

『ここだけの話』

2017/11 Vol.20 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・浦安バル！

早いもので 11 月。年末年始が見えてきた感じですね。

今年は雨の影響が寒くなるのがいつもより早く、秋の過ごしやすい時期が少なかった様に思えます。

さてそんな寒い中、第 7 回目の『浦安バル』が 10 月中旬に開催されました！

第 7 回目ってもうそんなに行われているのですか？！ってくらい既に浦安では浸透しているちょっとしたお祭りみたいなもの！

今年は急遽参戦する事となり、当日券を購入し仕事後足早に行ってきました。

まず 1 軒目当代島にある「もん Ja」さん。

お好きなドリンクを選んでから、少々バル用メニューを待つ…。

しばらくすると…。巾着お好み焼きの登場です！！巾着の中にトロツとしたアツアツのもんじゃが入り乱れていてハフハフしながら口の中にはおぼりました。

アツアツが大好きな私としては最高の出だしで始まりました。

その後、牛すじ入りのお好み焼きが登場し、1 軒目で若干満足^_^;って感じになりました。

そして 2 軒目。「UNCLE」という猫実にあるバー。

飲み物はシャンパン、そしてお料理は…ちょっとピリ辛タコス。



これもペロッと食べ終わりました。お店の雰囲気は最高で今度ゆっくりここで飲もうと心に誓いながらお店を後に…。

そしてラスト 3 軒目は先ほどのバーのお隣にある「麺酒場 凜々亭」というラーメン屋さん。

入った途端店内はお客様一杯。どこにでもある普通のラーメン屋さんかと思いきや…。

食べてビックリしかりとした魚介のスープで濃厚な味わい。しかし、魚介の苦手方でも全然嫌ではないスープ。

店主なかなかやるな！！と思ひ、麺をすくつたらなんと私の大好きな極細麺！！！！

餃子も頼んでラーメンとビールそして餃子を食らう。店主の仕事お見事…。など心の中で気持ちを伝えお店を後にしました。

普段だったら絶対入らないお店。でも、バルだからこそこつやうて出会う事が出来ました。

今年のバルもなかなか良いお店が開拓できて楽しかった～♪

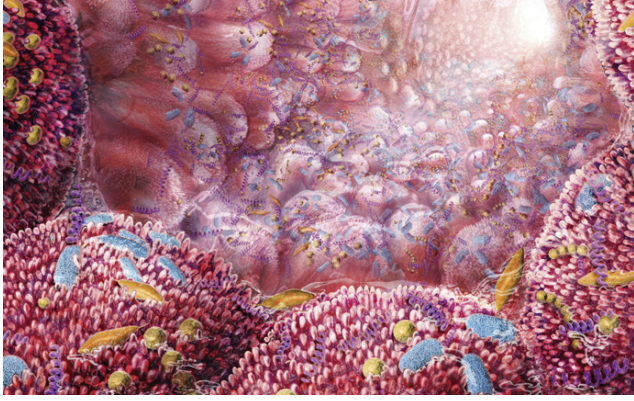
また来年もバル楽しみたいと思います！！

・腸内細菌

今年は急性胃炎で救急病院行ったら機能性ディスぺプシア（原因不明の胃の痛み）かもと言われ胃カメラを飲んだ所、逆流性食道炎とヘリコバクターピロリ菌が原因で胃が痛かったと言われました。ピロリ菌に関しては 1 週間のお薬で除菌できすっかりと良くなってきたのですが、40 歳も近づいてくると体に色々と変調が出てくるのだな…と感じ始めたので、体の中から綺麗に思ふ今日この頃になってきました。

その為に始めた事と言えば、腹部九穴という胃の形に沿ってツボに鍼を打ち、足三里という胃にも体にも良いと言われるツボに打ち胃や消化器の働きを活性化する事とヨーグルトメーカーを購入し家で R1 ヨーグルトを作り腸内環境を改善しております。

太った痩せたとかでしたら食事に気をつけて運動をするなど手が打てるのですが、体の中となると自分の意思でコントロールはなかなか難しいものがあります。ピロリ菌は将来的に胃潰瘍や胃がんの原因にもなり兼ねるので、必ず退治しなくてはいけなかったのですが、除菌したからと言ってそれで安心してはいけません。人もそうですが、弱い所に付け込まれてはたまったものじゃありませんからね。



昨今から言われている腸内細菌。

善玉菌が 2、悪玉菌が 1、日和見菌が 7 の割合がバランスの取れた状態と言われます。

今がどの程度のバランスかは分かりませんが、何となく善玉菌と悪玉菌のバランスが逆なんではないかと思います…(笑)。

R1 ヨーグルトはインフルエンザの予防、ガンの予防、腸内環境の改善、リウマチ予防、肌のトラブル予防があるとされており。

すぐに摂取したからと言って変わる訳ではありませんので、継続的に続けていきたいと思っています。

運動などと一緒で継続する事が大切なんですよ～！！興味ある方は是非ヨーグルト生活初めてみませんか(^_-)-☆

・ドラマな日々…

最近ドラマにハマっております。

10月スタートのドラマ。いつもは1クールに一つ見るかどうか。

しかし今回は「監獄のお姫さま」「奥様は、取り扱い注意」「コウノドリ 2」「陸王」そして、アマゾンビデオで以前ドラマ化されていた「重版出来」の5つ見ております。ドラマから色々と考えさせられる事がありますよね！先日見た中でこんなエピソードがありました。

『運を溜める…』運は溜める事が出来る。だから仕事でここぞって時に運を使いたいから今は運を溜めておく。ゴミを拾ったり、困ったりしている人を助けたり、日々運を溜めておく。そうゆう気持ちしていると気持ちも大らかになりそうですね。そして、だんだんと運気が流れてくる感じがします。

高校野球やっているときも野球だけでなく日常生活を他の人よりしっかりしないといざという時にミスをすると教わりました。

そしてご来院の患者さんに『徳を積む』という言葉が教わりました。

日々何気なく見ているドラマや生活の中でとても心に響く言葉が沢山ありますね！！

皆さんの心に響く（体に響く）施術をこれからもしていく為にも普段の生活でしっかりと運を溜めていきたいと思っています。

あれ？！今日の施術いつもと違うなと思ったら教えて下さいね！もしかしら溜めこんだ運を使って施術してるかもしれませんからね(^_-)-☆

ちなみに皆さんの心に響いたドラマや言葉は何かありますか？

面白かったドラマ。心に響いたドラマ。泣いたドラマ…。皆さんのベストドラマ是非教えて下さいね～♪

・編集後記

10月26日に行われたプロ野球ドラフト会議。

当日は仕事でしたので帰ってからニュースでドラフトの様子を見ました。

清宮選手の様な何球団からも指名を受ける選手がいる傍らプロ志望届けを出しているのにも関わらず指名されずに終わる選手もいます…。

どの選手もプロ志望届けを出す位の選手ですから、昔から抜群にうまく、そして人の見ていない所でかなり練習してきたのではないかと思います。

しかし、ドラフト会議で明暗が分かれました…。選手としてはずっと一流でも指名されなかった選手。普通に見たらそんなに目立たないけど指名を受けた選手。スカウトの目には将来性などを感じたのでしょうね。

プロ野球選手の平均選手生命は約5年と言われます。そういう意味ではもしかするとドラフトで選ばれなかった方が良かった選手もいるかもしれません。

昔広島でピッチャーをやっていた小林投手は、プロ野球引退ケーキなどで有名なキルフェボンに入って修業した時のエピソードで、修行していた5年間はプロ野球時代よりも厳しく、小林投手が働いていた期間でも100名は辞めていったそうです。

その代わり今は代官山（だつたと思いますが…^_^;）でお店をやっていると以前テレビで放映されてました。

そして年中無休でやはり大変だと…。

プロ野球の世界もパティシエの世界も営業の世界も整体の世界もどの世界でも仕事は大変です！！

その場その場でしっかりと腰を据えて頑張らなくてははいけませんよね。

今回プロに指名を受けた選手も惜しくも指名されなかった選手も人生はまだこれから。

辛く大変な事は沢山あります。しっかりと乗り越えられるように気持ち新たに頑張っていましょ(.*^.*)