



しんまち 歳時記

第144号 2019年12月1日 発行

ホームページ <http://shinhari.com> フェイスブック <https://www.facebook.com/shinhari.expert/>

しんまちはり・灸・整骨院

〒024-0094 北上市本通り1-7-9ピラーージュパオ1FA

TEL 0197-63-3770

しんまち整体院

〒024-0072 北上市北鬼柳19-68

TEL 0197-62-3575 江釣子ショッピングセンター・パル1F

しんまちリハビリデイサービス

〒024-0053 北上市大堤西2-6-5

TEL 0197-72-7124



今月も「しんまち歳時記」を読んで頂きありがとうございます。

ハリウッドでも活躍する、俳優の渡辺謙さんを知らない人は少ないと思いますがこの話を知っている人はどうでしょうか？

俳優渡辺謙さんは気仙沼の港にK-PORTというカフェを経営しています。

東日本大震災をロスから帰国する飛行機の中で知った渡辺謙さんは、いてもたってもいられず救援物資をトラックに積み込み気仙沼へ向かいました。

そこで出会ったのが水産業を営む安藤さん。

自身も壊滅的な被害を受けた安藤さんは復興後の気仙沼を夢見てイラストを描きました。そこには一軒のカフェが描かれていて、それを見た渡辺謙さんが「それ俺、やっていい？」

その店が今も続いています。帰国すると必ず気仙沼のその店に立ち寄る。それだけで凄いのに、もっと凄いと思うのは、毎朝、ほぼ毎朝、渡辺謙さんは直筆のFAXをその店に送信し続けているということです。

「メールだと誰が書いたか分からないし、ぬくもりを感じないじゃないですか。世界中のどこにいても毎日、5分間、気仙沼のことを考えていますと伝えたいから。」凄いです。その気仙沼を想う気持ち涙が出ます。渡辺謙さん、本当にありがとう！気仙沼には、つばきマラソンという美しいマラソン大会があります。是非見に来てください!!

代表 浅川 進



くらし
花鳥風月

専大北上高校 サッカー

祝 男女全国大会出場！！

専大北上高校の男女サッカー一部が、予選を勝ち抜き男女ともに全国大会への切符を手に入れました！男子は初優勝、女子は7年連続7度目の優勝。

男子の初戦12月31日に佐賀代表の龍谷、女子の初戦1月3日に大阪代表の大商学園と戦います！

しんまちにも、専北サッカー一部の高校生は治療に来ています！

みなさんぜひ、地元北上の高校生たちを応援しましょう！！



ベンジャミン・フランクリン

Part 1 13の徳目

現在の米100ドル紙幣に肖像が描かれている人物。
 アメリカの父と言われている。
 1728年ごろに彼は「道徳的完全に到達する大胆で難儀な計画」を思いついた。この理想を実行するため、自らの信念を十三の徳目にまとめた。彼は毎週、一週間を徳目の一つに捧げて、年に4回この過程を繰り返したそうです。



1. 節制

頭が鈍るほど食べないこと。酔って浮かれ出すほど飲まないこと。

2. 沈黙

他人または自分自身の利益にならぬことは喋らないこと。つまらぬ話は避けること。

3. 規律

自分自身の持ち物はすべて置く場所を決めておくこと。

自分の仕事はそれぞれ時間を決めてやること。

4. 決断

やるべきことを実行する決心をすること。決心したことは必ず実行すること。

5. 節約

他人または自分のためにならないことに金を使わないこと。即ち無駄な金は使わないこと。

6. 勤勉

時間を無駄にしないこと。有益な仕事に常に従事すること。必要のない行為はすべて切り捨てること。

PAL院日記



とうとうこの日がやってきた。
 パルの伝統「Z作戦」の日だ。
 「Z作戦」とは、パル大誕生の
 チラシを、北上地域の一軒一軒
 にパルスタッフが手ずから配
 る、という行事だ。

今年の「Z作戦」は、総勢二百五十二名のシュプレヒコールから始まった。
 十一月の寒さをもものもしないパルスタッフの熱気。それに押されるように割り振られた地域に向かった私たちは、記念すべき一軒目で住民の方にチラシを手渡しし、そして気づいた。
 道を一本間違えていることを。
 他店の担当地域に配ってしまった。初っ端のミス。
 先が思いやられたが、落ち込んではいられない。速やかに電話連絡し、次こそは、と田んぼを越えて担当地域に向かった。
 その後も、時に道に迷い、時に住民の皆さんに挨拶しながら、なんとか担当分のチラシを配り終えることが出来た。
 今回気づいたのは、人と人とが笑顔で挨拶できることの素晴らしさと、私たち二人とも、地図を読むのがあまり得意ではないという事実。
 来年こそは道に迷わずにやり遂げるぞ、と心に誓った。

Facebook



Twitter



※シュプレヒコール
 Z作戦の成功を祈り
 参加者全員で「頑張るぞ！」成功させぞ！
 と大声で唱和すること。

編集後記



今年から北上に住みはじめた横田です！もう北上の寒さに毎日心が折れています…。一人だけ真冬の服装で通勤していますが、これから雪が降り、もっと寒くなることを考えると恐ろしくて仕方ありません。防寒対策をしっかりしていこうと思います(*_*)何か、いい方法がありましたらみなさん教えてください！！