いながら過ごす
日々です。

みなさんは
どんな欲が
強いですか?



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ございません。

順造逸選

TON'S 発芽アーモンド



FOD9868
機能性発芽アーモンド
(60g)税別350円/税込378円

昔ヘルシャ(今のイラン)の学者、
数学者で詩人のウマル・ハイヤ
ームという人が次の名言を残
しています。
「自分の家を美しくすること
は、自分の人生を美しくする
ことだ」と。

モダニズム建築の三大巨匠の
一人であるル・コルビュジェはこ
んな言葉を残している。
「住まいは全てに先立つ」
またドミニック・ローホさんは
「居心地のよい空間、それは安
らげるだけでなく本当の自分
を取り戻すところ、豪華な家
ではない」

とも言われています。
●自分の居る場所を美しくする
●安らげる空間を造る

私の居場

●本当の自分を取り戻す所を造る
それらは「美」とは何なんだろ
う?「安らぎ」とはどのような
状態なのだろうか?「自分とは
何か?生きるとは?」
を考えさせてくれ、自然と自
分の人生を美しくしていくよ
うに私は思います。

今やっていることが自然と良い
方向に動いていくと信じてま
す。正しいか、間違っているかを
考えない。私は失敗したとか、
失敗だったと思ったことはない。
与えられたことを、全力を尽
くしてただやるだけのこと。
自分は目に見えない大きな力
に守られ、動かされてやっていると
信じて思えば、恐れはない。
怖がらない。それでも楽しく生
きてきたし、今も楽しく生き
残っている。金がなくても、やり
たいことは迷わずにやりました。
金銭的には失敗もありました
が、失敗したと思ったりはない。
チャレンジこそが生きている証
だと思っているのです。無から
有はチャレンジから生まれる
のです。チャレンジこそが楽し
いです。大変な時、危機の時も政
府、政治家に頼ったりもしませ
ん。しかし目に見えない大きな
力に背中を押されて自分は生
きていると信じて疑わないから、
他の人から見れば危ない馬鹿みた
いなことでも堂々とやれるのです。

「スタップ森下からお返事」
夏のマンゴジュースは格別で生のマンゴまるか
じりした味わいだと思えます。
とろとろ濃厚で、炭酸割も美味しいですが、
牛乳や飲むヨーグルトで割るのもお勧めで
すよ。

「スタップ森下からお返事」
初めて飲んでみて美味しかったです。前に
ジューサーで人参、キャベツ、バナナetc
いろいろ入れてジュースを作っていました
が大変で(後片付けも)続かなかったので買
ってみました。高齢の犬がいてこのジュース
を飲ませたら喜んで飲みました。
「スタップ森下からお返事」
ジューサーの手作りは本当に大変ですよ。
材料を買ってくるのも重いですし...
犬さんにも気に入ってもらえて嬉しいです!
このにんじんジュースで
一緒に長く元気でお過ごしください。

「スタップ森下からお返事」
一口飲んだとたん生のマンゴを食べている
ような食感です。濃くて甘くて風味豊かで飲
み込むのがもったいないジュースです。
マンゴのシーズンは毎年必ず買いますが、
マンゴがない時はこのマンゴジュース!
コップにつき半分飲んで、残りは炭酸水で
割るのが好きです。
「スタップ森下からお返事」
夏のマンゴジュースは格別で生のマンゴまるか
じりした味わいだと思えます。
とろとろ濃厚で、炭酸割も美味しいですが、
牛乳や飲むヨーグルトで割るのもお勧めで
すよ。

「スタップ森下からお返事」
ラベルの文字は順造さんが硯で墨を擦って
手書きしたものなんです。目にとめてく
ださってありがとうございます。
これからも美味しいクランベリージュースを
ご提供できるようにしていきます!

「スタップ森下からお返事」
クランベリー50% 大阪府女性 Y.O様
順造選のジュースを最初に手に取ったのは
ラベルの手書きメッセージに妙に惹かれた
からでした。(もう10年以上?前になると思
います。)以前は、こちらの商品を扱っている店
が少なく、百貨店内の食品売り場へ行く
必ず購入していました。クランベリージュ
ースを初めて飲んだ時の感動は今でも覚えて
いる程です。他にはない濃さと、のど越し...
これからは絶えず事なく作り続けていかれ
る事を切望します!

「スタップ森下からお返事」
福岡県女性 M.T様
一口飲んだとたん生のマンゴを食べている
ような食感です。濃くて甘くて風味豊かで飲
み込むのがもったいないジュースです。
マンゴのシーズンは毎年必ず買いますが、
マンゴがない時はこのマンゴジュース!
コップにつき半分飲んで、残りは炭酸水で
割るのが好きです。
「スタップ森下からお返事」
夏のマンゴジュースは格別で生のマンゴまるか
じりした味わいだと思えます。
とろとろ濃厚で、炭酸割も美味しいですが、
牛乳や飲むヨーグルトで割るのもお勧めで
すよ。