

### あまでうす

三週間前に、中学時代を共に学んだ同窓会の案内ハガキが届いた。当時、一組が三十六名で三組あった。この同窓会は、オリンピックの年にやろうというところで、四年に一度開催することにしていく。

今までは、最初の頃に一度しか出席したことがなく、十数年振りになり同輩たちの仲間の変わりようが見えなくなり、出席のところがにチエックして返信ハガキを投函した。

ずっと欠席をしていたのはこんな理由がある。最初は市内のレストランで開催していたが、遠くに旅行

を兼ねて同窓会をするようになったため、予定が合わないことやお金もけっこうかかるというので欠席をしていた。その都度ハガキの通信欄に一言「そんなに遠くではない、近くでやってみよう」と書いていた。

今年は、市内にあるレストランで開催するというので、欠々に出席をした。受付に三人いたが、会費を払うときに、お互いが誰だかすぐにわかり、名前を呼び合った。会場に入ると、すでにそれぞれ談笑していき、女性陣たちが私を見るなり声を掛けてきて「広報に載ってるの見たよ」とか「新聞に載って

たね」と、それで顔と名前が一致したという。

(メデアの力はすごい！)

これは、前にも書いたが「広報かかみがはら」の最後のページに『市民ギャラリー』というコーナーがあり、そこに、オリジナル掛時計(納豆のフタに友禅千代紙を貼って作製)を作ったので、市の担当者の取材を受けて掲載された。新聞は、その時計を含めたオリジナル時計十点(腕時計、置時計、懐中時計、掛時計)と、和紙にプリントした写真を近くの信金ロビーで展示したときの新聞社の取材を受けた記事。

卒業生百八人の内、今日の出席者は六十人だと幹事に訊いた。全員が集まったところで、始める前に集合写真を撮る前に、会場に戻って、八席に分かれて懐石料理を食べながら、一人三十秒で、自己紹介と近況報告をしたが、久々の出席では名前と顔がむすびつかない。そこで、各テーブルを廻り、懐かしい学友と色々話をしているうちに、中学時代の面影が残る顔、まったくわからないかと思える顔、当時の話をしている内にわかつてくる人、「誰だっけ!？」と、訊いて名乗ってもお互いピンとこない人、「あいつ性格が変わったよなあ」と感じる人。人それぞれ生きざ

まがあつて興味深いものがあつた。

そんな話のなかで、他界した人が十人いたことに驚いた。それも男ばかりであった。仲間たちの冥福を祈り、全員で黙祷をした。

こうして、二時間半がアツという間に過ぎ、次回は、歳も歳だし四年後ではなく、二年後に同窓会をすることに決定した。そして、全員で一本締めを行い、『二年たったらまた会いましょう』と、お開きになった。

皆の変わらない元気な姿をまた見たいものである。

# 風地蔵新聞

## 食品衛生責任者講習会III

### 鎌澤 宣子

さあ、三ヶ月にわたり、食品衛生の講習会の作文も終わりです。最終章は、調理済み食品と、ノロウイルスです。調理済み食品で気をつけなければいけないこととして、ブドウ球菌による食中毒です。調理をした者の手指からの二次汚染、長時間放置した事によるブドウ球菌の増殖で起こります。手指に傷がある者が、調理をする際に適切な手洗いをしなかつたり、使い捨て手袋をするからいいだろうと、いい加減にすることでおこります。予防のポイントとして、「つけない」

- ・手指をよく洗浄・消毒
- ・手指に傷がある者は触らない。調理しない。
- ・盛り付けの時は、使い捨て手袋や調理器具を使

用 「増やさない」

- ・調理から食べるまでの時間を出来るだけ短くする
- ・適切な温度管理を行う

そして、もう一つのウェルシユ菌による食中毒です。聞き慣れないウェルシユ菌は、人、動物の腸管、土壌、水中など自然界に広くいます。温度が45℃前後の食品中で増殖。熱に強い芽胞をつくり、毒素を出す。原因の食品は、カレー、シチュー、煮物、スープ、めんつゆなどで時間の経つたもの。予防のポイントは、「増やさない」

- ・前日調理は避ける。加熱調理したものは早く出す。
- ・大量の食品を加熱調理したものは、室温でおか

冷やす。 「やつつける」

- ・食べる前に十分に加熱する。

いよいよノロウイルスの話です。みなさんも、ノロウイルスの恐さはご存知だと思えます。が、ここで再認識してもらいたいと思います。

ノロウイルスの特徴は、

- ①非常に小さく除去が難しい。
- ②感染力が強い(10000000程度で感染)
- ③環境中に長くどどまり、なかなか不活化しない。
- ④アルコール消毒が効かない。
- ⑤多くの遺伝子があり、流行系が変わる。(インフルエンザのよう)
- ⑥便やおう吐の中にウイルスを排出
- ⑦治ったようにみえても長くウイルスは排出される。
- ⑧症状が出ない場合がある(不顕性感染)
- ⑨症状が出なくても便の

中にウイルスを排出。こんなにあるんですね。びっくりしました。

予防のポイントは、

- ①感染しないための健康管理
- ②家族の体調(嘔吐・下痢の症状)にも気をつける
- ③作業前の健康チェックを実施
- ④手洗いは、適切な方法、タイミングで実施
- ⑤作業着の衛生管理
- ⑥手袋の適切な交換
- ⑦塩素系消毒剤(2000ppm)を用いて調理器具や設備を消毒(トイレの便器の消毒、おう吐物処理は10000ppmの濃度)
- ⑧中心温度85℃、90℃で90秒以上加熱(不十分な状態での摂食や提供を避ける)

嘔吐物の処理に必要な物を使い捨てマスク、使い捨てガウン、ヘアキャップ、使い捨て手袋、シュエズカバー、ペーパータオル、新聞紙、ゴミ袋2枚、バケツです。

- ①手袋・マスク・ガウンなどを着用、換気のため窓を開ける

②嘔吐物をペーパータオルなどで出来るだけ拭き取る。

③使ったものは、ビニール袋に入れ、口を縛ってもう一度ビニール袋に入れる。

④汚染されたところをペーパータオルで覆い、上から10000ppmの濃度の塩素系ナトリウム溶液をかけて10分浸す。ゴミ袋に入れて、そのあと水拭きする。

⑤ガウン、手袋、マスクを袋に入れ、口をしっかり縛って処分

⑥処理したあと、石けんで2度丁寧に手洗いして、うがいをする。

衛生的な手洗いをし直し、食中毒を起こさないように、二次汚染が原因とみられる食中毒も多いのと、また自分たちの健康管理を徹底することで、お客様の安全を提供できると思います。

塩素消毒も定期的におこなうことも忘れずに、衛生管理をしていきたいと思えます。終わり

# 川風

しらいし みほ。

ハイリスク出産  
誕生まであと18日の  
の検診。  
産婦人科に4時間いました。  
へトへトになりました。  
突然、ハイリスク出産にな  
るから久留米大病院か  
聖マリアに転院してくれと。  
理由は体重増加だ。

リスクの説明は、帝王切開  
になった場合普通の人よりリ  
スクが高い。  
出産中、脳梗塞になることも、  
など死ぬと言わんばかりの  
ありとあらゆる要素を次か  
ら次へとりおんとあたしに  
言つてのける女医。

出産を目の前にして  
無事に産むことすら  
困難だとあれだけ言われ  
本人のショックは  
はるかに想像を超えた。  
りおんが産まれる時も  
難産だった。2度の吸引分  
娩で  
頭の骨が割れた。  
生後14日で脳を割り手術  
をした。

そのりが助かり  
後遺症も残らずいま赤ちゃ  
んを産もうとしている。  
そのりおんがまた「出産」  
というキーワードで  
いのちの保証があやぶまれ  
ている。

泣けるー  
話しをきいたかいとからで  
んわ。  
新 蔵 地 風  
病院は オーバーにいうから  
大丈夫!!  
不安なことばかり考えても  
いいことないから  
楽しいことばかり考えよう!  
て  
言いました!!

お母さん、泣きよると?  
2人の前では泣かないと思っ  
てたのに言葉が詰まった。

スピーカーホーンにしながら  
りおんが言う。  
すぐにかいとが  
りおん泣きよると?

りおんの顔を覗き込むかいと  
が浮かぶ。

お母さんが泣くけん うつつ  
た。

りおんも泣き笑いの顔が  
浮かぶ。

大丈夫!この2人のチカラ  
はすごい。  
赤ちゃんはモニターで30  
分検診してとても元気に動  
いてるらしい。  
りおんの体にも異常の数値  
もいまのところなにもみら  
れない。

来週、転院の大病院の予約  
が入った。  
紹介状を持つていく。

妊婦じゃなくても  
それぞれにハイリスクのチェッ  
ク表を 読み上げます。

ダンナちゃんが 11点!  
りおんが7点  
かいとが2点 です。

年齢とたばこと酒で 点数が  
ぐんと上がった ダンナちゃ  
ん。太っていないなくても たば  
こと酒と年齢のリスクは高得  
点です!!  
「だれもが あてはまるよう  
な 内容で 特別ではないと  
感じました。」

かいとが りおんを 気遣っ  
てか、 それでも素直な 気  
づきを 言った。  
家族の理解と 助けが必要だ  
と 全員で 勉強会をした。  
これがいけなかったのか。

「まだ 8時過ぎぜ! 高速  
で行ったら 30分で着く!」  
と ダンナちゃんが言うので  
山越えして したみちで  
糸島へ。

プリンのとこに 空いてるう  
ちについたけどもう帰ろうと  
とか砂浜で 歩きたいと言っ  
てたから糸島に来たのに い  
ややくと わがままりおんに  
振り回されるあたしたち。

昼も 体には魚が良いからっ  
て 刺身定食がある とこ  
へ むかいます。

不機嫌な果実は なんだか  
つかかるしかいとへも 思っ  
てもないことを 言い出した  
り、めにあまる。  
「あのねー!!」と一括。

すると 堰を切ったように  
泣き出した。  
不安は わかるけど。。。  
本人も どうしようもなくなっ  
たらしい。

みな 原因が分かるだけに複  
雑な 胸の内。  
ちよつと2人にして ダンナ  
ちゃんとおたしは 道の駅で  
お買い物。  
「落ち着いたら話すそうです。」  
と かいとが言う。

家についても すぐに 久留  
米へ帰って行った。

にちようび。

大病院へと言われて2日め。  
土曜の夜から 我が家でお泊  
まり。

大好物の納豆と 高野豆腐を  
つくりダシを久しぶりにとつ  
たから それで味噌汁。  
レタスとトマトのサラダ そ  
れと 手作りつくね入り こ  
んにやく、根菜たっぷりおで  
んで 晚餐。

日曜日はいとも休みだし、  
糸島の塩プリンが 食べたい  
からって家族4人で 糸島へ  
いくことになりました。

朝の早いみんなは 休日なの  
に朝ごはんが 6:00。  
しばらくして ハイリスク出  
産について 勉強会をしよ  
うと思立つ。

ダンナちゃんが 不安であた  
しにキレずにいてくれて 助  
かった。  
もう あたしだって いっぱ  
い いっぱいだ。

2人が帰って 心配だけど  
いつの間にか 眠ってしまっ  
ていた。

そこへ 電話。  
焼津の里美さんだ。

ブログ読んで 昼間つから泣  
いちやつたよ!!  
りおんの気持ちも良くわかる!  
まだ 若いし、はじめてのこ  
とだし誰もまわりにそんな経  
験してる人いないだろうし。  
みくんな はじめてなんだか  
ら。パニックになって当た  
り前だよ。

肩に入った力も ぬけて り  
おんに でんわした。

元気のある声ではないけれど  
すぐに出て いま、パンゴハ  
ン作ってるって言う。  
昼食べなくて 持ち帰りの  
煮魚も 食べたって。

じゃあ、大丈夫だ。  
あした 早く来てね。と 言っ  
たから ホツとした。

いまごろ、糸島の写真みて  
りおんの表情が暗いのにビツ  
クリした。

月曜日。

絵手紙教室。  
8月だけ 3回の体験教室で  
あたしの絵手紙教室に き  
てるりおん。

きのうの様子じゃ 「もうい  
かん」というかと思いきや  
やはり 自分の居場所は 探  
してるんだらう。

集中している。すごく助かる  
時間だ。  
来るときに 久留米の道の駅  
で 描くもの なんか 買お  
うか?あたしは もちとうも  
ろこしを買う。  
りおんは 「ひまわりにする」  
という。

「ひまわりの花言葉しつる?」  
と聞くから 「ん? 太陽!」と

て答えると  
「太陽なわけないやん。 花  
言葉やで」

「あんね、あなただけをみて  
います」

へえええ。 そおくんや  
と まったく気がつかない  
あたし

「きのう かいとに 謝れん  
かった。」

なんで かいとに 謝らいか  
んの? と まったく忘れて  
るあたし。  
「思ってもないこと 言っ  
てみたこと。。。」

だから 絵手紙を送るんだっ  
て。

「かいと、わかるかな」  
つていうから

「男はね、ぼけろつと しと  
るから わからんよ!

うらに ちゃんと はつきり  
分かるように気持ちを 書  
いた方がいいんじゃない?」  
そうやな。つて 笑いあつた。

火曜日。

絵手紙教室の おひとりの方  
のお宅へ。

なんか 気になるその方に  
ちぎり絵を 教えてほしい  
と お願ひしておいでと行っ  
てくれた日だ。

熊本地震のときにも必要だっ  
た 毛布を すぐに だして  
下さった 岩手出身の 方。  
娘さんが あたしと同じ年だ。  
もちろん あたしひとり  
行こうと思つた。

それが きのうの教室のかえ  
りに、車で帰る あたしたち  
にあした! ふたり! お  
いで!と 口元が動き ジェ  
スチャーで 力強く誘つてく  
れた。

「うちはいかん」と 「ひ  
とりでおる」といってた  
りおんもめのまえで 誘つて  
くれるのを みて

「りおんも いっしょに ふ  
たりで おいでつてよ」  
と 確言すると 「いく!!」  
と 喜んだ。

おうちまでは 行ったことが  
ある。

地震の毛布の時と、そのあと  
も すけつちの道具を持って  
ないあたしを呼んでくれて  
あまつてるのがあるから使っ  
てと くれたので3度目だ。

まず 下絵を描くんですか?  
ときくと 「いいえ、その  
まま ちぎって貼るだけよ」  
ええええ。 しきらん

しかも そのかたの あわせ  
方が すばらしいのを みた  
から教わりたくやってみた  
いふと思つたのだ。

「ほら これつかつて! オ  
リンピックがあつたから  
色がいっぱいあるよ」  
ばあちゃんの年じゃないけど  
あたしと暮らしてたときの

だいすきな ばあちゃんの  
年の方なんで 居心地が良い。

新聞の夕刊の オリンピック  
の記事の色や 緑、青と  
さがして ちぎりながら貼っ  
ていくのだと 教わる。

「やらないんですか」  
「うん! 私はいいとよ!  
みとくけん」

あたしたちふたりを 優しく  
見守りながらせつせと 新聞  
から 色を探してくれたり  
しながら想像を超える 人生  
の 荒波を 笑顔で 笑い話  
に変えてちよつとづつ ちよつ  
とづつ はなしを された。

日本は端っこから端っこへ、  
速くからひとり出てきて  
きつとなにか あるだろうと  
思つていた。

思つていた。  
やつと話が聞けた。

りおんは なにやら とつて  
も 集中してるが壮絶な は  
なしになると手を止めて 息  
を止めて聞いた。

だれかの ブラの話には 一  
番ツボにはまったのかずつと  
ずつと笑つていた。

りおんの あしたの大病院  
なんてほんとうに ちっぼけ  
なことに 思えてくるほど  
岩手の若い娘は 恋をして  
福岡くんだりまで やつてき  
てさんざん苦労をし いまは  
こうして 笑い話に変えら  
れている強さをみた。

かえりには ふたりして  
20才で亡くなった息子さん  
と ダンナさんの 仏様を拜  
ませてもらった。

「またきます!!」  
そういつて みえなくなるま  
で 手を振つてくれた。

そして あした りおんには  
どきどきの 恐れ 恐れ  
大病院の日だ。

あたしには やつときた 不  
安がきえるであろう 大病病  
院の日だ。

きのうの絵手紙、  
かいとへのりおんの絵手紙を  
出しといて!とやわれ  
ちらつと みえた文字に  
りおんの 想像を遙かに超え  
た不安を 垣間見た。

まだ 人生経験も少ない 若  
い人だけど そんなことまで  
考えていたとは。。。

「思いつきり 心配してあげ  
て!!」  
と里美さん。  
親はただ心配することしか出  
来ません。ただただ いまは  
若い2人を 見守らう。

誕生まであと7日。  
必至な日々を  
若い2人も じぶんらの 言  
葉や態度で 乗り越える日々  
をぶつかりながら ささえな  
がら回りの方に励まされなが  
らみんな歩いていきます。

ちよつと立ち話

これ、ちよつと多めにもらっていくね。知り合いの所に持つていくね。(常連のお客様)

ラジオ体操は今はずじめに行っています。が、小・中学校は適当にやっています。宿題に日記があつて、半ばまではじめに書いていたのが後半からサボって書かないで出したことがありません。私も中津川のお墓参りに行ったとき、青春18きっぷを使いました。本当にお得に付けて助かりました。食品衛生は、新しい内容も増えていきま

中毒を防ぐ一番の方法なので、この話は毎年必ず出て来ます。プロ野球選手でも、本当に調子がいいときは飛んでくるボールがしつかり見えると聞いたことがあります。余裕があるという事は、調子がいいという証拠です。(原)

りおんちゃんもお母さんですね。可愛いベビー服も手作りして気持ちもお母さんになつていっているんですね。写真見せて頂きました。社長も生まれるまでは不安でしょうが、きつと元気な子が生まれますよ。原先生、エステの研修から戻ってからは自信に満ちていらっ

り以上、お客様をキレイにしてあげられる技術をしつかり身につけてたくさんの方をキレイにして下さいますよ。日々食品を扱い、お客様に提供している私たちが、1年中けではなく、1年中食品衛生には、気を付けてお客様の笑顔をとたくさん頂きたいです。(大橋)

夏休み、子どもの頃1日外で遊んでいましたね。宿題どうしていたかな。姉がうるさかったので、間際にあわてるといふことはなかったよう。の時は自由研究のデータを探すのに走り回っていたと思います。

リーちゃん、赤ちゃん楽しみです。きつとリーちゃんや社長に似た元気な子です。リーのちゃんとかいと君のやりとりがほほえましいです。原先生が講習会から戻ってこられてからのイキイキした様子がよみがえります。風地蔵でも使えます。顔をよく見ると言うことがその方を観ることにつながります。あまでうすさんらしいですね。何でもこだわりの素晴らしいです。(鎌澤)

大橋さんを育ててくれたおばあちゃん。大きな器の方だったんでしようね。99才と聞いて、亡くなる前間で意識がしつ

かりされていたのに驚きました。きつと「みき」と、小さい頃からずっと見てきた寝顔をみながらとても幸せだったと思います。食品衛生のノウハウもすぐに取り出し素早く対応できるように作ってくれて有難うございます。聴くだけでなく、実際に行動できるのはなかなか出来ません。火事や、災害時の訓練も全員で自主的にしてくれて意識の高さに頭が下がります。プロフィールやりてく！(みほ)

ありがとう

大橋 美紀

私の祖母が8月21日 午前11時12分に亡くなりました。5月より人生初の入院をし、6月末には自宅近くの病院へと転院しました。亡くなる3日前まで自分でトイレも行っていた祖母です。もう99才という年齢でしたので、本人の希望もありレントゲンと血液検査以外はしませんでした。入院するまでやったことのない点滴と飲み薬。少し調子がいいときは、自宅へ戻り1泊していました。少しづつ体が弱くなつていくのは、家族も本人も分かっています。

した。8月17日の夕方、弟より電話が入り、吐血をしたという内容でした。次の日お休みでしたので、朝一番で病院に行き、ずっと祖母の傍らにいました。まだ話すことは出来ませんが、もう食べることも飲むことも病院からストツプされ、とうとうオムツをする事になりました。次の日、仕事を終える頃、母からの電話で、血圧が90近くなつたというので、母も心細いのだろうと、病院へ向かいました。「えらい、えらい」と小さな声で苦しむ祖母。しかし意識はしつかりしています。とにかく一度家に帰り、私が病院に泊まることを決めました。家のこと

と、着替えを持って、祖母の傍らへ。「今夜は美紀が居るからね。安心して。」と伝えるとうなづきニッコリ笑いました。祖母は何度も何度も「ありがとうね。そして、もうさよならやね」と死期がもうすぐだと分かつていたようです。その夜からもうしゃべることが出来なくなつた祖母。母が朝一番で病院に来て、私と交代しました。仕事に行く準備をしていると、又、母より電話です。血圧が60台になつて様子がおかしいとのことでした。私はすぐに社長に電話を入れ、社長に電話を入れて、無理を言わせて頂きました。社長も店長

も快く祖母の傍らにいてあげると、本当に涙が出るほどその言葉が嬉しかったです。その日は親戚の人が代わる代わる祖母の所に来てくれました。その夜も私も人病院に泊まりました。まだ反応してくれない手を握り、返事のない祖母と話をしながら横になりました。夕朝を迎えました。夕べは一晩中目を開けて、まるで私を見ていたような祖母でした。もう朝を迎えても足も動かなくなっていました。血圧も90あり、体内酸素も100ありました。なので、家のこともあつたので、交代して9時半頃自宅に戻った私ですが、10時45分、母から電話が

入り、血圧も30台に下がり、もうダメだということ、車を走らせて病院に向かいました。「ばーちゃん、待って」と何度も叫び、病院に着いたときにはもう祖母は亡くなつてしまつていました。こんなになつと傍らに居たのに、どうしてどうしてと思いがら気持ちを抑え、祖母との別れをしました。私にとって祖母は偉大です。本当に私たち兄弟を育てて仕事をし、99才までご苦労様でした。ありがとうの言葉を何度言つても足りないくらいです。しかし後悔なく、祖母と一緒に居れたことが、うれしく幸せに思っています。

エステのセミナー②

原 由里子

エステ業界老舗のラフォーレ大阪本社のセミナー、1日目が終了しました。さあ、ホテルに帰ってセミナーの復習・ではないです。実は、お店の担当の方にお願いしていたことがあり、17時でセミナーが終わった1時間後に、特別にお手入れの指導をして頂くことになっていま

す。施術はセルライト分解です。時間は1時間。「どこの部位がいいですか？」と、先に聞いて下さっていて、一番気になり、一番変化してほしい部位、「おなか」のセルライト分解の指導をお願いしました。

指導を受けていて、少しづつ違っているところもあり、改めてやってもらった良かったと思えます。時間も30分オーバーしてもらいました。ラフォーレの目の前にある、今日泊まるホテルに向かいます。

新しく建ったばかりのホテルで、色んな機能があった空気清浄機があり、おかげで快適に過ごすことが出来ました。今回、マリアギャランというフランスのメーカーから新しい商品がいくつか発売されました。

セミナーの時、新製品と、講習の施術「プロフリフト」に関するホームケア製品が前にずらりと並べてありました。セミナーの終わりに先生から、「一つ持っていて試していいですよ」と言われました。

参加したもう2人に方は、No.251というレチノールオイルが入ったエッセンス、私は悩んだ末、ローション64というジェル状のローションで、しっかりとタイプを持っていき

ました。お風呂から出たあと、ものすごく贅沢に使ってみました。数分後、史上かつて無いほど、私の肌は最高の

状態になっていました。ざーっと触っていたいほどの肌でその日は眠りにつきまりました。

次の日になり、2日目のセミナーです。10時〜12時30分までは、顔筋マッサージのみの、相モデルトレーニング。昼食を挟んで13時30分から16時50分までは、顔筋マッサージからパックまで最後までのトータルの施術です。

ラフォーレの講習会場について早々、すぐに顔筋マッサージが出来ようクレンジングで顔を洗います。

初日はトレーニングのみだった私は、午前はしっかり顔筋マッサージをして頂けるようです。参加者の1人は、午前の顔筋マッサージが半顔だけで終わってしまいました。「午後から、もう半顔しますので安心して下さい」と先生がフォローしていました。

やってみると、指がずれてしまったり、指が邪魔をしてしまうときも多々ありました。細かく指導を受けているうちに、お昼になりました。

「お腹空いた〜。お昼。」ではなく、泊まっていた朝食バイキングを食べ過ぎてしまい、激しく動くわけでもないのに、空腹感が全くなし！

コンビニで少し買って、講習会場に戻り午後からのセミナーを待ちました。午後からは、すでに全員クレンジングは終わっているの、まずお手入れをする方に気になるところはどこかを聴いていきます。

顔筋マッサージの時、気にされている部分を少し念入りに行い、効果を感じて頂くためです。まず、No.250というクリームを塗ります。このクリームは塗るだけで、肌の内側からふっくらボリュウムのある肌にしてくれます。そのあとに顔筋マッサージを行うわけですから、どれだけ肌の変化し、何年若返

るんでしようかと、いつもいきなり顔筋マッサージはしないです。まず、指圧を行い、次に皮下マッサージを行います。運動前の準備運動にあたりますが、顔筋マッサージの効果もあがり、大事な手技でもあります。

次に顔筋マッサージに入っていきます。聞くところですが、まったく痛みのない、気持ちいいお手入れです。頑張っていて、寝てしまいます。

そして、リンパマッサージを行います。店長が習ったときと、いまでは少しやり方に変更があります。

以前は、木で出来たコロコロを使っていたのですが、新しい手技は、道具を使わず、手でリンパを流していきます。

リンパマッサージの前

に、No.249というエッセンスを塗ります。このエッセンスは、塗るだけでハリと弾力と潤いを与えてリフトアップしてくれます。

なので、リンパマッサージのあと、バンテージのあと、バンテージと、さらに引き上げるためにアップという、これでもかと重複の手技。

お手入れ後は、本当に何歳になったのか分からないくらい若返るといわれています。

このバンテージは15分ほど置き、そのあと外していきます。外したあとローションで肌を整えて、冷やしたアイスキューブを使い、肌を落ち着かせて、日焼け止めクリーム「プロッ

カー」を塗って完成です。このお手入れは、リフトアップするだけではない

く、肌にハリや弾力、潤いも与えるので、素肌自体も美しくなります。化粧のりも本当に良く、セミナーの先生に「本当にキレイになった」とざーっと言われていました。

全員、お手入れも終わり、セミナーが終わりました。お店の担当の中野先生が挨拶にみえました。今回のセミナーに参加して、プロフリフトのコンセプトや、手技だけでなく、マリアギャランの事も知ることが出来ました。

「このお手入れは、やっているから大丈夫」ではなく、新たな気持ちで、初めて教えて頂くという気持ちで臨むことが、ほんとうに大事だと思います。

次のセミナーの時も、この気持ちを忘れないように受けていきます。おわり

ブラジル

お盆休み。いつものごとくノープランでのんびり。テレビで「水切り」をしていた。川で平石を投げて何回バウンドするか？の遊び。急遽男坊主三人を連れ、揖斐川に。車で5分のリゾート！それこそ小学校の時は親に内緒で良く遊びに来ていた。35年振り？

橋の上から見てバーベキューなどをしているのは知っていたが、着いてビックリ。「ここはブラジルか？」ブラジルの方率70パーセント。穴場スポットなのだろう。数家族が思い思いにバーベキューをしている。そしてサンバのリズムで大音量で踊っている。タイコを叩き、木の塊を棒でギコギコする楽器も持ち込んでいる！

リオオリンピックの最中、そんな時に限ってお客様から携帯に何件かお電話。きっと「サンバ」がガッツリ聞こえたはず。どれだけオリンピック？と思われたと思う。恥ずかしい。。

ウチの子供達にも踊ることを強制するも、全く駄目。ブラジルの子供達に日本伝統の川遊び？水切りを伝授。やっぱりサッカーの国、投げるのは苦手みたいだった。

2日後、またしても川に連れて行く。またしてもブラジル率80パーセント。

子供達が川を気に入っているの、これから毎年調査に行くことになるだろう。

庭師 奥田良樹