身体に優しい
順造選

順造選便り

お伝えしたいことといっぱい…の気持ちをこめて

vol.29
発行日:2015年 1月号
順造選ショップ
http://www.junzosen.com/
http://www.rakuten.ne.jp/gold/ junzosen/
〒150-0003 大阪市西成区 京町堀1丁目18-5
TEL.0120-103-712
E-mail:order@marukai.co.jp

ご購読を、希望の方は無料でお送り致します。

一月のお便り

早や一月が始まっています。私は今年六月、八十才になるかと思いますと、なにか異様な感じがします。自分では八十才という気分には全く なれず、他人事のような思いです。年の初めに際し、今日まで好きなように、思い切り生きてこられたこと有難く思います。そしていつもラッキーであったことと、目に見えない大きな力に支えられて難関、難局を突破してこられた壮快感を味わいつくせたことにも感謝します。

さて人生レース最終コーナーにさしかかってきたのです。

死のゴールを目前にしてどう駆け抜けていきましょうか。

悠々自適、晴耕雨読の最終コーナー！

良いですね！でも私には一寸できそうにありません。

私はやはりゴールを走り抜けて終わりたい。最終コーナーは感謝の思いを抱き、堂々悠々と手をふりながらのゴールインをめざそう。

皆さんの更なるご多幸を祈念しながら、何か楽しい喜ばれることを探し求めていく一年にしたく思っています。良い新年にしていきましょう。

あなたに感動の一冊
本便り

「川端康成と東山魁夷」
―響きあう美の世界―

こんな美しい本が出版されていたとは知らず、最近出たものと思い買ったのですが、裏を見ますと二〇〇六年に出ています。帯に「文豪と画家知られざる魂の邂逅」とあります。お二人の往復書簡の数々は読んでいて、手紙はこのように書くのだと勉強になりますし、その内容も面白く、深く、素晴らしいものです。見事な川端康成コレクション、東山画伯の絵画の写真、どれをとっても美しい。心が洗われます。

これ程までに奥の深い小説家、画家はもう生まれてこないのかもしれない。

順造さんの旅日記

スケールのちがいに愕然 この国との付き合い方

この地には四十年余、私達の会社がありましたので、馴染みの街ですが、アメリカの農業というか畑をじっくり見たことがありませんでした。

今回はカリフォルニアのピスタチオナッツの畑を見てみたいと思い立ち出掛けたのです。

ロサンゼルスから車で五時間位かかるようなので、どうしようかと考えていますと、畑のオーナーから自家用機で迎えに行くからロサンゼルスのサンタモニカ空港まで来てくれとのメールが入り、さすがアメリカの農業は一寸違うなぁと感心し乍ら、レンタカーでサンタモニカ空港へ。小さなビルの中に入るとオフィスの受付のような待合室。その前が空港で小さな自家用、自社用機が並んでいます。

ここを抜けると自家用機が！

単発四人乗りの飛行機に乗ること一時間、砂漠の真中にある畑の中の滑走路に着陸。畑の責任者が車で待ってくれていました。

アメリカ人はえらい所に畑を作り、その畑の中に滑走路を作り、えらいもんだ！と感心し乍ら車に乗り込む。

ピスタチオの畑を訪れる
ロサンゼルスの旅
延々と続くピスタチオの木々を見てあなたならどのように感じますか？

空から見て大きな畑だとは思っていましたが、実際に地上を車で走って三十分しても、まだ畑が続くのですよ！驚っくりしながら、一体何万本位植えているのか何か気が遠くなるような話です。ピスタチオナッツ栽培は一大産業なのです！

そんなことも知らずに訪ねてきたことが恥ずかしくなる。

砂漠の真中にある畑に来るのに働く人達はどれ位車でかかるのかと尋ねますと「一時間」。貴方達オーナーというかこれを経営管理している人達はどこに住んでいるのかと聞きますと、我々はこんな所に住めないのでロサンゼルスのサンタモニカに住んでいるとのこと。そこから三台の自社用機で交代に通っているそうです。

盆栽のようなことをやっている私達日本人と考え方が違ってくるのは当然で、理解し合う根本のところが違うのです。国が違っても人間だから話し合えば解り合えると言う人が居られますが、解り合えるなんてそんなに簡単なものではないと叫びたくなります。

りんご成長日記

『リンゴジュースのリンゴの木』

順造園ジュースの代表おいしいりんごジュースができるまで！

今年は例年になくりんごの当たり年でした。収量もさることながら、良いりんごが多く「豊」と呼ばれる中心部の透き通った甘いりんごが出来ました。

最作すぎて収穫が大変でしたが、園では一二月に入り込みながらも第一週でやっと収穫を終えたところです。

果樹園は雪がふり、すっかり冬支度です。

収穫されたりんごは、贈答用、自家用、加工用とに選別されます。

この辺りのりんごは農家から直接お客様へ、贈答として発送されることが多く、殆どを市場に出回りません。そのためか、「まぼろしのりんご」といわれているとか。

順造さんがお勧めする良いお店

ロサンゼルスの海辺に建つレストラン CHART HOUSE

先日ロサンゼルスに行きました時、REDONDO BEACHにあるこのレストランで好物のローストビーフをいつものように食べました。値段も手頃で美味しくて大きなローストビーフが私の定番です。今回は明るい時に入れたので、海も見え楽しく夕食をすることができた。アイスクリームも信じられん位大きなものができますので驚きますよ。とにかくアメリカは何でも大きいのです。

この日はとてもいい夕日を見ることができました。

ここのレストランの雰囲気はとっても気に入っているのです。

CHART HOUSE
231 YACHT CLUB WAY
REDONDO BEACH,CA（要予約）

おすすめSONG

内田 光子「シューベルトのピアノソナタ第7番と3つの小品」

内田光子さんのピアノは大好きでCDを沢山持っていますが、この盤は特にその美しく、綺麗な流れるような旋律が好きで、滅入った時に取り出すことが多いような気がします。

もともと音楽音痴なものですから、詳しいことは全く分かりませんので、自分の耳と身体に響く音だけで「いいなぁ！」と感じれば…

いいなぁ！なので、単純なんですよ。内田さんのピアノは大好きです。

順造さんのウェルネス vol.27

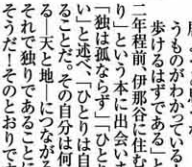
「頼って、頼らず」「信じて、信じず」

健康に関する本をいろいろ読んできましたが、書かれている先生方により全く正反対のことを書かれていて、素人の私は途方に暮れることしばしばです。
皆さんもそのような経験をお持ちではありませんか？
私は仕方がないので、「順造流」を決めました。

一、自分にとって気持の良いことは良いことだと思い、
二、食べたい、飲みたいと思うものは、身体が欲っしているのだから、食べたい時に食べ（もちろん考えての上ですが）、自分流にやっています。それが正しいかどうかも解りません。

＊高齢者は水を沢山飲みなさいという先生もあれば、水を飲み過ぎないようにと注意される先生も居られます。
＊肉食は減らしなさいと言う先生もいますが、私の周りには、80歳半ばですが、肉大好きで、毎日くらい肉を食べ、たいへん元気な人達もいます。
＊牛乳をあまり飲まないようにと言われる先生もあれば、牛乳を毎日飲むようにと勧められる先生もおられます。

どうすれば良いのでしょうか？
私は3ヶ月ばかり自分が好むようにやってみて、調子が悪ければ、それを止め、調子が良ければ続けます。
自分が自分の体で実験しているようなものですね。
自分の身体に合うかどうか、チェックしながら決めています。
人によって身体の中も、状態もみな違うのですから、自分が勉強し、自分の身体に合う方法を見つけ出すしか無いのではないでしょうか。
自己責任の世界です。



自分の身体に合った健康法『順造流』皆さんも『自分流』で過ごされていますか？

「頼って、頼らず」
「信じて、信じず」
が私のモットーです。

その後、紀野義先生の「ただ独り歩め」について書いておられるではありませんか。
紀野先生はこのように書かれています。
「『ただ独り歩め』、それは孤独や絶望として歩む、ということである。他人といつもいっしょに居ようと思うな…。ほんとうにいつもいっしょにいるものが本当の人間なら、一人で堂々と歩けるはずである」と。
二年程前、伊那谷に住む加島祥造さんの「ひとり」という本に出会いますと、その中で氏は「独は孤ならず」「ひとりだ、でも淋しくはない」と述べ、「ひとりは自立した自分を意識することだ。その自分は何か大きなものとつながる—天と地—につながるという自覚がある。それで独りであることに耐えられる。」そうだ—そのとおりですよ！
とうなづいていました。

順造さんとスタッフとの心温まる面白エピソード

スタッフ森下の順造さんと私

昨年十月二三日、初の交流会である「順造さんが語る会」が開催された時のことです。
会の冒頭、大勢采られたお客様に順造さんが話した言葉に私驚かされました…
「この会、担当の森下が『やれやれ』言うからオープンしたんですよ！」と
えっ!?なんて？そんな風に私から
順造さん。
無理にさせられているように言うの??
私の記憶では確か……。

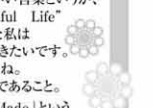
まだ暑くなりつつある頃、私から順造さんへ講演会のようなものを開きませんか？と提案しました。
その時順造さんは満面の笑みで「おおやるやる！握手だってするぞ！」と喜んでいるようにしか見えませんでした。正直ノリノリ？(笑)
実際、当日の話しも一時間ほどの予定が、熱く語り、盛だくみに三〇分ほどオーバーして話し続けたではございませんか順造さん…。
多くのお客様にお越しいただいた照れ隠しだったのかしら？と後になって想うのでした。

●『順造さんが語る会』は YouTubeで」覧いただけます。
http://www.junzosen.com/site/katarukai/

Martha Stewart

アメリカのマーサ・スチュワートさん

日々の生活をより楽しくしていく為、彼女は料理、インテリア、食品、雑貨などを紹介しながら、その生活提案をされています。
そのコンセプトは
"To Live Beautiful Life"
私はこの「Beautiful Life」の日本語をまだ見つけ出せずにいますが、いい言葉というか、表現が好きです。"Beautiful Life"
人生の晩年を迎えた私は更に深くビューティフルに生きたいです。
皆さんもそうでしょうね。
そのためには まず健康であること。
彼女は最近「American Made」というサイトをつくり、中小企業の人々が作られている良い"Made in America"商品の紹介に努めておられるのには感心します。



Martha Stewart で検索されますと彼女の素晴らしいHPが見れますよ。

順造逸選

順造さんが今、お勧めしたいこと

匠の技

分厚く硬い爪に

WP37-871
匠の技 ニッパー爪切り
（ステンレス製）
本体価格3,150円／税込み3,402円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

硬い爪、巻き爪、分厚い爪の方必見！ ニッパー爪切り

私の足・親指、小指の爪が厚くて、固く、普通の「つめきり」では刃の部分が厚い爪に入らず、苦労していました。
皆さんの中にはそのようなことで困って居られる人も居られるかと思い書いています。
この「つめきり」は固くて厚い足指の特に爪の両端部分もきれいに切ってくれる優れものです。それ以上の説明は不要ですね。日本製でステンレスで出来ています。
年をとってくると一寸したことが気になってくるので、気持ち良く過ごすには、良くて便利な道具小物は大事にしたいものです。

足元が暖ったかーい！ レッグウォーマー

この足を暖めるウォーマーは若い女性用とばかり思っていました。年だからでしょうか。膝から先が寒いというか冷えますので、このレッグウォーマーを履いてみようと付けてみて驚きました！
暖ったかーく気持ち良いのです。若い娘達はこんなものを上手に利用しているんだと感心してます。
一、裏地にシルクを使っているので肌触りがなめらかで、ふんわりした感じ
二、ゆったり編んであるので足をしめつけなくて快適
三、そして暖かい
男女を問わず高齢者の方々、一度これを履いてみて下さい。驚くりされますよ。

肌に触れる面はシルク。なめらかな肌触りはクセになります。外側は丈夫な綿素材。

（日本製）
WP37-786 BK
順造生活レッグウォーマー
（ブラック）
各色：本体価格1,500円／税込み1,620円
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

Silk & Cotton

雑感

私は子供の頃から余り人付きあいが苦手なほうではありません。基本的には人と群れるのが性に合わないのです。
三〇代半ば頃、中村元先生訳の岩波文庫「ブッダのことば」の中に「犀の角経」という短い経典が、その中で釈尊が「犀の角のようにただ独り歩め」という言葉を繰り返し、繰り返し述べておられるのに出会い、これなんだと思ったことがあります。
この「ただ独り歩め」は「犀の角のように」の中に「犀の角経」という言葉を繰り返し、繰り返し述べておられるのに出会い、これなんだと思ったことがあります。
この「ただ独り歩め」は「犀の角のように」の中に「犀の角経」という短い経典が、その中で釈尊が「犀の角のようにただ独り歩め」という言葉を繰り返し、繰り返し述べておられるのに出会い、これなんだと思ったことがあります。
紀野先生はこのように書かれています。
「『ただ独り歩め』、それは孤独や絶望として歩む、ということである。他人といつもいっしょに居ようと思うな…。ほんとうにいつもいっしょにいるものが本当の人間なら、一人で堂々と歩けるはずである」と。
二年程前、伊那谷に住む加島祥造さんの「ひとり」という本に出会いますと、その中で氏は「独は孤ならず」「ひとりだ、でも淋しくはない」と述べ、「ひとりは自立した自分を意識することだ。その自分は何か大きなものとつながる—天と地—につながるという自覚がある。それで独りであることに耐えられる。」そうだ—そのとおりですよ！
とうなづいていました。

私の居場所

仕事場での居場所、個人としての居場所、いろんな所に自分の居場所があるのですが、自分の居場所は誰かが作ってくれるものではなく、自分が創っていくしかありません。いろんな所で仕事をしてきました。嫌なことも沢山、たくさん出会ってきましたが、その中で少しでも楽しく生きていきたいと思うのですから、どこかに「楽」を見つけ、感動できる自分をつくっていかなければなりませんでした。
誰も楽しいことを与えてくれはしませんし、喜びも感動も現われてきませんので、自分がそれらを創っていくしかありません。
私はそのようにして少しでも楽しい居場所と感動を創ろうと努めてきました。やればできますよ。人生楽しく美しく生きたいのです。

お客様のお声

赤ちゃん番茶 千葉県 女性 50代 Tさん

以前、旅行中に購入して私に入ってイデイ・ティーを探しましたが、紅茶のほうが郷社の方必見！もられましたが、紅茶のほうが郷社の方必見！
「赤ちゃん番茶」が、番茶味しい、サッパリしていて美味しいと！他の番茶も色々試しましたが…。
また、届いてすぐに水出しにしたところ、アンケートを書いておりますと思います。
嬉しいお便り有難うございます。カフェインが少ないので安心だけでなく、年をとると、夜便所に行くことを心配せずに飲めるとも嬉しいお言葉です。
それだけでこんなにお皆さん買われるのかなあ？と疑問を感じましたが、まず番茶味しいのが、とお手紙を頂き、そうなんだと納得しました。
お手紙を頂き、そうなんだと納得しました。

クランベリージュース 埼玉県 女性 60代 Fさん

愛飲歴二年四ヵ月目です。社長さんの書かれた新聞を送って頂き読ませていただいていると多くの方々の感謝のお手紙が有り、私も一度手紙を出させていただこうと思っていました。
若い頃に何度か膀胱炎の経験は有るのですが、その回数が年齢とともに多くなり五年十年前位からは一年に七～十回位と我慢の限界を越えました。
地方なもので泌尿器科も近くには無く内科を受診していましたが、あまりにも頻繁に行くので少しおかしいな？泌尿器科にまわしたらと言われ薬を処方されました。
結局全部に有ったことにしても有るような膀胱炎を繰返しました。ある日、ラジオで「クランベリージュースが良い」と言われました。その最後にクランベリージュースを探しながら何軒目で責社のクランベリー飲り遅スイ！を見つけました。
それ以来ずーっと飲んでいます。一日二〇〇ｃｃ～三〇〇ｃｃ位です。それからと言うものの最初の一年位は何もありませんでしたが、一度だけ泌尿器科へ行きましたがもう一年半位は何もありません。足期的に泌尿器科で検査を頂いています。
本当に感謝しています。わりがとうございます。
クランベリージュースにめぐり会えたことに……。

【順造さんからお返事】
クランベリージュースはなぜ性の味方ですよね。不思議に女性の膀胱炎には効果があるようで驚きます。
最近は泌尿器科の先生からお問い合わせが来たりします。ご多くの先生方もクランベリージュースを推奨して下さっているようです。何よりも嫌なことが無くなるのですから最高ですね。

スムージークリーム 大阪府 女性 30歳 Yさん

二年前から顔に発疹が出始め、特に十一四月は乾燥に弱く、二日に一回は洗顔をしないとお岩さん状態でしたスムージークリームを塗った翌日に「肌が乾燥しないし」と言ってびっくりして肌の赤みが治まってきて、友人に「肌がツルツルっ」と言われるようになりました。
「ジクミ毛穴が効いた！驚くほどかりイ！」顔に塗った余りを肘に塗ったら、二週間くらいで黒ずみも薄くなって来ました。
副作用のあるステロイドは怖いのでこのクリームがあって本当に良かったです。

【順造さんからお返事】
嬉しいなあ！……ステロイドは恐いものですからね。自然がありのまま治るのが最高ですよ！これから効果がありますよ。手足の荒れだけでなく、湿疹も消えるのには驚きます。

◎お客様の声・お手紙お待ちしております！　採用された方にはもれなく粗品進呈中。