

平成8年11月

あすなろ

発行所
近江八幡商工会議所婦人会
住所 近江八幡市桜宮町231-2
TEL 0748-33-4141

第5号

発行責任者
会 長 村井照子
編集責任者
広報委員長 井上和子



温故知新

村井照子

二十一世紀の足音がもうすぐそこに聞こえてくる昨今。近頃の目まぐるしい世の中の変わりよう。変わると言うか、進むと言うのか、到底ついて行けそうにないと言うのが実感。

大体カタカナ文字に弱いわたしが、インターネット普及の時代に対処出来る可能性は皆無と言えそう！

だからと言って唯々昔はよかったと、愚痴をこぼし乍らウロウロしているのも能のない話。

“鉄はサビによって鉄を失い 人生はグチによって自分を崩す”とか

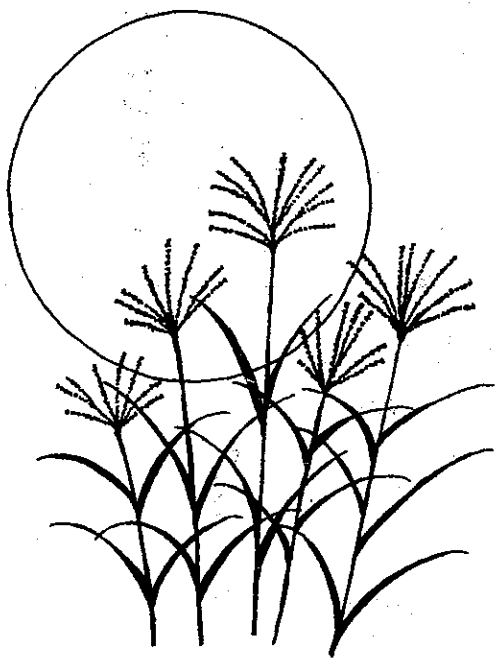
だから若い人に混じり、若い人のお知恵を拝借し乍ら足手まといにならない様、新しい時代の移り変わりに何とかついて行きたいと願っているけれど、これには相当の覚悟とパワーが必要。

そこで“なせばなる なさねばならぬ”と一念発起、コンピューターに向かい、二日つづけてガンバツたら目がはれて充血、急いでお医者様へ……疲勞からくる結膜炎との診断でガクン！

本来、温故知新とは、古きをたずねて新しきを知る事なれど、わたしの場合は、本末転倒、新しいものに挑戦して古きものよさを知る。

根が単純馬鹿のわたし、これでわたしは大満足の毎日。こんなに複雑化した社会に、一人位わたしの様な単純馬鹿がいるのも許されるのではと、反省も進歩もしないわたし。こんなわたしを今後共よろしく、お見捨てなくご指導下さいます様。

あらあらかし故



たった二日でこの始末。これからの事を思うと前途多難と言うより、前途暗たんと言いたい所、それでもわたしは、ヘコタレない。

“人生の達人とは、マイペースでさわやかに、健やかに老いる”この様な意味の言葉を何所かで読んだ記憶がある。人生の達人なんて、とてもわたしなんかにはおこがましいが……わたしはわたしなりに常に何かに挑戦し、例えそれが一本指でポツポツ打つパソコンであっても、打ち終えた時の充実感・満足感を味わって行きたいと思っている。十本指をフルに使って、パソコンを駆使する人から見れば速度は十倍かかるか二十倍かかるかもしれないけれど……打ち終わった時の喜びは、上手な人の百倍かと思っている。

新しい物に挑戦出来た充実感。その充実感にひたり乍ら、ゆったりとした気分でテレビの“歴史街道”を見る。これがわたしの“温故知新”



二十一世紀に向けて

中江しげ子



二十一世紀が目前になりました。今の生活と同じ暮らしが出来たのか？ それとも……と、夢と不安が入り交じっている今日だと思います。生活形態が昔と随分変わって来た今日、個人主義になりつつある生活習慣を考え直す時期が来ているような気がします。

地域同志のつき合い、人と人との拘わりを大切にし、心から助け合える人づくり、又これが出来るのは、私たち女性しかない役目だと思います。

最近、自己主張が飛び交う事が多く、忙しい日々の連続でお互いの気持ちを考えるゆとりがなく、どの組織も運営が大変だと聞いておりますが、本来の女性のよさを生かし、老若男女問わず、「バラ色の夢ある二十一世紀」を迎えたいものです。

五十の手習い

村井光子



すすき野で
思いにふけり
幼少の
犬の声にて
我にかえらん。

五十の坂を越し、ふと我を思う時、過ごして来た日々の事が走馬灯のように思い出され、皆様方のお力添えに感謝すると共に、家族が病気になることもなく、ごく平凡に生活が出来たことを有り難く思うこの頃です。

商工会議所婦人会への入会も、会長に勧められて戴き、入会させて戴けた事、世間のこと、皆様方の考えておられること。

いろいろの行事等の参加などなど、話すことも、書くことも、実行することも苦手な私。

“あのかたのようになぁ”と思いつつ五十の手習いの私です。

る」などと思うと不快・病氣・事故・失敗・落胆と自身を滅びの方向へと誘導してしまうのです。

又、成人病の原因のほとんどが脂肪がらみでストレスと脂肪の二つが重なったら病氣ゾーンに入ってしまう。

おいしい御馳走はほとんど脂肪を含んでいます。でも先生は、おいしいものを食べればいい気分になり、いい気分になれば脳内ホルヒネが出ます。そこで筋肉をしっかりとつけてそれを減らさないこと、筋肉量と酸素さえあれば脂肪は燃えて完全に炭酸ガスと水になってしまふ。中年になって肥満し、成人病になるのは筋肉量が減ることが原因で、筋肉量を減らさないために三十代以降は関節を動かさなくてもいいだけ筋肉の緊張を増していく運動(ストレッチ体操)が理想的だそうです。

又、一日最低五千歩歩くと右脳が働いて脳内ホルヒネがよく出、歩きながら自分の夢や希望や計画について瞑想する。すごく感激したこと、美しい景色や趣味・音楽・絵画・野鳥のさえずりなど、気持ちの良くなることも瞑想の材料で、この「食事」「運動」「瞑想」の三つが脳内ホルヒネを引き出すポイントとなるそうです。

昔から言われている様に「病は気から」、人間の心と言うものは、考え方によって制御できるという事です。どんな時でもプラス発想をして、いつまでも脳を元気づけ、活発に働かせて楽しく過ごさず事ですね!

「脳内革命」を読んで

平井さち子

読書の秋とは言うものの、こんなむづかしそうな題名の本が目に入ったのも何かの縁……この年になると、何につけても成人病とのかかわりを気にしているせいでもあろうか……

幼少より鍼灸指圧の修業をし、わずか八才で師範の資格を得、西洋医学と東洋医学を学び病院を開設、院長となられた春山茂雄氏のお話しを自分だけが理解できた事だけをお話ししたいと思います。

病氣と名のつく状態の七〇〜九〇%はストレスが原因で成人病では、ほぼ一〇〇%に近いそうだ。

脳から分泌されるある種のホルモンがこの先生はホルヒネと記されている。自然界に存在する麻薬ホルヒネではなく、脳内ホルヒネは、いろんな役割をもっていて、免疫力の向上・記憶力の強化・忍耐力の創成などを導き出してくれるそうです。

前向きに「あゝ幸せだな」「あゝうれしいな」「あゝ恵まれてるな」と言うふうにとらえれば脳から良いホルヒネが分泌され、「いやだ」「苦しい」「うらんでや

我が家の潤滑油

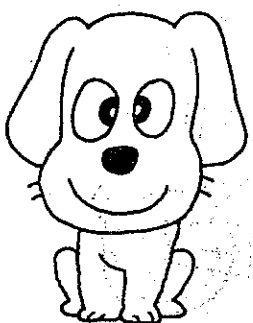
藤木繁子

愛犬テツ(雑種のオス)が、我が家にやって来て一年三ヶ月。今ではすっかりヒーロー気取りです。

やって来たときは、生まれて一ヶ月位でかたっておらず、手のひらに乗るような小さな犬で、私のエプロンのポケットの中で成長したのである。

家族皆でかわいい、かわいいと育てたせいか家の中で、自分が一番偉いと思っている。こんな犬だが、娘達二人が大きくなって家の中がゴツゴツしたり、共通の話題が少なくなつた今。

愛犬テツは、我が家の潤滑油なのです。



私もおばさん

小菅 恵

お金が入ればほしい物何でも手に入る今日この頃。品物が豊富にあり余り、有り難さを忘れてしまい「始末」と「儉約」と言う言葉さえ死語になってしまったのでしようか。

物質面で豊かでありながら、人間性は反面貧しくなり自分さえよければと！

自分本位に物事を考えているような時代にならなければ良いのにといつも思っております。

我が家庭でも子供の長電話

真夜中にかかってくる デンワ

ハンドルを持ちながらの デンワ

歩きながらの デンワ

街のどこにでもある デンワ

携帯電話の普及で便利な品物であるとは思いますが。しかし、病院での使用禁止もあり、迷惑もあるのです。

相手方さまに出会い、見つめ、感情こめた対応により心が通じ、言葉も生きるのだと思います。

買い物時の「レジ」で店員さんに「ありがとうございます」でした。」に対し、十人中二人はありがとう、八人は無言であるように思う。

朝の出会いからのあいさつ

声をかわす事もうすれてしまつて家族においての「羨」も無いようになったのでしょうか。淋しく感じられます。

二十四時間動いている街、私たちのまちや家庭も！

私は、書きながら反省し、子供達には「もったいない」

「辛抱」「羨」は、忘れない大人になってほしいと願っております。



報告

8/4に開催されました八幡てんびんまつりチャリティーバザーにおきまして、272,961円の収益金が得られました。

8/22近江八幡市へ福祉事業に役立てていただくようベッド2台を贈呈いたしました。

下記のとおりお礼状が届きましたので掲載させていただきました。

皆様のご協力に対し厚くお礼申し上げます、ご報告とさせていただきます。

謹 啓

時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

平素は、近江八幡市福祉行政に格段のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、このたびは福祉事業の一環として、ベッドの贈呈を賜り誠にありがとうございました。

贈呈いただきましたベッドは、社会福祉事業に活用し市民の福祉の向上に役立てていく所存であります。

今後とも福祉行政にご支援ご協力を賜りますようよろしくお願いいたしますとともに、贈呈に深く感謝申し上げ書面で失礼とは存じますが、お礼のごあいさつとさせていただきます。

敬 具

平成8年8月22日

近江八幡商工会議所婦人会 様

近江八幡市長 玉田 盛二



消費メカニズムの変化

小林英代

ここ数年、大型店の出店をあちらこちらから耳にする事が多くなりました。

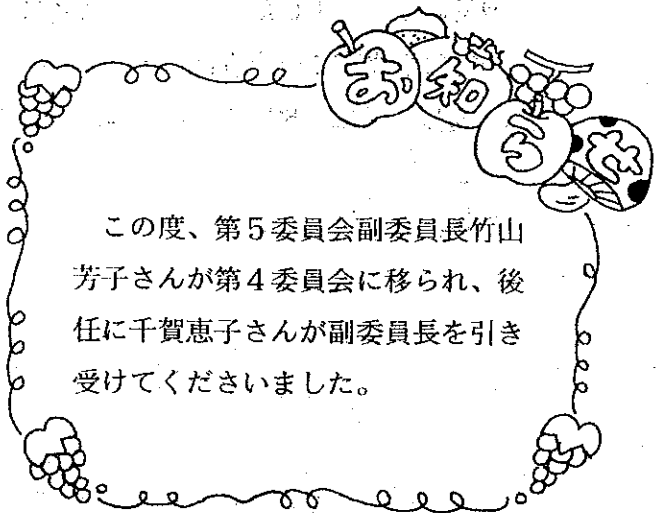
バブル崩壊後の経済的・社会的な要因によって顧客の来店が変化しているのでしょうか？

単なる経済的・社会的な要因だけではなく、消費メカニズムの根本的な変化を感じながら、顧客の望んでいることを考えて見ました。

そのためには、一人一人の顧客を知ることから始めました。

顧客データを充実させ、お客様をよりよく理解することによって相対的・一般的な価値ではなく、自分に対しての絶対的な価値を求められてくるだろうと思います。すなわち、高度な技術を持ち、さらに最も自分を理解してくれるサロンに足を運ばれるでしょう。

ビジネスは一人ひとりお客様の存在によって成り立っている。こうした変化のある社会・消費者の動きをキャッチしながら、意識改革をしながら、時代に遅れることなく、お客様のため、スタッフのため、自分のために商工会議所婦人会の一員として、頑張っていきたいと思えます。



この度、第5委員会副委員長竹山芳子さんが第4委員会に移られ、後任に千賀恵子さんが副委員長を引き受けてくださいました。

あすなる第5号をお届けします。皆様にはいつも原稿をお寄せいただきありがとうございます。

女心と秋の空とはよく言ったもので、ほんとうによく変わるお天気で、風邪などひかれていませんか。しょうか。

今年の夏は0-157騒動で食事にいろいろと心配されたことと思います。そんな心配をしなくて秋の味覚を楽しみたいですね。

編集委員