NEWS PAPER

こんにちは、めがねファクトリーです！

2021年 夏号

# 見えるCafe カフェ 通信

ちょっとひといき

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

## わたしの独り言（ひとごと）

■「暑中お見舞い申し上げます」

お久しぶりです。ご無沙汰しております。

コロナ禍の2年目、今までの常識が、仕事が、休日が大きく変わりました。

遠くにいる親戚や友人と会うことが出来ない、旅行に行くことも出来ない、楽しく飲み語らうこともできない。今までの日常に制限がかかり、いつまで続くのか、先の見えない日々の中で、不確かな情報も飛び交い、今をどう受け止め考えればよいのか。皆様も戸惑いの日々ではないでしょうか。

しかし、その中で新たなチャレンジ、日々の過ごし方など今までには気づかなかった発見も沢山あったのでは。私は仕事で初めての200Mを使っての研修や打ち合わせなど、電話とは違い、直接会うような感覚で打ち合わせを進めることが出来ました。

家内はなかなか集まることのできない幼馴染4人とラインで女子会を体験してあっという間の2時間だったと楽しそうにしていました。私が夕食の献立を作ることも増え、刺身を引いたり、魚をさばいたり、イタリアン系の献立などYouTubeでプロの作り方を学んで、家内からは大絶賛をもらっています。

世の中の情報を鵜呑みにせず、自分自身の頭で考えるということの大切さを実感しています。できないことの多い今ですが、出来ることの可能性に意識を置いて日々を過ごしていきたいと思います。

これから本格的に暑くなってまいりますのでお体ご自愛くださいませ。

愛犬ココ17才

## ちょっといい話

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

タンポポを見よ
順調に行く者が
必ずしも幸せではないのだ
悲しむな
タンポポを見よ
踏まれても平気で
花を咲かせている
ではないか

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」その2

今まで以上に家で過ごすことが多くなり、そこで思い立ったのが、酒の肴づくりです。

頂き物の明太子で私の大好きな「辛子明太子」を作れないかと初チャレンジしました。お手本は「平塚の辛口明太子」。まずは唐辛子です。これは直方の「あぐりの里」物産館で販売しているもので、風味がよく辛みの中に旨味がぎゅっと詰まり、石臼で引いているのかとてもきめ細やかです。

出汁は、太田家の必需品「こだわり食房 東真須美商店さんの和風天然だし」自然な出汁の旨味が明太子と相性抜群。ほかには昆布・日本酒・ミリン・濃口醤油・薄口醤油・塩で付け込むタレを作り冷蔵庫で一週間明太子を付け込んで味をじっくりしみこませました。待ち遠しい一週間が過ぎて出来上がりました。デビュー作としてはなかなかいい感じで、ビールとの相性も抜群でした！本当は、炊き立てのご飯の上にたっぷりのせて食べたいところですが、今回は我慢しました。(笑)

社長
太田　孝司

築30数年を過ぎた自宅のDIYに励んでいます。前回は居間と台所と洗面所の壁と床をDIYしました。今回は仏間横の和室と縁側です。GWに孫が遊びに来た時に写した写真を見て、シミだらけの襖、くすんだ畳にまるで昭和の写真やね！と、がっかりな部屋の様子を見てスイッチが入りました。

和室の雰囲気は残しながら孫たちの遊ぶスペースにしたいとイメージを膨らませ、私にもできそうな方法を考えながら、材料を注文しました。さあスタートと思うのに、前回のように身体が動きません。30mの壁紙を抱えるのが苦痛で仕方がなく、速く進めなくては壁紙ののりが乾いてしまうと気持ちは焦り、一向に進みません。体重が増えたせいでしょうか・・？　数日で終わる予定がもう1か月も中途半端なままです。完成はいつになることやら…

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　・2021年　新春号　97kg
・現在 97kg(＋0kg)

最近、自宅で過ごすことが多くなりいつの間にか体重が100kg近くに迫ってきたのでこれはさすがに駄目だと、5月の末から糖質制限ダイエットのスイッチを入れました。しかし以前のように思ったほど体重が減りません。

年齢とともに代謝が悪くなるので運動を取り入れないと、難しいのは理解しているのですが、キャンプに行ったり、ラジコンで遊ぶことも少なくなってきたのでなおさらです。ここで頑張らないとと自分に言い聞かせてはいますが（笑）

## 編集後記

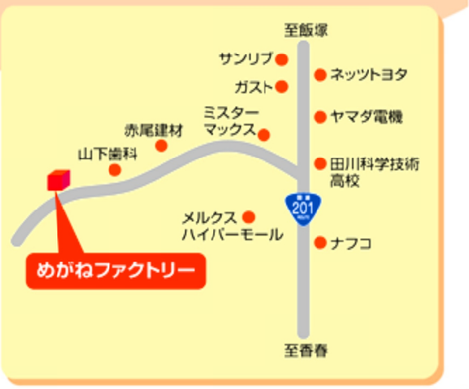
いよいよ東京2020オリンピックが7月23日～8月8日までの17日間の予定で開催されます。素晴らしいオリンピックスタジアムに観客定員50%、チケットの再抽選など課題が山積みの中、55競技が開催ができるのか、ここまでくれば無事開催でき、感染拡大しませんようにと願うところです。

暑くなりマスクの着用もしんどくなってまいりましたが、のどや鼻のうがいなどが健康な粘膜を保ち、免疫力UPに役立つそうです。熱中症対策もお忘れなく。

夏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 OAビルⅡ
営業時間　10:00～17:40
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

# お気に入りテイクアウト日記

## おすすめテイクアウトのご紹介コーナー

今回のお持ち帰りは糸田町にある居酒屋「筑豊極ホルモンしんかい」さんです。

私にとって無くてはならない居酒屋さんのひとつです！お持ち帰りは、皆様もご存じの「ホルモン鉄板です」

こちらのセットはホルモン・野菜類・特製のたれ・薬味・ちゃんぽん麺とセットになっていますので、あとは説明の通りに順番で鍋にセットして火が通るのを落ち着いて待つだけです。美味しそうな香りでまずは、ビールが一杯飲めます（笑）

全体に火が通り一口食べてみると思わずニヤリとなる感動の美味さです！ホルモンの旨味がキャベツや野菜に染み込み特製のタレとの相性も抜群です。そしてこちらのホルモンは、黒毛和牛の小腸を使用しています。締めはセットのこだわりのちゃんぽん麺です。本当に美味かったです。ありがとうございます！

金額は￥2800+税となります。2人前～3人前のボリュームがあります。

**「筑豊極ホルモン しんかい」**

田川郡糸田町813-7
TEL 0947-26-5577
16:30～22:30
定休日　水曜日
※事前にお問い合わせを
お願い致します

# 目の健康

## 『網膜裂孔・網膜剥離』その4

続きより

**治療**

**◎剥離している場合は手術が必要になる**

一般に、網膜裂孔の場合は手術が行われます。ただし、黄斑部に孔がある場合は、レーザーを当てると視力を損なうため、レーザー治療は行われません。

☆レーザー治療

孔の周囲にレーザーを照射し、網膜を焼き付けて孔を塞ぐ方法です。レーザーでやけど痕のようなもの（瘢痕）をつくることで、網膜をくっつけるのです。

治療は5～10分間程度で、痛みもほとんどありません。外来で受けられますが、瘢痕ができるまでに2～3週間かかるので、その間は激しい運動を避けます。

☆強膜バックリング

網膜剥離の手術法の一つです。網膜の孔の周囲に電気凝固や冷凍凝固をしたあと、眼球を覆っている強膜の上から、シリコンスポンジを圧迫するように縫いつけます。それによって眼球を内側にへこませて、剥がれた網膜をくっつけます。より強い圧迫を要する場合は、「輪状締結」といい、シリコンを眼球全体に輪状に巻きつけることもあります。

強膜バックリングは、若い人の網膜剥離に行われることの多い手術です。入院期間は1～2週間ほどで、手術から3か月程度は、激しい運動を避けます。

☆硝子体手術

網膜を引っ張っている硝子体を取り除く目的で行われます。

網膜を引っ張っている硝子体を、網膜から切り離して吸引し、取り除きます。硝子体の代わりに特殊なガスを注入し、ガスの浮力で、剥がれた網膜を元に戻します。この方法を「ガスタンポナーデ」といいます。注入されたガスは上方に移動する性質があるので、網膜がくっつくまでは、うつむいた姿勢をとる必要があります。

硝子体手術は、中高年の網膜剥離に対してよく行われます。入院期間は、施設によって差はありますが、大体1～3週間程度です。

# 聴こえのこばなし

**きこえるって大切です。**
**最近、お父さん、お母さんとの会話が言葉数が減っていませんか?**

隣の部屋から襖ごしに「お父さん」「お母さん」と呼びかけると「なに？」って返事をしてくれますか？会話の途中で何度も聞き返しをしませんか？
案外御本人は耳の聞こえの不自由さに気づいていないのです。

むしろ、気づいてあげられるのはご家族なのです。親も子もイライラして親子関係がギクシャクしたり、トラブルになったりします。後ろから「○○さん」や「お父さん」「お母さん」と呼びかけられたら、すぐに返事ができること、これが大事なのです。

お父さんやお母さんは「聞こえが悪くてもなにも困らない！」「みんな大きな声で喋ればいい！」と思っています。

本当にそれでよいのでしょうか？
お耳の聞こえにあった補聴器を使えば、お互いのコミュニケーションが良くなり、何よりも気兼ねなく会話が出来るので、おしゃべりやテレビを見ることが快適になります。家の中に限らず、外に出ることが楽しくなり、人付き合いも活発になります。まずは昔の補聴器の「目立つ！ガーガーしてうるさいだけで聞こえない！」というイメージを捨ててください。
補聴器は人とのコミュニケーションの重要な道具なのです。

# マイブーム

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

☆「マダガスカルで作る
ラフィアの帽子やバッグ」

わGasy

**このバッグや帽子はマダガスカルのラフィア椰子を使って現地でオリジナルのかぎ針編みで生産されています。ラフィアの染色は全て草木染・天然染。マダガスカルの天然素材、ラフィアを使用し、熟練の職人さんの手で独自のエッセンスを加えながら作られています。実際使ってみると、ラフィア椰子がとても柔らかくて 心地よい肌触りです。自然素材で通気性がよいので帽子をかぶってもひんやりと涼しくて夏の定番になりました。とても丈夫なので何年も使えるとのことで、大事に使っています**

# 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**

我が家の愛犬ココが17歳となり、7月には人間の年で100才になります。昨年12月から介護が必要となり、全く外出が出来なくなりました。立てない足をバタバタと無理をしてしまうので、外出できるのは眠っている数時間なので、泊りのキャンプは当分無理な状況です。しかし、緑の中で風に吹かれて少しでもキャンプ気分を味わいたいと、川崎のラピュタファームに行ってきました。ガーデンカフェでパスタランチを食べながら、心地よい風を感じてきました。ここにはジューンベリーやオリーブ、ブルーベリーなどのおしゃれな木がたくさんあって、楽しみの一つです。もう一つの楽しみは、すもも狩りです。この時期(6月)無農薬のすももが真っ赤に熟れて最高に甘かったですよ。来年もこの時期には絶対に行きたいなと思います。

深呼吸してリフレッシュできました

# お店からのお知らせ

新型コロナウィ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

**☆「第1回 夏の旨いものガラガラくじ」**

◎夏の催し物として「第1回 夏のうまいものガラガラくじ」を開催いたします。
8,000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。「旨いもの」を色々と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。（8月31日迄）

**期間中11,000円以上のお買い上げの方から3,000円お値引きをいたします**

**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濃厚ジェル」をご用意しています。**

**☆『 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頂きます

**測定は前もっての予約をどうぞよろしくお願い致**

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/