

こんにちは、めがねファクトリーです！

2020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。旧年中は大変お世話になりました。

新たな年をこつて迎えられるのもお客様一人ひとりのお陰です。本当にありがとうございます。昨年は自然災害が数多く発生して被災されました方々には心からお悔やみ申し上げます。

今回は我が家のアイドル柴犬の雑種「愛犬ココ」の話です。ココが我が家に来て16年になります。人間の年齢で93歳。皆様の家のペットと同じように、大きな癒しの存在です。

仕事から帰ると、「おかえり」と言葉は発しませんが、そんな表情で駆け寄ってくる姿は毎日とても愛おしい瞬間です。ココのおかげで、早起きが得意になりました。(笑)この季節、外は真っ暗ですが、星が輝き空気がピンと張りつめ、敵かな気持ちを感ぜられるのもココの朝の散歩のお陰です。散歩から帰るリードを外した途端に庭を走りまわります。とても93歳になるおばあちゃんの走りとは思えないほど身軽で速いスピードで私の前を通り過ぎていきます。そんなココも最近では歳のせいで耳もかなり聞こえなくなり、今まで以上に寝ている時間が多くなっています。「ココの生活がもうすぐ終わってしまうのではないかと不安になることもあります。限りのある時間を大切に過ごしていきたいと痛切に感じます。

私自身も今という時間を大切に、眼鏡と補聴器を通じて皆様にしつかり貢献できるように頑張っていきたい所存でございます。

本年度も何卒よろしくお願いいたします。



わたしの独り言

■「新年明けましておめでとうございます」

スタッフ紹介

今回のテーマ 「冬に聴きたい曲は？」

私は山下達郎さんの名曲「クリスマスイブ」です。30数年前にテレビのコマーシャルで聞いたのが初めてでした。あのイントロから最初の歌詞「雨は夜更け過ぎに～」と歌詞がスタートすると当時20代の頃に聞いていた時代にタイムスリップしたようになります。当時はクリスマスというと世間では一大イベントで食事やプレゼント・旅行など高価な高級なものが流行っていたハッピーな時期でもありましたよね。懐かしい。数年前にコンサートに行ったときに生でこの曲を聞いた時は感動しました。たしか9月開催のコンサートでしたが、イントロが流れたとたん頭の中は12月になっていました。(笑)



社長 太田 孝司

冬といえばクリスマス。ワムのラストクリスマスですね。クリスマスのワクワク感がよみがえります。アップテンポでキラキラした音色、まるでサンタさんの乗ったそりが走ってきているみたいです。独身時代はクリスマスディナーを予約しておしゃれに出かけていましたね。

子供たちが生まれてからは、毎年のように博多埠頭のイルミネーションを楽しんでいました。四季折々の(春は桜、夏は海、秋は紅葉、冬はクリスマス)楽しみの一つですね。

昨年はJR博多駅前広場のクリスマスを見てきましたが、12月に入ったばかりなのに人の多さにびっくりしました。クリスマスマーケットが賑わっていて、エネルギーをもらいました。



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
- ・2019年 夏号 97kg
- ・現在 96kg(△1kg)

ほんの気持ちだけ減りました。減ったうちには入りませんよね(笑)これから年末年始となり体重増加が見込まれる時期だけに気を引き締めていかないとまた大台の

3桁になってしまいます。家族からは足がすいぶん細くなったと言われますが、おなか周りの脂肪がびくともしません。糖質制限食に対するやる気のモチベーションも最近では下がってきているので何とか自分自身に火をつけなければなりません!



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。本年もよろしく願い申し上げます。

今年は東京オリンピックの年になりますが、開催都市が東京に決まったのが2013年9月でしたが、あれからもう6年。いよいよ東京2020まで200日を切りました。今から楽しみです。

さて、今年のラッキーカラーは「グリーン・茶色・ゴールド」です。グリーンはよみがえり再生するパワー、茶色は家(家庭)が安定する色、ゴールドは21世紀を通してのラッキーカラーだそうです。

新春号のご購読をありがとうございます。



ちよっぴい話

このコー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。

自分の存在や価値を見失いそうな時
世界とのつながりを感じられない時
人のために 何でもいい
自分ができること
自分が持っているもの
自分の時間を差し出してあげる
知られなくても 認められなくても
褒められなくても
自分と人や社会とのつながり
感じる心ができればいい
それは 巡って自分自身
救う行為になるはず

浜田省吾さんより



めがねファクトリー

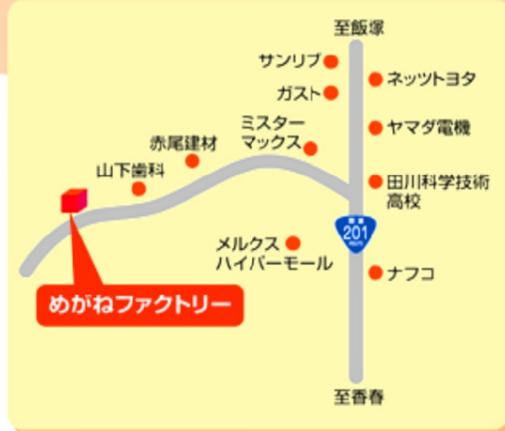
住所 〒826-0042 田川市川宮1656-1 0AビルⅡ

営業時間 10:00~18:00

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

★「Fire TV Stick 4K」(¥6,980)

これはテレビに接続して、数万タイトルもの動画やコンテンツなどが視聴できる装置です。映画やYouTubeでキャンプ動画を見たり、DIYのための工具の使い方を学んだり、見逃しのテレビ番組を見ます。見始めると一日ソファから離れられなくなる日があります。ネットフリックスではガーデニングの番組やこんまりさんの番組など、ツポにはまってしまいます。

あまり長時間見ていると、やはり目の疲れが気になってしまいますが、知らず知らず目に酷使してしまいかねません。

目をいたわりながら楽しみたいですね。



知っておくと便利!

- その1 **玉ねぎを切っている時に涙が出ないよ
うにする方法**
30秒間冷たい水に玉ねぎを浸す
これでもう涙知らず
- その2 **頑固な白シャツの襟汚れをとる方法**
漂白剤に重曹をプラスすることで最強の洗浄力プラススチームで完璧です
- その3 **苦い葉の飲み方**
苦い葉を飲む前に水をなめると苦みを感じない

真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

★自宅でキャンプ気分

昨年はキャンプの予定が、台風などで何度も中止になってしまい残念な1年でした。唯一4月にラピュタファーム2回目のお花見キャンプをしましたが、何度行ってものんびりできる場所です。

何とかキャンプ気分を味わいたいと試行錯誤した結果、自宅の倉庫と勝手口の空間(5坪程)をキャンプ気分の味わえるODD(アウトドアイングリッシュ)と名付けた

空間に仕上げました。

メリットは、車への荷物の積み込みや移動距離を省略して 外で楽しい食事ができます。子供たちが久しぶりに福岡から帰ってくると、毎度のようにODDで食事をします。デメリットは、大自然を肌で感じることや、物産館巡りで珍しい食材を探すことができません。しかし、キャンプ用のテーブルやイスや食器を使い、ランタンを灯していると、日常の慌ただしさから解放されるひと時に変身します。テントも張って寝袋で寝たい気分なのですが、そこは主人からストップがかかります。

息子の友人たちにも大好評で、福岡から友人を何人も連れて泊りで帰ってきます。キャンプごっこを楽しんでいます。



お店からのお知らせ

★「第8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。

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けます。「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/>

お家で楽しむ日記

おすすめレシピの紹介コーナーです

★「アリラン峠(岡垣店)」

今回ご紹介するのは遠賀郡岡垣町にある焼き肉店「アリラン峠(岡垣店)」さんです。ネットからの情報で今回お邪魔しました。訪問した日は平日でしたが、事前予約の電話をしました。夕方6時過ぎには店内は満席になりました。噂通りの繁盛店ですね。

炭火焼きですが、無煙ロースターを完備しているので煙は全く感じませんでした。注文したメニューは「ハラミ・カルビ・ほほ肉・ホルモン関係なし」。最近、年齢のせいかな脂分の多い肉よりも脂身が少ない肉の方に味覚がシフトしてきています。タレは醤油ベースで濃厚な色合いです。食べる見た目とは別であっさりしています。私は特にハラミが大好きでした。程よい脂分と柔らかい食感はまだりません。お箸が進みます(笑) 普段見かけないホホ肉も美味しかったです。

こちらの生ビール(大)の大きさは凄いです!他店ではあまり見ることのない特大サイズでした。おおよそ1Lの量が入るらしいです。大きなサイズが好きな私は特大ジョッキグラスを見ただけで顔がやけてしまいます(笑) 少し距離はありますが、料金もリーズナブルで焼き肉好きにはおすすめです。

「アリラン峠(岡垣店)」

遠賀郡岡垣町吉木東1丁目18-12
TEL 093-282-7406
AM 11:30~PM 23:00 (詳細あり)
定休日 毎週水曜日

さな方は是非
伺って
みて
ください



目の健康

『網膜裂孔・網膜剥離』その2

続きより

○網膜裂孔

後部硝子体剥離は、誰にでも起こりうる生理的な変化です。しかし、後部硝子体剥離によって、網膜と硝子体の接着部分が強く引っ張られると、その衝撃で網膜に孔が開く場合があります。

○網膜剥離

網膜に裂孔ができると、網膜と、網膜のいちばん外側にある「網膜色素上皮細胞」の間に、硝子体の水分が入り込むようになります。網膜と網膜色素

上皮細胞の間の接着力は、もともと非常に弱いため、水分が入り込むと、その圧力で網膜が剥がれてしまいます。

○ほかの原因で起こるものもある網膜裂孔や網膜剥離は、外部からの衝撃でも起こります。目に強い力が加わることで硝子体が動き、網膜と硝子体の接着部分が強く引っ張られるためです。

また、「続発性網膜剥離」とい、ほかの病気から起こることもあります。がんの眼球内への転移などが代表的です。

そのほか、はっきりした原因はわかっていませんが、特に10~30歳代の「アトピー性皮膚炎」の人に、網膜剥離が起こることがあります。

☆症状

～物がちらつく「飛蚊症」が網膜裂孔のサインであることも～

○心配のない飛蚊症と危険な飛蚊症 網膜裂孔の代表的な症状が「飛蚊症」です。飛蚊症とは、目の前に糸くずや虫のようなものがちらついて見える症状のことで、心配のない生理的なものと、網膜裂孔に伴うものがあります。

生理的な飛蚊症の多くは、後部硝子体剥離に伴って起こります。加齢によって委縮した硝子体のコラーゲン線維などが網膜に影を落として、糸くずや虫が飛んでいるように見えるのです。飛蚊症のほとんどはこの生理的なもので、特に治療の必要はありません。

一方、網膜裂孔による飛蚊症は、網膜に孔ができるときに血管から出血が起こり、墨を流したような影が網膜に映るために起こります。くろっぴいものが、急にいくつもちらつき、出した場合は、網膜裂孔の疑いがあります。

聴こえのこぼなし

補聴器の疑問その3

【難聴の原因で一番関係があるのは年齢ですか?】

「年をとれば難聴に」は実は間違い?

昔から、人は年をとれば自然と耳が遠くなるものだと考えられてきました。日本の難聴者の人数は約2000万人といわれています。近年、難聴と年齢はあま

り関係がなく、うるさい職場で働いていたなどの騒音にさらされた年数や、血管が硬くなる動脈硬化が原因であることが分かっています。2007年の厚生労働省の調査によれば、生活習慣病の人口とびたりと一致するのです。昔から、年をとれば自然と耳が遠くなるものだと考えられていましたが、どんな環境で過ごしてきたか、また、血管年齢が高いなど動脈硬化の傾向があるということが、その人の

耳の運命を決めていたのです。したがって難聴や耳鳴りの予防としては、生活習慣病を予防する、早期に治療をすることが必要です。まず、毎日の「生活習慣の見直し」から始めてみませんか?

