

川風

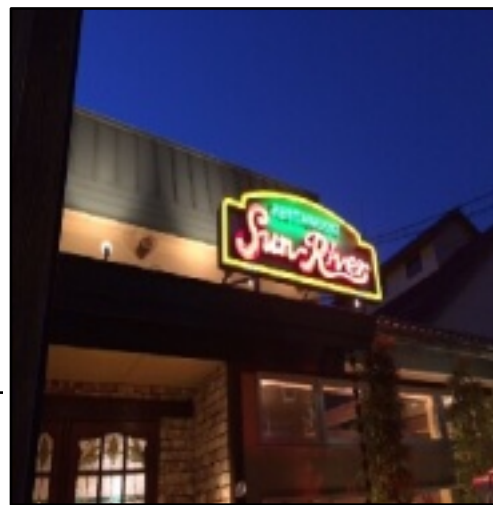
しらしみほ

「私の16歳」

2月の終わり。ふるさとの隣町をひなまつり展を観に行った。帰り道にどーしても行きたい場所が。小川町の「サンリバー」だ。ファミレスのようない個人経営の店。前も多かったけど、今もお客さん満員だった。帰るときには、待ちができて並んでました。

あたしはここで、高1の頃バイトしてた。「私の16歳」をステレオにマイクつけて小泉今日子よろしく、あたしの歌声をずっと田んぼに響かせてた頃。当時、気の優しいご夫婦経営者とベテランのおばさん。もしかしたら若かったのかもしれない。もう1人、あたしに年の近いクールな茶髪のお姉さんがいた。奥の厨房と別にジュース類だけを洗ってカウラスを洗うカウラターがあつて、ジュースなら厨房で作らずそのカウラターで作らせてもらえるのが、どうだ！！って感じで。かっこよかつた。ベテランおばさんと接したのはその

の時は無口で。ふだんは動かすような顔をされた(笑)。ここは3時だった。暇もない。話す暇もない。まかない。3時だった。か、ごはんを食べる時間もだいたい交代だった。年の近いお姉さんの方もお仕事をきぱきされあまり



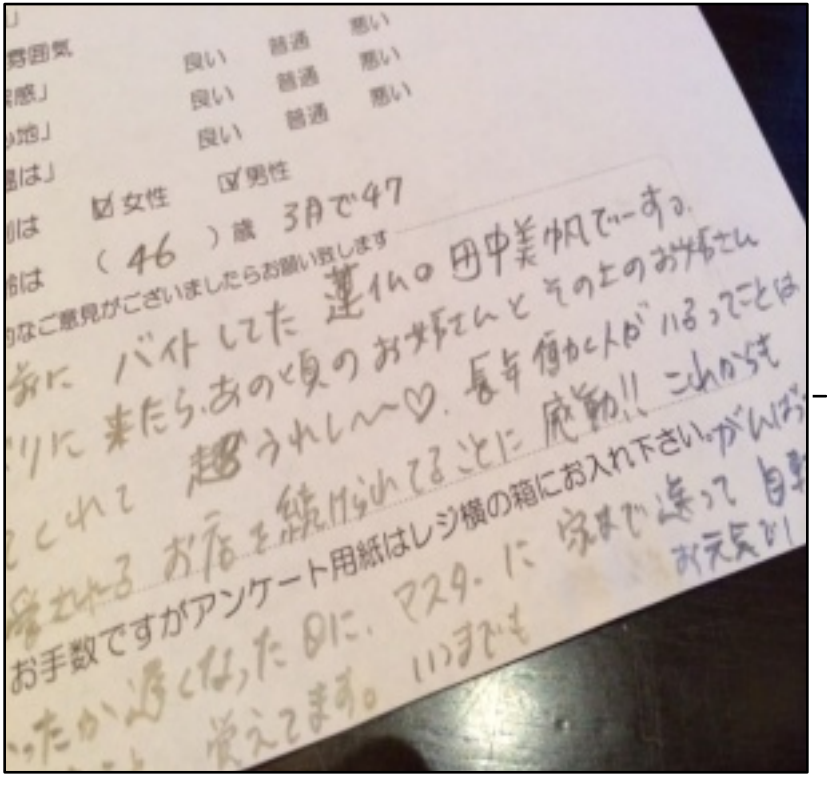
無駄口をたたかないクールな人だった。ちよつぱり恐い系だったけど、とにかく美人。話をしようになつて結婚してるつが、小学生の頃、ちよつど10年前くらいに、なつかしくっていちど、行ってみたことがある。すると、びつくり！

あたしが16だから20年経つた10年前。ふたりとも居た！！働いていた！！大人になつたんでふつうに話が出来て。いつもはクールなふたりの笑顔をたくさんみれてうれしかった。そこで、さらに10年。あの頃から30年！！外観も少しオシャレに変わった。サンリバーにやつと寄れた。わあ！中も変わつてる。前はね、ここが小上がりで、こつちに座敷。それを今個室みたいになつり、テーブルになつとる。

「お待ちください。」若いバイトかな？の女の子が案内してくる。座敷が奥にできとるな。と、あの場所、あの場所、あの場所。場所が内装もテーブル椅子もすべれて統一され、オシャレにリフォームされた人を見て、驚いた！！あの、クールな茶髪のお姉さん！！「わ！！おひさしぶりです！！こんばんわ！！」と、あわあわして茶髪のお姉さんが髪をきれいにまとめ結びあげ益々色っぽくなつてい

してくれる。座敷が奥にできとるな。と、あの場所、あの場所、あの場所。場所が内装もテーブル椅子もすべれて統一され、オシャレにリフォームされた人を見て、驚いた！！あの、クールな茶髪のお姉さん！！「わ！！おひさしぶりです！！こんばんわ！！」と、あわあわして茶髪のお姉さんが髪をきれいにまとめ結びあげ益々色っぽくなつてい

す！！「姉！あ！！！蓮仏の！！！」み「そ！！！です！！！蓮仏の！！！」重が倍くらいになつてるんで！！姉「うん！！わかると！！！」見は顔は一緒！！！よかつた！！！それからべらべらと近況話したりして。すると、向こうをどすの利いた顔してお膳を運ぶお方が！！あのおばさんだ！！！！まるで大奥の御台所だ。ふたりとも、30年経つてもまだ働いてるんだ。うれしすぎる。経営者は、息子に変わり、マスターは引退されたそう。うちのばあちゃんとはとつても厳しくつて、よく、バイトも許したよな。と今更ながら振り返る。ある日、宴会が入つて、バイトの時間を延長して働いた時もマスター



と奥さんがあたしの自転車を車の後ろに積んで蓮仏の家まで送つてくれた。ばあちゃんに「すみません」と言つてくれていたのを思い出す。ぜつたい怒るだろうと思つてたばあちゃんも二人の人となりにならな。翌年、母代りに育ててくれたばあちゃん他界した。そのばあちゃん命日が3月9日かつ。ばあちゃんと呼んでくれたんだ。あの頃の「私の16歳」の細かい記憶がよみがえる。ずつと働いて下さいよ。また来ますよ。

ちよっと立ち話

ちよっと読みやすい長さなので、読み進んでいきますよ。今日ももらって帰ります（エステのMさん）

新聞来なくなつてさみしいわ。（庭師奥田さんが手入れされてるおうちの方）

よく書けているね。よく書くね。なかなか書けないよ。店長さん大変だったみたいですね。（エステのTさん）

りおんちゃんにとつてすごくいい経験でしたよね。現場で娘と一緒に働けるなん

て。たかおさんも嬉しかったんではないでしょうか。会話の中でそれがよくわかります。原先生のピアスの話は“おどろき”でした。えー何？と何度も聞き直したような気がします。（大橋）

私の家は井戸水で、ポンプでくみ上げていますが、昨年そのポンプが壊れ、修理を頼んだのが、金曜日の夜。土日は完全に休みで、出来ないというので、たま

たま姉が休みでお風呂をかりに走った事がありました。たしかに、電気、ガスが通っていても水が使えないだけでも大変

でした。私もその時考えさせられました。豆まきは必ず毎年します。自分で出来る範囲の昔からある日本の行事は大切ですよ！見えないけれど感じる時はありますよ。夜一人で風地蔵にいて何か書きものをしている時は、とくに“いるな”って。元々の主なので大丈夫です。（原）

豆まき、今年はしませんでしたね。恵方巻きは食べました。

リーちゃんと同男さんの様子、ほほえましくて良いですね。おもてなしセミナーと美容院、対象的にびつくりです。

奥田さんの本当にそ

うですね。あまでうすさんの風地蔵を舞台の話どうなるのか楽しみです。前の二つとつてもおもしろかったのになにしたらいいのになと思いました。（鎌澤）

書きながらむせました！りおんもまったくおなじじ！寮でしょちゅう出るような、カレーやどんぶりもの、大量にすぐ作れる物をきらいますよね。我が家はまだ年に2回、寮生が合宿に来るので、バラン

スとすばやく作れるものを考えてメニューを仕上げたのに、「おかあさん！家でしか食べれん物をつ

くつてあげて！みんなうちのごはんがおいしいって言うんやで」と言います。ケータイの音は怖いですがねー。ホテルの式場のスタッフの顔はプロの顔さえしてなければニコニコはしてなくてもいいかも。という気もします。ただ、ムスツとするのは論外ですね。呼ばれた時にはさわやかな笑顔は欲しいですね。原先生の講和、大変勉強になりました。運動続けなきゃ、寝たきりになると、ぎっくり腰したあと痛感。

みほ

おもてなし

鎌澤 宣子

突然ですが、皆さんも結婚式に出席された事があると思います。出席された時に、私と同じように思うのではないのでしょうか。まずどこで挙式をされるのだろうか。料理はおいしいだろうか。打ち掛けだろうか。ドレスを着るのかななど。先日、甥っ子の結婚式に行ってきました。岐阜でこのホテルの名前を出せば、ほとんど知らない人はないであろう一流ホテルでの挙式、披露宴での出来事です。今、おもてなしのマナーを迫及している私としては、一流の「おもてなし」に期待を膨らませ、いっぱい吸収してこようと心うきうき楽しんでました。今時の結婚式

にしてはめずらしい、文金高島田に打ち掛け姿でした。元美容師の私としてはこちらも楽しみの一つであります。お嫁さんとはかなりよくかな子で、かつらは大丈夫なのか、打ち掛けでよい太つてみえないか、と心配していました。又甥っ子は背が低いので、一緒に並んだ時に大丈夫かと気をもんでいました。二人が並んでいるのを観た時に、さつきもやもやしていたのが、いらぬ心配だったとホッとしました。とてもよく似合っていて、甥っ子もそんなに低く見え、よかつたと心の中で思いました。いよいよ挙式が始まりました。神主さんが、祝詞を読み上げている最中に、携帯電話が大量で鳴り響いたのです。そこにいる参列者すべてが一瞬かたまり、目が点になりました。花嫁さ

んに付き添っている美容師さんの携帯だったので。す。しかも、しばらくの間、その場で携帯を捜査しているではありませんか。花嫁さんのすぐ後ろに控えていたので、自然にみんなの視線の注目の的です。え！なぜ今マナーモードにしないの？電源切らないの？なぜ、まださわっているの？どうしても緊急の用なら退席すべきじゃないの？と疑問符だらけでした。せつかくの厳かな厳肅な雰囲気気が台無しです。私も数えきれない程、美容師時代にみてきました。が、こんなことは初めてです。甥っ子がかわいそうになつてしまいました。気をとりにおし披露宴です。自分の席を探すのに夢中で気がつきませんでした。落ち着いて廻りを見渡すと、スタッフ全員に笑顔

満面の笑顔で、お客様をお迎えしないとイケないんじゃないの？と思いがらも、まだ宴が始まってないからかなと思つてみていました。始まってまよっぱり笑顔がありません。わからない事を尋ねても、受け答えは丁寧な言葉で返されますが、笑顔がまったくありません。笑顔がすすごく大事な。笑顔がすすごく大事な。対照的だった司会者の方の明るい声がある。料理もたのしみのひとつです。名の通るホテルの料理です。さぞおいしいのだろうと期待してましたが、味が濃くて、彩りもあまり良いとは言えません。しかも私の席だけ、ナイフとフォークの位置が逆です。和洋折衷のお料理なので、その都度、スプーンとかフォークとか持って来て下さるのですが、逆に置き最後

までそのままでした。メニューの料理のお皿の向きも反対です。さすがに姉が、「これって向きが違つていませんか？」と言つてすぐに直されたのですが、姉のだけを直して、他の席は見もせずに行かれました。ホテルマンのマナーといったら、お手本にしたいところなのに、なぜ？どうして？と思う事がいっぱいでした。美容師時代によく先生について行ってたホテルです。その時はまだ若くて、すごいな見習わなきゃと思つていました。何があったんだらうと不思議でなりません。逆の意味でよい経験が出来ました。お店ではこういうおもてなしはしない様に笑顔を忘れずお客様目線でやっていきたいと思えます。

終わり

ロコモティブ シンドローム

原 由里子

さて問題です。ロコモティブシン

私も3月に大垣市保健センターで行われた講和に参加するまで全く知りませんでした。

毎月ポストに入ってくる、大垣新聞「広報」に載っているのを見つけました。ちょうど休みだし調べてみようかな。知識が増えるからいいかなというノリでした。

話が始まるくらいに会場に入り、先生の話などを聞きながら、先生から聞く事が出来ました。

表冊子には、「要支援・要介護になる原因の第1位は何でしょうか」と書いてあります。席に着いて周りを見渡すと、講和に参加している方の平均年齢は70歳オバーくらいの方で占めていました。講和の先生も50、60代で、スタッフの方達が若いという感じでした。

「ロコモティブシン

代以降の多くの方が「膝が痛い」「腰が痛い」と悩みを持ち、50代から急増するものが、骨折や脊柱、膝関節等の疾患やケガで整形外科で、手術を受け、そのピークが70代だそうです。50代以降の運動器の健康が損なわれ、立つ、座る、歩くといった自立する機能を、平均寿命の80代まで保つことが出来ないことを意味します。要は、今から筋肉を鍛えて健康寿命を延ばしましょうという講和のよう

「骨や関節の病気」骨粗鬆症、変形性関節症（軟骨がすり減ること）脊柱管狭窄症（腰の神経が圧迫されること）



長男の頭

子供を余り褒めたりはしない。特に小2の長男。全国的に有名な書道で金賞をとっても、良かったねと言ったくらい。

先日庭で嫁さんに床屋をしてもらっていた。「ギャー」と嫁さんの大声がしたので外に飛び出した。そしたら長男の頭の正面に5cm×5cmのハゲができています！

バリカンのカバーを付け忘れたまま刈ってしまった。どうしようもない。しばらく目立つと思う。「鏡見てくる」と言って帰って来たが、別に何ともなかったようにしている。普通だったら泣いたり、怒ったり、学校に行けないと

「龍君、お前えらいなあ」と褒めてあげた。龍のように強くなれ。そして好きなところに飛んで行け。そして奥田家に蔵を立てよ！と龍蔵と名付けた。

友達に笑われたりしていると思うが、普通にしている。父として何も言わないが、見守っていきたい。

庭師 奥田良樹

うという講和のようです。確かに、腰が痛いとか筋肉の衰えとかだから、若いから関係ないじゃないなと思いましたが、先生の話が一本調子で寝ている方が多かったです。私も眠気と戦いながら冊子を見ながら話を聞きました。隣の方は「眠い。あー眠い。」を連発していました。

「骨にも新陳代謝があるそうなので、骨を壊す細胞」と「骨を働かせる細胞」が重要です。骨にも新陳代謝があるそうなので、骨を壊す細胞」と「骨を働かせる細胞」が重要です。

態で片脚立ち。転倒しない場所で行ってくださいます。もう一つがスクワットです。足を肩はばに広げて、つま先は30度に開き、深呼吸するペー

さいと言われました。あと、若くても意外に出来ない人多いんじゃないかなと思っ

終わり。