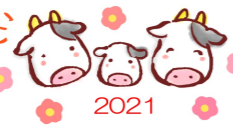


見えるCafe

カフェ

ちょっとひとき

通信



2021

発行：めがねファクトリー 〒826-0042 田川市川宮1656-1 0AビルⅡ TEL 0947-49-1166

一日も早く落ち着いた生活を取り戻せるよう心よりお祈り申し上げます。



改めて気が付くことが出来ました。

人との繋がりが人生の中でこんなに大切なものかを知りたたり、コンサートに行ったり…

何気ない日常会話を楽しみ、気の合う仲間と食事に行ったり、コンサートに行ったり…

本日にそうだなと心から共感いたしました。

日々たくさんの人とコミュニケーションを取り、

暗闇は暗ければ暗いほど小さな光だつて輝いて見える。今まで気づかなかった小さなことが、当たり前のようにあった日常が実はすごく大切だったんだな、自分にとってこれだけ素晴らしい人が周りにいたんだ、素晴らしいことが周りにあったんだらうと、とても考えさせられます」という記事を読みました。

「X・JAPAN」のヨシキさんが言っていた言葉がとて心に残りました。その言葉は、「暗闇は暗ければ暗いほど小さな光だつて輝いて見える。今まで気づかなかった小さなことが、当たり前のようにあった日常が実はすごく大切だったんだな、自分にとってこれだけ素晴らしい人が周りにいたんだ、素晴らしいことが周りにあったんだらうと、とても考えさせられます」という記事を読みました。

自粛生活が続きますがお変わりありませんか？一年ぶりのニュースレターとなります。

以前、「X・JAPAN」のヨシキさんが言っていた言葉がとて心に残りました。その言葉は、「暗闇は暗ければ暗いほど小さな光だつて輝いて見える。今まで気づかなかった小さなことが、当たり前のようにあった日常が実はすごく大切だったんだな、自分にとってこれだけ素晴らしい人が周りにいたんだ、素晴らしいことが周りにあったんだらうと、とても考えさせられます」という記事を読みました。

新型コロナウイルス感染症の影響により多くの人が先の見えない不安を抱えながら新年を迎えることとなりましたが、本年も何卒よろしくお祈り申し上げます。

昨年は大変お世話になりました。新年あけましておめでとうございます。新年は大きくおめでとございます。

「新年明けましておめでとうございます」

わたしの独り言

「新年明けましておめでとうございます」

このコーナーは日常生活の中でちょっと感動した出来事や、心癒された詩や風景などを紹介します。

ちよっぴい話

すべての人が幸せを求めている。しかし幸せというものは、そうやすやすとやってくるものではない。時には不幸という帽子をかぶってやってくる。だからみんな逃げてしまうが、実はそれが幸せの正体だったりするのだ。

著者 坂村真民 詩集より



スタッフ紹介

今回のテーマ

「ステイホームの過ごし方」

コロナの影響で休みの日を自宅で過ごすことが多くなりました。私の趣味のひとつである映画や音楽鑑賞の時間が増えました。最近アマゾンプライムやNetflixなどのVOD(ビデオ・オンデマンド)を利用して見ることも多くなりましたが、やはり私は昔ながらプレイヤーにCDやブルーレイをセットする儀式がとても好きです。ノブを読み込み映像がスタートするあの合間の時間がワクワクします。これからは家時間を楽しんでいきたいと思ひます。以前はあまり聞くことがなかったジャズを最近よく聞くようになりました。ウクレレベースやピアノの音色がとても心地よく感じます。やはり音楽の趣向も年齢と共に変化するのでね(´艸´)



最近見た映画の中で感動した映画があります。それは「ライオン25年目のたぐいす」です。



社長 太田 孝司

コロナ禍の1年、休日の過ごし方がずいぶん変わりました。ステイホーム以前はランチを食べに福岡に出掛けたり、何かと出掛ける機会が多かったのですが、この1年は田川から出ない日が多かったので、実家の庭の手入れをしようと思ひ立ちました。6月から半年かけて木を切ったり、剪定したり、草を刈ったり、もうやりだすと止まらない性格なので、庭に花壇を作りたい、小径を作りたいなど、妄想が膨らみます。

休日の朝、夜が明けるのを待って実家の庭に出掛けて、黙々と作業をすすめますが、あっという間に半日が過ぎ、心地よい疲労感を楽しんでいました。さすがにしんどかったのは、ホームセンターで平板を50枚(1枚5kg)、砂利を15袋、インスタントセメント3袋、園芸用の土や肥料の買い物です。レジに並び、会計をすませて車に積み込みましたが、重すぎて途中で座り込みそうになりました。



マネージャー 太田 真弓美

社長のダイエット進捗日記

・ダイエット前 115kg ・2020年 新春号 96kg
・現在 97kg(+1kg)
振り返ると、ダイエット日記を始めたのが2011年。一気に12kg減ったのですが、次の一年で3kg増。2013年春号から夏号までに6kg減。秋までに95kgを目指す

勢いでしたが、そこからは停滞期で、増えたり減ったりしながら、2015年春に100kgを切りました。2015年夏号で97kg、2017年春にやっと92kg。89.9kgになったらダイエットを終了の予定が2018年からは徐々に増え始め現在の97kg。10年間を振り返ってみました。ダイエットは難しい〜。



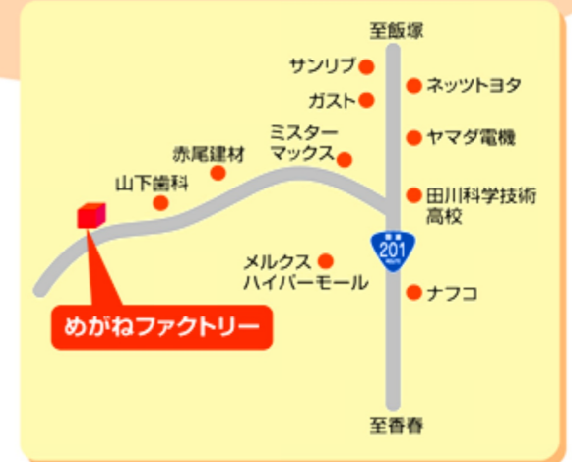
編集後記

新年あけましておめでとうございます。昨年中は大変お世話になり、ありがとうございました。本年もよろしくお願い申し上げます。コロナ禍の昨年はこれから何が起るのか、ニュースを見ては何度も不安に襲われる日々でした。先を考える不安材料ばかりが頭に浮かびますが、あるがままに受けとめて、今自分にできることに集中することが大切だと、アドバイスをいただきました。しっかり健康管理をして、毎日をご過ごしませう。寒さが厳しくなる時期です。くれぐれもご自愛ください。新春号のご購読をありがとうございます。



めがねファクトリー

- 住所 〒826-0042 田川市川宮1656-1 0AビルⅡ
- 営業時間 10:00~17:50
- 定休日 毎週水曜日 第1火曜・第3日曜日
- 駐車場 10台(店舗前)
- TEL 0947-49-1166



ミスターマックスより車で1分

「呑みくい処 魚河岸」

田川市千代町8-4
TEL 0947-42-5251
月～土 11:00～14:00
16:00～23:00



大好きなお店のテイクアウトを紹介したい
と思います。
今回ご紹介するのは、田川市千代町にある
「魚河岸」さんです。
こちらのお店は、刺身をはじめ和のメニュー
から欧風料理やイタリアンまで幅広く楽しめ
る私の大好きな居酒屋さんのひとつです。何
を食べても美味しいので、豚バラと柚子こしよ
うの Pasta や豚足のちぢみ、エビとイカのア
ヒージョ・アボガドクロック・ゴルゴンゾー
ラと蜂蜜のピザ・牛タン赤ワイン煮込み…食
べたいメニューで迷います。
屋のランチやお弁当もあり、「おまかせお
かすセット」や「おつまみセット」等々
今回のテイクアウトメニューは
おまかせおかすセットです。中身
は帰ってからの楽しみで箱を開
けるまでワクワクです。酒の肴に
なるようなものをベースにポリユ
ムがあり大
満足で
した。
ごちそ
うさま
でした。



おすすめテイクアウトの紹介コーナー

目の健康

『網膜裂孔・網膜剥離』その3

症状 続きより

○光視症
“まぶたを閉じてでも光が見える”とい
うように、光のないところで光を感じる
症状を、「光視症」といいます。
光視症は、硝子体が委縮するときに
網膜が引っ張られ、神経細胞が刺激さ
れるために起こります。飛蚊症同様、
網膜裂孔のサインになることがあります。
○視野欠損
網膜剥離が起こると、網膜が剥がれ
た部位に応じて「視野欠損」が起こり

ます。網膜の上方から剥離が起
ると、視野の下方に見えない部分
ができますし、逆に網膜の下方か
ら剥離が起こると、視野の上方に
見えない部分ができます。

○視力低下

網膜剥離が進行して、物を見る
うえで最も重要な「黄斑部」に剥
離が及ぶと、急激に視力が低下し
ます。通常は、網膜の上部や下部
から剥離していくことが多いので
すが、「黄斑円孔」といって、初
めから黄斑部に孔が開く場合もあ
ります。

検査

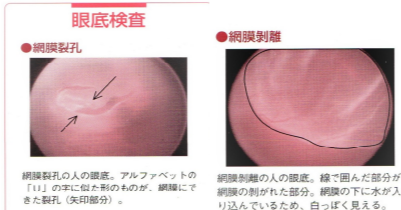
～「眼底検査」で
裂孔や剥離の有無を調べる～
網膜裂孔や網膜剥離は、

「眼底検査」を行えば大体診断が付きま
す。散瞳薬を点眼して、瞳孔を広げてか
ら、特殊な機器を用いて瞳孔をのぞくと、
網膜の状態を詳しく観察することができ
ます。

眼底検査と並行して、見える範囲を調
べる「視野検査」も行われます。

網膜裂孔が疑われるのに、眼底検査
では裂孔が見つからない場合などは、
「蛍光眼底造影」を行って詳しく調べま
す。

なお、続発性網膜剥離が疑われる場
合には、原因となっている病気の状態を
調べるために、全身的な検査が必要に
なります。



網膜裂孔の人の眼底。アルファベットの「H」の字に似た形のものが見え、網膜にできた裂孔（矢印部分）。

網膜剥離の人の眼底。緑で囲んだ部分が網膜の剥がれた部分。網膜の下に水が入り込んでいるため、白っぽく見える。

聴こえのこぼなし

補聴器の疑問その4

**【少し聞こえにくくても
問題ない?】**

聞こえの問題は、痛いわけ
ではないので、本人の自己申告が
ない限りなかなか気づきにくい
ものです。特に日本人の場合は、
老人の難聴はある程度仕方がな
いものだとあきらめる人が多い
のです。「ヒソヒソ話が聞こえ

ない」「小さい声に反応できない」
「時々、聞き返すことがある」「他
の人は気づいている音に自分だけ
が気づかない」…こんな風に感じ始め
たら、軽い難聴が始まっています。
軽い難聴だからといって放っておい
てはいけません。小さい声や弱い声
は聞き取れません。新しい言葉を正
確に学習できなくなったり、外界の
変化に対する注意不足をもたらして
しまいます。

世間とのつながりが上手に保てな

いということになってしまいます。
そうするといつの間にか孤立して
自分の殻に閉じこもってしまいが
ちになります。なかには、物事が
上手に理解できないため、ストレ
スでイライラして周囲にあたって
しまう人もでてきます。そのよう
な感覚の低下がやる気を削ぎ、あ
る種の抑うつ状態になってしまう
と大変です。脳の老化防止のため
にも聴覚をはじめ、五感のすべて
を使ってコミュニケーションをす
ることがとても大切です。



眞弓美のキャンプ日記

**キャンプで行った各地のうまいものや
景色のご紹介コーナーです**

毎年恒例の春・秋・冬キャンプですが、昨年
は1度も行くことが出来ませんでした。世間は
アウトドアブームでどこのキャンプ場も大賑わ
いだと聞いています。

我が家にも大賑わいの出来事がありまして、
昨年1月に長女が男の子を出産しました。その
9日後、次女が女の子を出産しました。初孫が
いっぺんに2人誕生しました。里帰りの3か月の
間、双子ちゃんのようにベッドに並ぶベビー
と娘たちのお世話で目まぐるしくも楽しい毎日
を過ごしました。皆さんから聞いていた「孫は

可愛いよ～！」の言葉通り、私も主人もこん
なにメロメロになるとは予想していませんで
した。送ってくれた動画を何度も見てはニヤ
ニヤと喜んでいます。毎月どんどん成長する
二人が楽しみです。



話はキャンプに戻ります。この数年間キャンプ道具が大掛かり
になってしまい、2人分なのに道具で車いっぱいになってしまうほ
どになってしまいました。今のスタイルがさっとキャンプに出掛
けるにはネックになっていると考えて、もっと簡単に出發でき
るアイテムに絞って出掛けたいねと話していま
す。倉庫のキャンプ道具をあれこ
れ引っ張り出し
て楽しんでい
ます。



荷物が満タン



車中泊ベッド

お店からのお知らせ

☆「第9回新春初夢ガラガラくじ」

新春の催し物として「第9回新春ガラガラくじ」を
開催いたします。

11,000円以上お買い上げのお客様に、ガラガラ
くじを引いていただきます。「うまいもの」を色々
取り揃えております。空くじなしです。

ぜひお待ちしております。
(1月7日～31日迄)



☆新型コロナウイルス感染拡大防止対策について

めがねファクトリーでは、
接客時のマスク着用・消
毒・手洗い・換気等の対
策を行っております



☆補聴器を使用のお客様へ

・『冬になると電池が持たない』
・『最近電池消耗が早い』と、心配して相談に来られる
方が多くなります。冬は補聴器の空気電池の寿命が低
下してしまいます。気温の低下や湿度の変化、石油ス
トープの使用などの条件によるものです。
安心してご使用ください。

☆『予約システムのお知らせ』

昨年1月より開始しました『視力測定や聴力測定
の予約システム』が大好評頂いています！
コロナ禍という事もあり来店されたら待つことなく
すぐに測定ができますので是非皆様お気軽にご
利用くださいませ。

事前にお客様のご都合の良い日時をお知らせく
ださい。こちらで日時調整をさせていただきます

**測定は前もっての予約
をどうぞよろしくお願
い致します**



マスク着用時、レンズのくもりを防止する
「メガネのくもり止め環厚ジェル」をご用意しています。



このQRコードを読み取ってホームページへGO!
URL <http://megane-factory.com/>