

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
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のかを

に行ったり、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って輝いて

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って輝いて

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。

わたしの独り言

「新年明けましておめでとうございます」

新年明けましておめでとうございます。

昨年は大変お世話になりました。

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願

い申し上げます。

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って輝いて

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。

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って輝いて

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。

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って輝いて

今回のテーマ

「ステイホームの過ごし方」

スタッフ紹介

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り、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。ノート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います。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」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立しました。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

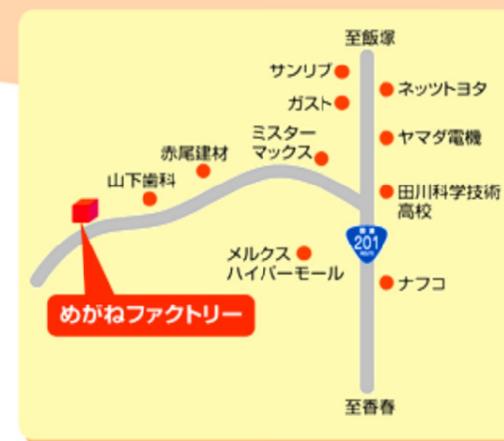
新年明けましておめでとうございます。昨年中は大変お世話になり、ありがとうございました。本年もよろしくお願い申し上げます。コロナ禍の昨年はこれから何が起るのか、ニュースを見ては何度も不安に襲われる日々でした。先を考える不安材料ばかりが頭に浮かびますが、あるがままに受

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

ちよっぴい話

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。

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



「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ひます。
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、豚バラと柚子こししょうの 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、「おまかせおかずセット」や「おつまみセット」等々
今回のテイクアウトメニューは、おまかせおかずセットです。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ボリュー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こると、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つきます。散瞳薬を点眼して、瞳孔を広げから、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。線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たため、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思われがちが多いです。「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たりしてしまいます。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できます。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、今年は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お過ごしました。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きます。



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、石油ストーブ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/>