

ぎっくばらん

今年も夏がきました！ニッポンの夏！

しかし…今年は春から異常気象にみまわれました。聞きなれなかったのは、5月の“寒波”。5月なのに“寒波”って?! その寒波が竜巻・落雷・ゲリラ豪雨の被害を各地にもたらしました。

そんな日本列島ですから、この夏も「タダでは済まされまい…」という覚悟のようなものが私の中でごく自然に芽生えております。猛暑に追い討ちをかける節電、燃料の高騰…。不安要素はいっぱいですが、みなさん！衣・食・住それぞれに工夫をしながら自分の身を守りましょう！

私河島、家族からは「不経済な体型」と言われておりまして(笑) YシャツのサイズUPも目まぐるしく、夏は暑がり(+o+) キンキンに冷えたオフィスで仕事をした時代が懐かしいっ…(ToT) いやイカン！贅沢を言っては罰が当たります！ 当オフィス、今年は更なる節電に取り組みます！窓ごしに“緑のカーテン”を!! オフィスに涼風を～!!

という訳でただいまゴーヤを育苗中。本誌がお手元に届く頃にはカーテンになっている…ハズ?

インシュアランスブレーション 京都店 河島 清

改めまして河島です。

せっかくのカラー紙面、公私混同で活用させていただきます！

私の趣味の一つであります登山が最高のシーズンとなって参りました!!そこで、昨年登った山々をご紹介しつつ登山のすばらしさについて語らせてくださいませ。m () m

私もともと山ってスキーを付けて滑り降りるものと思っております、登るなんて「もってのほか」と拒絶していたんですが、行き付けの歯医者さんで山のDVDが流れてたんですよ。イタイ歯を治療されて弱気になっている時に映し出される山々を見てみると、そこに行けば何かがあるような気持ちになって登り始めたのがキッカケなんです。



鳥取県大山から日本海を望む

実際に登ってみると景色がきれい、空気が美味しい、健康にいいなど沢山の良い事があるのは間違いないんですが、私が一番楽しみなのは上りきるまでの過程だったりします。...そーとーシンドイですけどね!(^^;))

普段の経営や人生においてゴールを想像することは不可能な自分なんですが、こと登山に関しては、頂(頂上)が必ずあるってことが魅力なんです。

そう、一つ一つにゴールがあるってことが堪らなく最高なんです!!



石川県白山2700mからの日の出

また、登山を通してバーチャル(仮想)的に人生と向き合っているのかもしれない。

話しは変わりますが、某大物芸人さんの言葉で「小さなことからコツコツと!」ってご存知ですよ? この“コツコツ”をもって人の歩幅で約 10000 歩登ればなんと! 標高 1000mの頂に辿り着けます!すごい!

時には引き返す勇気も忘れずに…。我々もこの“コツコツ”の精神で一つ一つ、上のステージへと進みたいものです。

色々な楽しみ方がある登山、皆様も挑戦してみても如何でしょうか!!

雨の日も快適！傘の使い方

節電の夏の前に、なかなか明けぬジメジメ・ムシムシの梅雨です。

先日、新聞にこんな記事が載っていましたのでご紹介します。



*傘の悩みを解消するQ&A

Q：傘をさしていても服がぬれる。

A：風にむかってさすようにする。

大型の傘や開くとドーム状になる傘を選んでよい。

Q：持ち歩いていると肩や腕が疲れる。

A：傘が身長に合っていない可能性がある。傘の柄を肘のあたりにかけ、立ち姿を鏡で見る。肩や肘が上がっているなら傘が長すぎる。

Q：電車内などでしずくが垂れ、気になる。

A：市販の傘袋を活用するとよい。

ちなみに私はスーパーなどのビニール袋を使っています。

*傘を扱う際の注意点

・くるくる回したり、激しく開閉して水滴を切ったりするのは、骨にひずみができ壊れる原因になるので、水滴を切るときは優しく2、3回振る。

・強く巻くと、防水加工がとれやすくなるので優しく巻く。

と、とにかく“優しく優しく”です。



最後に…

*傘のマナー違反“あるある”

・ゴルフの素振りの練習をする

・ぬれた状態のまま巻かずに、電車の中や人ごみに入る。

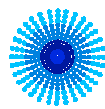
・刀をさすように脇に抱えて、持ち歩く。

みなさん心当たりはありませんか？

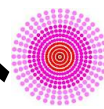
マナーを守って長引く梅雨を楽しみましょう。

山本博美

りょうたん地域情報



花火大会のご紹介



綾部市
7/28(土)
あやべ水無月まつり

京丹後市
7/14(土)やさか納涼祭
7/30(月)浅茂川水無月祭

福知山市
8/15(水)
ドッコイセ福知山花火大会

舞鶴市
7/29(日)
みなと舞鶴ちゃったまつり

宮津市
7/24(火)天橋立文殊堂出船祭
8/16(木)宮津灯籠流し花火大会

