あおい通信　第205号

第205号　令和　4年6月1日
リハビリテーション
デイサービス葵・編集委員会
練馬区大泉学園町6－9－21
電話　03－3978－0919

お店探訪
「若鳥専門　千葉ブロイラーさん」

今月号から掲載することになりました、お店探訪のコーナーです。

記念の第一回は、葵からも見える「焼き鳥屋さん：若鳥専門　千葉ブロイラー大泉店」さんです。

創業は東京オリンピック開催の年から始まったそうです。今年でなんと57年！

その当時の学園町は鬱蒼とした山で木々が沢山生えていたそうです。地域で長年に渡り親しまれてきたお店ですが、2年ほど前にご家族が病になり、一年半ほどお休みされていたそうです。リハビリも兼ねてご家族でお店を再開することに。それまでは毎日開いていたお店ですが、以降は木曜日から日曜日の週四日の営業スタイルになったそうです。

焼き鳥は全品百二十円ですが、中でもお薦めは、「カモネギ、カワ」だそうです。個人的には「レバー」が気に入っています。全く臭みがなくここのレバーを食べてからは他で食べられなくなりました。皆さまも一度召し上がってみて下さいね。

（むーちゃん）

串打ちをする様子。まだまだ現役で頑張っています

あおい通信編集部では「お店探訪」のインタビュアーを募集中です。今回参加してくれたのは、石河さん、磯山さん、阿部さん、大野さん、栗林さん。

インタビュアー大募集！！

近隣のお店に伺い、
お話を聞いてきます。
皆様是非ご参加下さい。

東西南北

野球・大リーグ・（5月15日）エンゼルスの大谷翔平（27）がオークランドで行われたアスレチックスとのダブルヘッダー第2試合でメジャー通算100号本塁打を達成した。「大きい数字だと思うので、励みにしたい」と語った。「3番・指名打者」で出場し、5回に今季7号となる2ランを放って9対1で勝利、チームに貢献した。

松井秀喜・イチローに続き大台にのった。日本選手では、175本の松井秀喜。117本のイチローに続く3人目の大台到達。メジャー5年目の大谷は出場459試合目（投手のみ出場も含む）松井秀喜の636試合を抜いて最速となった。白球は左中間フェンスを、余裕を持ってこえた。

大谷はメジャー通算100本塁打を喜びながら「シーズン初めてなので、もっともっと打てるよう頑張りたい」と通過点と捉えた。5回無死二塁、初球のシンカーだった。息を吐き出しつつ、力強く押し込む会心の当たりに悠然とダイアモンドを回った。打者での出場に限ればわずか444試合目。「長打を期待されていると思うので、そういう意味では大きい」と晴れやかな表情で言った。

大リーグ公式サイトによると100本塁打と250奪三振の達成はベーブ・ルース以来。またも伝説の選手に肩を並べ「手術とかもあったけど、ここまで数多く出られ、ここまで来られて良かった。」と殊勝に語った。誰もが休みたいであろう時間帯も「二刀流」の調整をこなす。

日本ハム時代には、遠征に運んだ大きめのスーツケースの中身がサプリメントとプロテインだったことも。スタミナ、身体の強さは徹底的な栄養管理のたまものだ。

※5月16日に101号を打ったとテレビで伝えていた。

K・ドラゴン

◆編集委員会より
「あおい通信」は皆様からの原稿を募集しています。
係員・村上

談話室

「気象病」

天気が悪くなると頭痛などに悩まされる、気象の変化による体の不調を近年「気象病」という名称で認識される様になったという。頭痛や肩こりなど、体に変調をきたすと、決まって天気が崩れるという人がいます。痛みの出る部位は人それぞれで、頭痛、肩こりのほか、首のこりや背中の張り、中には古傷が痛むというケースも見受けられます。なにやら、天気占いじみていますが、実際に天候の変化による不調を訴える人は少なくありません。そのメカニズムとしては、気圧の変化によって、耳の奥の「内耳」が刺激され、自律神経である交感神経と副交感神経のバランスが崩れることで、頭痛をはじめ体のこりやめまい、吐き気、倦怠感、関節痛などを引き起こします。

気象変化の影響の受けやすさは個人によって異なりますが、10代～50代の女性に多くあらわれる症状として知られます。放置しておくと、慢性的な頭痛などの体の不調のほか、うつ病の原因になることもあるので心当たりのある方は注意が必要とのことです。

予防法のうち、生活習慣で気を付けなくてはいけない事としてはスマホの過剰使用です。

使用時に猫背ぎみになっている人が多く見られます、背筋が曲がると、歯の食いしばりが起きやすく、頭痛を悪化させる原因になります。スマホの使用は短時間に抑えたいものです。使用後はあごの回りをもんだり指で押したりすると、肩こりなどの症状が和らぐのでお勧めだそうです。

ヨッチャン

葵の一コマ

四季の香ローズガーデンに行きました。
様々な種類のバラの花が咲いて
いて綺麗でしたね。

人気温泉地「指宿温泉」

◆有名温泉地めぐり◆

指宿温泉（いぶすき）は、鹿児島県指宿市東部（旧薩摩国）にある摺ヶ浜温泉（砂蒸しで有名）、弥次ヶ湯温泉、二月田温泉などの温泉群の総称。

鹿児島県内有数の観光地であり、２００３年（平成15年）において年間２８５万人の観光客が訪れ、91万人の宿泊客を集めている。農業や養殖などへの温泉利用も盛んであり、温泉の９割が産業利用されていた時期もあった。また、１９６０年頃から始まったハネムーンブームの中、「東洋のハワイ」と呼ばれた指宿温泉はそのメッカとして賑わった。

そのような中、古くから使われている泉源の枯渇や温度低下などの問題が多発した。この為、新たな温泉源の探索が行われ、１９５７年（昭和32年）に地下200－300ｍの新たな温泉地層が発見され利用されるようになった。１９６１年（昭和39年）以降、温泉の製塩への利用は禁止されているが、農業や魚の養殖への利用は度経済成長以降、現在も行われている。

大規模なホテルが建設されるなど観光地としての開発が進み、日本国内および海外から多くの観光客が訪れるようになった。１９８２年（昭和57年）から、毎年1月の第2日曜日に指宿温泉マラソン（１９８４年からいぶすき菜の花マラソン）が開催されるようになり、毎年1万人以上の参加者を集めている。

利用者さんの絆コーナー

高橋　章（水）

写真の看板は私が描きました。水蓮の花です。

私は車のディーラーをしていました。伊藤忠商事で車の輸入販売もしていました。

車の運転が好きで、高校の時は500ccのバイクに乗っていました。

中学から大学まで陸上部で中長距離を走っていました。駅伝に出たこともあります。

陶芸も好きで山梨県小淵沢に自分の登り窯を持っていました。残念ながら今は手放してしまいましたが…。

パソコンは以前少しやったことがあったので、先日葵のパソコン教室に参加し、日本地図のジグソーパズルをやりました。

戦国武将ヒストリー

竹中半兵衛

竹中 重治（たけなか しげはる）は、戦国時代から安土桃山時代にかけての武将。初名は重虎、のちに重治。通称は半兵衛（はんべえ）。父は竹中重元、弟に重矩。子に重門。従弟に竹中重利（府内藩初代藩主）。

羽柴秀吉（後の豊臣秀吉）の参謀として活躍し、黒田孝高（黒田官兵衛）とともに「両兵衛」「二兵衛」と称された。活躍は『武功夜話』や、江戸時代の軍記物である『太閤記』、子の重門が江戸時代に記した『豊鑑』などによって描かれている。

江戸時代の講談などで、黒田孝高とともに天才軍師の人物像が固まり、現在の人気に至っている。しかしながら『信長公記』などに記されている記述は少なく実態はよく分かっていない。また、秀吉の正式な家臣であるという記述も一次史料には見当たらず織田家から秀吉に付けられた与力武将の一人であると見られている。

『太閤記』や『常山紀談』などによると、体が弱く見た目は痩身で女性のようであり（「その容貌、婦人の如し」と記録にはある）、出陣するときも静かに馬に乗っているだけだったという。容貌が婦人のようであったことから主君の斎藤龍興をはじめとする斎藤家臣団から侮られ、龍興の寵臣である斎藤飛騨守に櫓の上から嘲弄され、小便を顔にかけられたことがあった。

数日後、飛騨守が龍興居室の宿直を務めていたとき、重治は稲葉山城に詰めていた弟・重矩の看病のためと称して武具を隠した箱などをもって入城し、重矩の居室で武装して宿直部屋に居た飛騨守を斬殺して稲葉山城を乗っ取ったとされている。

雑談話

日本の暦
二十四節気「芒種」

「芒種（ぼうしゅ）」は、「二十四節気」の一つで第９番目にあたる。現在広まっている定気法では太陽黄経が75度のときで6月6日頃。「芒種」の日付は、近年では6月5日または6月6日であり、年によって異なる。

芒（のぎ）を持った穀物の種をまく季節という意味から「芒種」とされる。芒とは、米・麦などイネ科の植物の穂の先端にあるとげのような突起のこと。江戸時代の暦の解説書『こよみ便覧（びんらん）』には「芒ある穀類、稼種する時なり」と記されている。現在では実際の種まきはこれよりも早くに行われる。農家が麦刈り・田植えなどでとても忙しくなる時期である。西日本では梅雨入りの時期にあたる。沖縄県では「小満」から「芒種」が梅雨の時期にあたる。

ヨッチャン