

『ここだけの話』

2018/11 Vol.32 発行：浦安駅前整体院/鍼灸院 047-355-4265

・冬将軍の到来か？！

風邪には十分ご
注意下さい☆≡

FROM



西念純一

早いものでもう 11 月！そろそろ冬将軍到来ですね(-_-メ)

11 月になると今年も残すところあと僅か…みたいな感じになってきます。

中旬過ぎになるとクリスマスのイルミネーションがちらほら見られるようになり季節は本当に冬に移り変わっていきますね ♪

我が家でも季節の移り変わりを感じております！

先月、6 月から飼っているカブトムシの番いが仲良く同時に亡くなりました…。

大体 60 日～90 日位が寿命と言われる中、MAX の 90 日以上生きました。

夏の終わりを感しました…。

そして夏に生まれた 20～30 個の卵は自然の摂理の中、数が少しずつ減りながらなんとか現在 10 匹程度をキープしながら頑張っているみたいです。

これから来年の 5 月くらいまではカブトムシの幼虫→さなぎ→成虫と育てていくために土がふんなどで汚れたら交換、汚れたら交換を繰り返していきます。

そして土が乾燥しないようにジェルボールを入れ、幼虫が大きくなるように、クヌギと土を混ぜて入れ、土を湿らせ、幼虫の成長を見守ります。

それでも途中で力尽きてしまう幼虫もいます。

大人になってカブトムシを育てるだなんて思ってもみなかったけれど、久々に土いじりしてみると童心に帰ったような感じがして結構楽しいものですね (*^▽^*)

11 月なのに何故か今回のニュースレターの冒頭でカブトムシの話が出てきちゃいました…(笑)。

でも 8 月から 11 月になるのは本当にあつという間だった気がします。

10 月の前半はエアコンをかけていたのですが、10 月後半は暖房をかけました。

それだけ季節は移り変わっております。皆様くれぐれも風邪に注意してお過ごしくださいませ(‘ω’)ノ

・脳疲労

先日、人生初「ドライヘッドスパ」に行ってきました。

ここ最近ヘッドスパは世界一予約の取れないで有名な『悟空のきもち』の影響もあり、巷では流行っております。

そしたらたまたまご来院の方がこの前船橋でドライヘッドスパに行ってきたよかったという事で教えてくれました。

普段外のお店にはいかないので、勉強も含めていざ行ってみようと決意！！

突撃してみました♪

店内は何とも言えない異空間な感じ…。施術スペースはいかにも脳に良さそうなヒーリング曲がかかり、アロマの匂いが…。

浦安駅前整体院とは全然違うな…と思いました(笑)。

そして、問診が始まり『脳疲労』という言葉知っておりますか？と店員さんに聞かれました。

一瞬、脳疲労…ってなんぞや？？解剖学でも生理学でも出てこない用語…。

と多分不思議な顔をしていたのでしょう…。

笑顔で最近になって分かったことだと教えて頂きました。

現代の肩凝りや腰痛、頭痛や体のだるさ、睡眠不足などは「脳疲労」の影響によることが多いそうです…。



脳がしっかりと休まっていなくて体の色々な所に不調が出てくるそうです。

施術後は、思ったより頭は硬くなく、脳疲労の状態はそんなに酷くなかったことを教えてくれました。しかし、今後寝不足などが続いたりすると頭が硬くなり脳疲労が出てくるんだとか (> <) 脳の疲労…確かに今までそんな概念はなかったのですが、脳はまだまだ分かっていないことが多いと言います。

きっと脳疲労による体の影響ってあるんだろうなと休みの日に勉強になったお話でした。

・一年ぶりの「バル」に行ってきました♪

第8回目開催の『浦安パル街』の当日は朝からお昼頃まで雨模様…。

外はここ最近では久々に寒いと思う日でした。

しかし、外に出てみると街中にはバルのカタログを持った「人」「人」「人」だらけ…。

今年の『バル』も盛り上がりそうな予感です。

まずは、1 軒目「はなび」という柳通り沿いにあるお店に行き、取りあえずハイボール片手にローストビーフ食しました♪

1 軒目という事もあり、ハイボールはすぐに胃の中に…(*^▽^*)料理はローストビーフ、マグロ、アジフライがあり、みんなでシェア出来るようにそれぞれを注文！

どれもこれも最高に美味しく、いきなり当たりのお店となりました。

そして、2 軒目は。。。。

東京メトロの下にあるお店で「とんちゃん」というラーメン・定食のお店へ = 3

ここでは、特製バターチキンカレーのかた焼きそば or お肉がほろほろで口の中で溶けてしまいそうなスペアリブ。これもシェア出来るように両方を注文！

これもどちらにも軍配が上がりそうなくらい美味しく、そしてボリュームで仕事後の空腹である私たちの胃袋を満たしてくれました！

今回は 3 枚券を購入したので、最後となるお店は、当代島にあり私の中高の後輩が店長をしている「もん J a」に行きました。しかし、混んでいたため 15 分待ちを宣告…。寒かったこともあり、時間稼ぎのために近くのワインバーに…。そこのお店が 3 軒目となりました。

そして、いざ「もん Ja」へ突入！！

まだまだ混んでいる店内の中、何とか席を用意してもらい、出てきた牛すじねぎ焼&おでんが冷え切った体に染み渡り、一気に体が温まりました。

このお店で 4 軒目という事は必然的にお酒も 4 杯目。。。いい具合にほろ酔い状態に…(=^・^=)

ここまで着たらという事で、行きつけのバー「グランドル」が 5 軒目となり、そこで 5 ~ 6 杯ウイスキーを飲み、結局ただの酔っぱらいとなってしまいました。

あー今年のバルも寒かったけど色々な方が浦安の街で楽しんでいる姿を見て、浦安ってやっぱり良い所だなと再認識した一日となりました(#^・^#)

今から来年の『浦安パル街』が楽しみなさいじゅんでした。

・編集後記

今年も残す所ニュースレターを書くのもこの回を入れて後 2 回…。

いつもいつも発行がギリギリとなってしまいますが、何とか期日には仕上げております。

それにしても週に 1 度しか休みがないのでネタ探しがなかなか出来ないのです。今回もバルがあってくれたおかげで何とか書くことが出来ました。

さて、これを書いている今日は「プロ野球ドラフト会議」の日。

今年は高校生も大学生もスーパースターが勢ぞろいで見どころです。先ほど来院された方と今日のドラフト会議はどうなりますかね～なんて話になりました。

今回の一番の目玉はやっぱり「大阪桐蔭の根尾君」だね。やっぱり体のバランスが良いし、謙虚だし、頭も良いしな～って感じで話に花を咲かせておりました。

150km のボールをいとも簡単にはじき返す高校生のバッテリー…。高校生の時の自分とは次元が違いすぎ。。。。

先日バッティングセンターに久々に行き、取りあえず慣らしで 110km からと思って打席立った良いものの半分くらいバットに当たりませんでした…。

後半何とか 2~3 球くらいは良い当たり出来たのですが、大分衰えを痛感。

しかし、野球は衰えても施術と知識の方はしっかりと磨いて今後も皆さんのお役に立てるように頑張っていきたいと思っております(^.^)♪