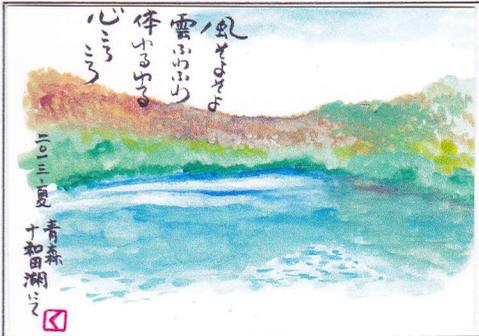
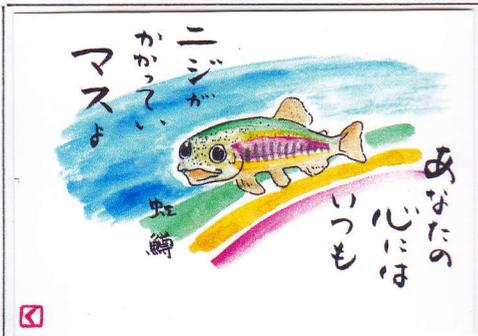
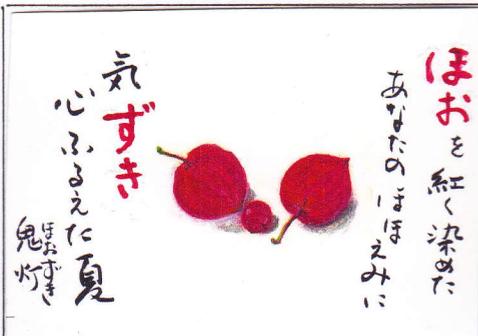
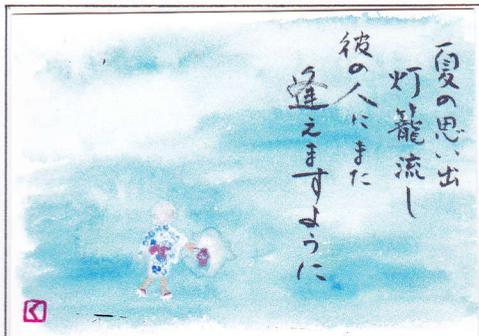


あわせ **オハク号**
健康だべした 平成25年9月
月刊ワクワクニュース
目指します 生涯500号
みなさまに支えられていまでも
そして これからも



みなさまさんにちけ。いかがおすじし
でしょうか。残暑の中にも小さな秋
が 昔や風によってひろがっている
今日この頃です。お盆に家族で秋田
へ行って来ました。鹿角市という所に
湯瀬溪谷というきれいな川があり、大雨のあとの水たまりの岩場に
河鹿(カジカ)が泳いでいました。旅館の方が「食べられますよ」と教
えてくれ、唐揚げにしてくださいました。その後、十和田湖の近くの釣
堀で、イワナとニジマスとを釣り、塩焼きにして食べ比べてみました。
普段 和食好きの息子はイワナが好きといい(締めた塩焼きイワナ)
洋食好きの子はニジマスが好きといました。(ふくらみニエレイワナ)
ふくしまでは、まだまだ天然の魚が安心して食べられないので、夏の
思い出 貴重な体験になりました。





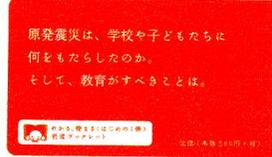
鷹の選択 ~ 人生半ばの生まれ変わり ~ という話を聞かれた方から、松井さん夫婦のことを思い出したとわざわざメールを下さいました。パソコンで調べたら目からウロコのいい実話だったので、ここにご紹介させていただきます。典子さんありがとう!

タカは鳥類の中でも寿命が最も長いと言われ、中には70年程生きることが出来るものもいます。しかし、実際にその長い命を全うするためには、40年という節目に必ず一つの大きな試練を乗り越えなくてはならないと言います。タカは40歳を過ぎる頃に爪の老化が始まり獲物を捕らえにくくなり、くちばしは長くなるび、もろくなり、羽が分厚く重くなりすぎ飛びにくくなります。そんな老練なタカには二つの選択があります。「このまま何もしないで死を待つか」あるいは「自らを変えるために様々な苦痛に耐え生まれ変わるか」とどちらかだと言うのです。後者を選ぶタカは渾身の力を振り絞って絶壁に飛び上がり巣を作ります。最初は岩石を突いて痛みを耐えながら自らのくちばしを削り落とし、再び生えるのを静かに待ちます。新しいくちばしを手に入れたタカはその生えたくちばしで、さらなる痛みを耐えながら爪を剥ぎ取り再生するのをさらに待ちます。そして最後の段階は、生えた爪で古い羽を一本一本抜き取っていくと言うのです。タカは生まれ変わるために、ひたすらさまざまな苦痛に耐えてすごします。そして試練の時間を耐えぬいたタカは新たなくちばしと、新たな爪と、新たな羽が揃った翼で、残りの30年、大空を再び優雅に飛び回るといいます。70年の寿命の半ばで選択を迫られる。40年ほどの命でそのまま生きるか、あるいは、苦難を乗り越え30年を新たな命で生きるか。生まれ変わるために要する試練の期間は150日。人生の「涙」と「喜び」をくり返しから生きる意味を求め、この鷹のように成長してゆけたら、何とすばらしい事でしょう。

私自身、日々様々な出来事があります。二重生活の事。米沢の仕事場の事。義父の事。子供が病気した事。など迷う事も多くあります。でも、この話のような、良き出逢いが与えられ、ささやかなる勇気をもらう事が出来たので、今日は朝4:00から原稿を書くことが出来ました。感謝します。

日本わらいばなし ~ おじいさんは くさかった ~ (広島県の昔話)

むかしむかし、ある村におじいさんとおばあさんが住んでいました。ある日、おじいさんは山へしばかりに、おばあさんは川へせんたくに出かけました。すると川上から大きないもがどんぶらこ、どんぶらここ流れて来ました。おばあさんはいもを家にもって帰り、「もしかして桃太郎、いや、いも太郎が出てくるかも」と言いながら、いもを切ったけど何も出てきませんでした。おばあさんはいもをおしました。すると、こうばしいおいしい味がしました。「おいしい」とたくさん食べると、おならが次から次から出ました。何ともくさいおならで思わず鼻をつまみ戸を開けて、においを外に出しました。おならは風によって山へ流れてゆきました。「なんかくさいぞ」山でしばかりをしていたおじいさんが手を止めるとおならの風がふきよせたからたいいん。「う、くさい、くさい。」おじいさんはしばかりどころではありません。すぐに山を下り、牛に食わせる草をかって帰りました。「あれ、おじいさん、今日はしばかりじゃなかったのかい。」おばあさんが言いました。するとおじいさんは鼻をつまんで言いました。「とんでもない。今日はくさかった。」



私の高校時代の同級生で、同じ部活部だった中村晋氏(福島市の高校教師)が本を出版しました。心に残る内容なので紹介します。

著者は、教育者であり、俳人でもある。自ら希望し、震災の年々の7年間、夜間定時制高校に勤務していた。心に何からの傷をもつ定時制の生徒と関わる中で、教師としてのあり方や社会のあり方について深く考えるようになった。

人間不信、社会不信を抱える生徒たちの背景に、繁栄と引きかえに、弱者をさらに弱者に立たせてあげる社会のあり方に疑問を投げかけている。そして、原発事故。彼には、政府の対応が、まさしく弱者を犠牲にするという点で同じに見えた「ただちに健康に影響はない」という政府の発表のあと、次々と明らかになった情報隠し(スピーチの放射能拡散予測やメルマガ)で政府への信頼は崩れた。通常の数十倍の放射線量の中での屋外活動の再開、砂まみれで運動する生徒たちの姿に心痛めた。本当に大丈夫なのか? そんな中、定時制の生徒が言い放った「原発なんか全部爆発しちゃえばいいんだ」高線量にも拘らず避難地域にならない場所。経済を回すために市民が犠牲になっているのではと生徒は訴えたかた。

その後、著者は妻子を山形県に避難させる。家族にとって、子供が安心して外で遊ぶことを支えてくれていたふくしまの「土なるもの」である自然が奪われてしまったショックは大きかった。**母子草 ふくしま去らぬ 父祖たちに**



家族が離ればなれの暮らしを、母子草のしみじみとした哀れさに重ね合わせ、俳句にした著者の気持ちが心に響く。震災後、半年遅れで転任した全日制高校で、原発や放射能の事を話題にしようとしていない、クールな生徒たちの反応に疑問を感じたりもした。「フクシマ」の体験から生徒たちは一体何を学んだのだろうか。社会に対してしっかりと問題意識と、自分たちの意見を持ちながら成長して欲しい。そして同時に、教師ではあっても、生徒と学び合う仲間でありたいという著者の純粋な気持ちが文章から伝わってくる。「フクシマ」を知る1人でも多くの人々に是非読んでもらいたい本です。復興に必要な「学力」は一般的には偏差値や有名大学への合格者数を言うのかも知れない。しかし本当に必要な「学力」は、人間が人間らしく生きるために考え、行動する力ではないかと著者は訴える。その意味において、学ばなくてはならないのはまず大人であり、その事を通して子供が学んでゆけるのではないだろうか。

最後に著書の「おわりに 一人間が人間らしく生きるための教育へ」からの一文を紹介したい。(定時制教師時代、問題児で退学していた生徒に数年後スーパーで出逢った。不良だった面影は)よく隠やかな笑顔で傍らに奥さんと赤ちゃんかいた私こそ、彼の笑顔から多くのことを学んだのではなかったかと思う。彼のような教え子に「先生」と呼びとめてもらえることを率直に感謝したい。私も、これからも生徒たちとともに人間が人間らしく生きるためのことを学び続けたいと思う。それが福島の「人間復興」につながるならば、これに勝る喜びはない。

私の体験談 震災後、右肩の石灰化の痛み、腰のすべり症が改善しました。



津波被害と原発事故で、会社と自宅を失い、福島市に避難しました。
 震災後、右肩の石灰化で痛みが続き、注射・電気治療でもなかなか改善せず
 右下でねむることができませんでした。1年前からは、すべり症による腰痛で足に力
 が入りにくくなり（特に下り坂が不安）、散歩するにもつらさを感じていました。週1回薬と電気は
 通院していました。8月8日、整体院 縁さんに社員の紹介で伺いました。治療は心地よく、とても
 軽くなった感じがしました。お盆明け2回目の治療後に、右肩の痛みがなくなり、右下でねむ
 ることができるようになりました。又、腰の痛みも半減し、足に力が入りやすくなりました。今日で
 4回目の治療でしたが、気持ちも大変軽くなり、元気が出て事業意欲も湧いて来ました。
 喜びが増え、腰の完治を目指したいと思っています。〈談〉（Mさん 65才 会社経営）



福島犬募金箱からのご報告 仰礼
 いつもあなたにかいご支援とご協力をあり
 がとうございます。今月は6,259円を
 東日本大震災ふくしまこども寄附金として
 福島県に寄附させていただきました。

おもしろ川柳コーナーでほっとひと息
 目覚ましベルはまだかき起きてまつ
 厚化粧 笑う亭主は薄毛症
 ごみだし日 ずてに行かぬは ずてられる
 お父さん 胃酸でるけど 遺産なし



夏の肌あれお疲れリフレッシュ

眼のつかれ じが気になる 肌あれに
 たるみ改善で小顔に 頭スッキリ

ボディリンパマッサージ & 整美顔

夏～秋のスペシャルコース 60分
 79レ79レお肌には コラーゲンパック をサゼス!!
 通常 2000円のところ **5000円** です
 是非お気軽にご予約下さいませ
 お待ちしてま〜す!



心があっ! かるくなる 詩画展

9月中、米沢信用金庫
 御廟支店さんで展示中
 今回は、ほっこり笑える

心があかるくなる タッチレシリーズを
 12枚セレクトしています。詩画を描く
 きっかけになった物語なども紹介されて
 います。是非ご覧になって下さいませ。
 あなたの歩いたあとに一輪の花がさく秋です

**超ソフトな整体治療
 オステオパシー整体**

オステオパシー（手技整骨）整体は緩やかに
 骨格・筋肉のバランスをとるソフトな療法です
 整体 4,000円
 （高校生以下 3,000円）

◆営業時間：AM 8:00~PM 8:00
 ◆営業日 福島院 火・水・木・土曜日
 福島駅から徒歩8分、旧高湯街道沿い
 福島民報社から西へ300m
 米沢院 日・月・金曜日
 上杉神社から西へ1km
 お買い物店”さくらい”さんの2軒西隣

**酸素オイル
 リンパマッサージ**

免疫物質と老廃物を運ぶリンパの流れを
 マッサージで改善するやさしい治療です
 全身 45分 4,000円
 整美顔マッサージ 45分 4,000円

高濃度酸素オイル
O2クラフト
 30ml ¥3,400 (税込)
 100ml ¥7,800 (税込)



福島院 ☎024-534-0635
 福島市野田町1-7-28
米沢院 ☎0238-21-7430
 米沢市御廟2-3-38-2
 携帯 090-8616-6751
 メール info001@seitai-enn.com

院長 松井 国彦
 1967年生 明治大学工学部卒
 副院長 松井 知美
 1969年生 管理栄養士
 2男3女の父と母です