

蕎麦屋の娘

秋 それは美しい別れの季節。

少年は走る、日曜の朝の軒、煙草(いこい)を買いに50円持たされ、急ぎ通り端まで、古民家風の蕎麦屋が佇む、その一角の煙草売り場までちょいと数分、メガネのおばちゃんが笑顔で迎える、すると必ず店の奥から、おきやん娘がダッシュしてくる、少年は煙草をがっちらり握り一目散に逃げる、娘の顔はまるで赤鬼、追いつ追われつ、少年は捕まることはなく、走りに自信を覚える、オリンピックでハイズを見るまでは。やがて青年の門をくぐる頃、ある秋の夕暮れ、あの娘家族が朝鮮へ渡ったと噂で聞き、少年は立ちすくむ、見上げる空には茜雲が、まるで泣いているような夕映えに、少年は思い決める、今度は自分が追いかける番だ！夕空の向こうに一羽の鶴が飛んで行く.....。

みなさまご機嫌うるわしう....



デスクより 【石井 ミエ子】

はじめまして！

頬にふれる風に移り行く季節を感じる今日この頃ですね。

待合室の窓越に見えるこの景色は旅の途中…を想わせるような心癒される素敵な空間ですね。

9月から勤務させていただいておりますが不慣れで迷惑をおかけすることが多いと思いますが宜しくお願ひ致します。

窓から見える景色

【私のコラム】 認知症を防ぐポイント 《堀田 紀子》

- ① 魚の健康成分DHA・EPA(サバ、イワシなどの青魚に多く含まれる)を、食事に積極的に取り入れるその結果、血圧降下や高脂血症(コレステロール・中性脂肪)などの改善が有ります
- ② もの忘れ(経度認知症)
事実の一部を忘れる(ヒントがあれば思い出せる)
判断力は低下しないし進行もしない、日常生活にも支障がない、
しかし対策を講じないと4年位で半分の人が進行すると云われています
対策として*有酸素運動(ラジオ体操や毎日20分位のウォーキングが効果的)
*食事で血流を良くする ビタミン豊富な緑黄色野菜
(肉は控えめに・料理の油はオリーブオイルおすすめ)
*脳トレも大いに活用して神経細胞を育てて下さい



ミーコのキャビネット



【瀬尾 峰子】

人生100年時代と言われるようになり、もし第二の夢を叶えられるチャンスがあるとしたら、皆さんはどんな夢を抱きますか？

気持ちが折れそうになったコロナも、少しずつ少しずつ前へ進もうとしています。

コロナの不安から解き放たれたころには、世代に関係なく胸に秘めた沢山の希望や夢が輝くそんな景色が広がっていたらいいなあ

今はただ、平凡で穏やかな一日の終わりに『ありがとう』って心から言いたい。

【大利根勘太】

秋もたけなわ ジロ吉気分よく、命～短かし～恋せよ～。。。 おい 昨日の飲み会の余韻かい、早く覚まして隣町へひとつ走り行ってくれ、年内に借金返しとかんとな。 了解ですぜ、でも勘太兄、方々に貸しまくってますけどそっちはいかがしやす？ まあそのままよ、困ったときはお互様だからな。 へえ～ するとあの横丁の酒屋の商法と同じですかい、なんせ酒を原価で売って、それを元手に低利貸ししてるそうですぜ。 そうかい、おれのお株を取った奴がいたとは。。。じゃあ兄い、これはどうです、菓子を安く売るちゅうのは、世間は言いますよ、“これぞ低利菓子” ジャーン！