

こんにちは、めがねファクトリーです！

2019年 新春号

見えるCafe

カフェ

通信

ちょっとひとき



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

新年あけましておめでとうございます。本年も何卒よろしくお願ひいたします。2019年を迎えることができたのも、日頃からの愛顧いただいたいておりますお客様のおかげです。本当にありがとうございます。

昨年は日本をはじめ世界的に自然災害が多かったです。被災されました方々には心よりお見舞い申し上げます。

さて昨年の秋、山口県にある角島に家内と旅行に行きました。角島灯台付近をドライブ中に、屋台風のお店でサザエの壺焼きを食べることにしました。お店にはタオルで鉢巻をした漁師さん風の愛嬌のいい大将が、威勢よくサザエを焼いていました。大将曰く、このサザエは角島でとれた新鮮な地ものを使っているため、味付けは敢えてせず、サザエ本来の旨味を引き出すためにこの焼き方にこだわっているとのこと。たしかに大将が言われる通りシンプルで旨味が凝縮した絶品の壺焼きでした。サザエを食べると、大将が話しかけてきました。大将「お父さんはまだ現役で仕事をしているのか？」私「していますよ。まだまだ働きざかりですよ。」大将「よく働くね。ところで歳はいくつ？」私「何歳に見えますか？」そこで大将からの衝撃の年齢が告げられ、私の老けて見られた今までの記録をあっさり更新されました。大将「そっやね70歳過ぎへらいやろ？」私「こう見てもまだ54歳ですよ。」相当びっくりした顔で、大将「そっやろ？それは絶対見えない」と苦笑いします。そのことが少し気になったのか心優しい大将はサージャスにヤリイカの一夜干しをプレゼントしてくれました。見た目は、老けて見えますが仕事に対するエネルギーは、さらに気合を入れて頑張りますので、本年も何卒よろしくお願ひいたします。

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「ナー」は日常生活の中であつ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。

今年の干支多にちなんで

「山より大きな猪は出ない」という諺がある。

「自分に出てくるような試練も、すべて自分が乗り越えられる試練なのだ」ということだが、さらに深い意味があるようだ。

まず、目の前に出てきた問題から逃げずに、一つ一つ取り組んで解決していけば、それだけ自分が成長できる。ところが、問題を解決せずに逃げていくと、また別の問題が出てきて、それからまた逃げる。とすると、問題はかたがた山積みになってしまふ。さまざま事態を招く状況を作る原因はここにあるかといえは、問題の原因があるのでも、他人に原因があるのでもなく、厳しい状況だが、結局のところ、問題をほったらかしにしている自分に一切の責任があるといつてもいい。なほ、どうすればよいか。

1. とにかく問題に立ち向かって努力し、解決する。
2. 経験豊かな他人に相談し、アドバイスを仰ぎ解決する。(本を読んでみることも同じである)

「山より大きな猪は出ない」わけだから、自分が出てくる問題で解決できない問題は、決して出てこないということをお心に銘記することが大事であろう。そして「なぜ自分ばかりがこんな目に遭うのか？」と決まて思っているなら、ならぬといつてもいい。

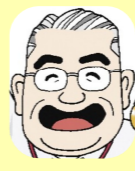
ちよひさいさい話

スタッフ紹介

今回のテーマ

「初めての体験！」

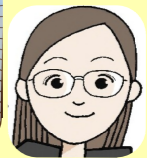
次女の結婚式で初めてバージンロードを歩きました。当日式場で娘とリハーサルを行い、そのあと、娘は花嫁衣裳の支度に行きます。ウエディングドレスを着た娘の控室に家内と二人で迎えに行きます。ドレッサーの前に座っているウエディングドレス姿の娘の美しさに目頭がジーンとしてきました。ぐっと涙をこらえて、いよいよ本番です。教会の入り口のドアが開き、スポットライトがバーンと当たって参加者の皆様の視線が一気に注目です。歩き出す瞬間、あまりの緊張で練習して覚えているはずの足を出す順番が飛んでしまい、右足と左足が交差してこけるんじゃないかと思うほどロボットの様なギクシャクな動きになってしまい相当焦りました。しかし初めての娘の結婚式に参加できて大感動の一日でした。



社長 太田 孝司

次女の結婚式、とっても感動的でした。私も初めての体験に書きかけたのですが、今回は主人に譲ります。

もう一つの初めての体験は、居間の壁紙貼りです。築30年を過ぎて、居間の砂壁がバラバラと落ち始めたので、この際に、洋風DIYにチャレンジをしました。大工さんに壁全面に板を貼ってもらいました。あとはひとりでコツコツと天井と壁に壁紙を貼り続けました。動画を見ながら予習しても、ひと貼りごとに難題が出てきます。天井まで270cmあるので、最初は脚立にのぼるのも恐る恐るでした。脚立の上り下りを1000回は超えていたと思います。足は筋肉痛でガクガクでしたが、好きなこと、やりたいことはどんなに疲れても楽しいものですね！



マネージャー 太田 眞弓美

社長のダイエット進捗日記

- ・ダイエット前 115kg
- ・2018年 夏号 94kg
- ・現在 97kg(+3kg)

焦りました！100kgを切った後は、亀のスピードでしたが、今回のようなことはありませんでした。最高に体重が落ちた時は92kgまで減り、80kg台が目前

でした。ゴールを意識した途端、自分の甘さが出て、一時期は99kgまで増えました(数値は嘘を言いません)。心底がっくりです。88kgが遠い道のりに感じているのですが、年末年始をどう乗り切るか、思案しています！



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ました。本年もよろしくお願い申し上げます。

5月には、平成から新しい元号に変わりますが、日本で初めて元号が付いた645年の「大化」から250回近く変わっている元号、さて皆さんも

予想されていますか？

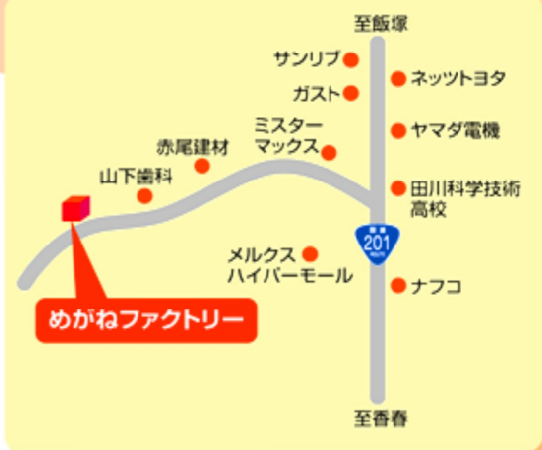
今年のラッキーカラーは「赤・白・ゴールド」です。赤は仕事運・健康運、白は人間関係や財運、ゴールドは才能の開花の後押しだそうです。

2019年はどんな年にしたいですか？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** 10:00~18:20
- 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

マイスーム

このコーナーはめがねファクトリーのスタッフが、今夢中になっている食べ物や便利グッズなどをご紹介します

☆「家中お手軽泡スプレー」(サニクリーン)

今回のご紹介は、お掃除洗剤です。今までテレビ周りの掃除には使い捨てのハンディモップでひと拭きしてました。しかし、前日に掃除をしてピカピカになったと思ったら翌日にはうっすらとホコリが…。テレビもテレビ台も黒なので特に目立ちます。それが、この洗剤を使っからは、1週間たっても2週間たってもピカピカです。テレビなどの電化製品には静電気が発生しやすく、空気中のチリやほこりを集めてしまうそうなのですが、その静電気を防いでくれているそうです。2度拭き不要も便利です！



知っておくと便利！

その1 頭痛にサヨナラ

お辞儀姿勢で頭を左右に軽く振って頭痛が増せば「偏頭痛」(暗い所で休む、冷やす)、そうでなければ「緊張性頭痛」(温める)という見極め方、知って目からウロコ。対処の仕方が全く違うので助かる。

その2 あくびの止め方

人と会話をしている時にあくびをするのは相手に対して失礼。もし欠伸が出そうになった時は、舌の先で上唇をちよっと舐めるとあくびを止めることができる。

目の健康

『網膜裂孔・網膜剥離その1』

☆どんな病気か

網膜に孔が開く「網膜裂孔」
網膜が剥がれる「網膜剥離」
網膜は目の奥にある組織で、カメラにたとえるとフィルムの役割をしています。網膜には光を感じる細胞(視細胞)があり、そこに映った像が電気信号に変換され、視神経を通して脳に送られます。

こうした重要な役割を担っている網膜に孔が開いたり、裂け目ができる病気が「網膜裂孔」です。一方、網膜が剥がれてしまう病気が「網膜剥離」で、

視野欠損や視力低下の原因になります。

網膜剥離には、網膜裂孔などが原因で起こるタイプと、裂孔と関係なく起こるタイプの2つがありますが、全体の8~9割は、裂孔が原因で起こる「裂孔原性網膜剥離」です。ここでは、主に裂孔原性網膜剥離について取り上げます。

○網膜剥離になりやすい人
網膜剥離は、20歳代の若い世代と、50歳代以降に多いのが特徴です。また、近視の程度が非常に強い人も、網膜剥離を起こしやすい傾向があります。

☆起こる仕組み 加齢などで硝子体が委縮し網膜を引っ張る

一般に、若い人の網膜剥離は、

もともと網膜に変性した部位や委縮があり、網膜が薄くなっているために起こります。一方、中高年の網膜剥離の多くには、加齢により起こる「後部硝子体剥離」が深く関係しています。

○後部硝子体剥離

眼球の内部には「硝子体」という、ほぼ無色透明のゲル状の組織があります。重量の99%は水が占めており、残りはコラーゲン線維などでできて水っぽくなり(液化)、水分とゲル状の部分に分離してきます。その結果、硝子体は委縮します。委縮が進むと、硝子体と網膜との接着部分が剥がれて、硝子体は網膜から離れていきます。(次号へつづく)

おススメレシピの紹介コーナーです

☆「炭焼地鶏の店」の「べた」

今回ご紹介するのは阿蘇高森にある炭焼地鶏のお店「べた」です。「べた」の店は有明海、この存知の方も沢山いらっしゃると思います。私も20年ほど前から阿蘇に来るようになってます。地鶏が大好きな私は地鶏という文字が目につくと無性に食べたくなってしまいます。地鶏の定義はあまりでそれぞれのお店でも違うかあるのかと思いましたが、そのお店でも「べた」も同じような感じの「べた」です。「べた」の地鶏は、私好みのメンシヤで素晴らしいです。肉の柔らかい感じと硬さがあり、肉の部位はなんでもすべてモモ肉を使用しています。醤油ベースにほんのり生姜の風味のたれに付け込まれた肉がテーブルに来ると、量が多すぎてびっくりします。この肉と炭火の相性が抜群で絶品乗せると「べた」の醤油の香りが最高です。その「べた」に入りの食べた後には「べた」の「べた」です。定食は、ご飯、みそ汁、卵、漬物が付きます。卵かけご飯とみそ汁も抜群です。

少し距離は遠いですが、阿蘇の大自然を満喫するドライブがてら、地鶏大好きならぜひ行ってみたいですね。お店の雰囲気や佇まいも一見の価値がいっぱいあります。

「炭焼地鶏の店らくだ山」

阿蘇郡高森町高森 2693-4
TEL 0967-62-0084
AM 11:00~PM 8:00

定休日 毎週水曜日



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

☆ラピュタファーム

昨年10月に、田川郡川崎町の「ラピュタファーム」にキャンプに行ってきました。

オーナーの杉本さんと同級生のよしみでキャンプさせて頂くことになりました。小高い丘の上にテントを張り、海や山のキャンプとは一味違った風景です。ラピュタの建物は色使いなど、とても素敵な雰囲気なので、何を見ても癒されます。ラピュタのわんちゃんも3匹ととってもかわいくて、寄り添う

しぐさがなんとも言えません。

今回の食材買い出しは、地元道の駅に立ち寄りました。アサリやエビ、おいも豚のしゃぶしゃぶ、精肉店で刺してもらった焼き鳥や豚バラです。昼食には、ホットサンドも作ってみました。ベーコンや卵をはさみ、サクッと香ばしく出来上がりしました。

夜は杉本さんも一緒にたき火を囲んで、楽しく語りました。翌朝、ラピュタファームのコーヒーといくりさんのパンは最高に美味でした。キャンプでこんなにおいしいコーヒーは初めてでした。

翌日も午後までゆっくりです。チェックアウトの時間制限もなく、帰日も自宅まで40分という手軽さは、一泊で二泊分楽しんだようです。テントを張った芝生のまわりは桜の木で囲まれています。桜が満開の頃にまたお邪魔したいと思いました。



聴こえのこぼなし

補聴器の疑問その2

【耳が聞こえにくくなったと感じている人はみんな補聴器を使っているの?】

耳が聞こえにくくなったと感じているのに「自分の聴力はそんなに悪くない」「補聴器なしでもやっていける」と思っている人が、実は大半なのが現実です。通常、難聴は年を重ねることによる生理的にどうしても

ない現実なのに、日本では、補聴器に対してのイメージが悪いのです。

世界有数の先進国日本の難聴は、先進国特有の社会現象(豊かな国ほど騒音や生活習慣病が多い)が関係しているのに補聴器理解度は後進国なのです。電車の中でも、75デシベル以上、パチンコ店では、95デシベル以上の騒音になることはざらです。

耳は、不要な音を聞き流す機能もあるので、無意識に生活できていますが、耳の負担になっているのは確

です。85デシベル以上の騒音を毎日8時間聞いて5年も経てば、騒音障害による難聴になってしまいます。その音が130デシベル以上だったら30分足らずで耳は壊れてしまいます。

でも、先進国日本は、他の先進国と比べて、補聴器の普及率が低いのです。日本の補聴器普及率を1とすると、アメリカ・ドイツは2倍強、イギリスは4倍になります。

残念ながら、日本ではまだあまり補聴器が使われていないのが現状です。



お店からのお知らせ

☆「第7回新春初夢ガラガラくじ」

新春の催し物として「第7回新春ガラガラくじ」を開催いたします。

8600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5日~31日迄)



☆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。

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濃厚ジェル」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/>