



# 順造選便利

お伝えしたいこといっぱい…の気持ちをこめて。

順造選ショップ 64号  
2017年12月  
無料配信(郵送)をご希望の方は  
0120-103-712  
FAX.06-6443-2025  
http://www.junzosen.com/

## 十二月のお便利

もう12月ですよーあつと言う間に1年が過ぎたー!という想いは皆さんも同じでしょうね。

短いような1年でしたが、いろんな事々が、良くも悪くも、楽しくも嫌なことも、嬉しくも悲しいこともそれぞれ一杯詰まった日々ではなかったでしょうか?嫌なことも、つらいことも過ぎ去って行ってくれる。嬉しいことも、楽しいことも同じように去っていく。もう少し長く居てよーと言いたくなりませんが、とどまってはくれない。

これをお釈迦さんは「無常」と言われました。82年6ヶ月の年月を重ねてきたためか、「とどまることなく、なにもかも過ぎ去っていく」という姿をあらゆるものの中に見て、思いを深くしています。虚しく思うときもあれば、フッと気が抜けたような気分になるときもある。何故か嬉しく、はしゃぐような気分にはならない…。

「あ、おまえは何をしてきたのだと…吹き来る風が私に言う」と書いています。八木重吉さんは「秋になると果物は何もかも忘れてしまつてうっとり実つてゆくらしい」と何とも言えない心の奥底を描き出しています。こんな言葉の中に「無常」を見る事ができるように年を重ねてこれたことを嬉しく思う年の暮れ12月。皆さんはいかがですか?

紙の上に想いを書き連ねてみますと、何か気持ちがはつきりしてくるような気がします。

**おすすめの音色**

**クラ・カンパネラ**  
**ヴィルトゥオオーゾ・リスト!**

辻井伸行さんのピアノが評判なので聴き始めましたら、やはり素晴らしいですね。なんと透明な澄んだ染み入るような音色、目が見えないのに、これほどのテクニック!!!想像もできないほどの練習量、ハンディキャップの克服努力はいかばかりかと思ってしまうます。たくさんCDが出ていますので、どれでも良いので、まず聴いてみて下さい。心が和みますよ。素晴らしい!!!

## 順造さんの旅日記

わずか1日半の滞在…。

## シドニー2泊の旅

シドニーは私の大好きな街の一つです。シヤレた街で総てのものがコンパクトにまとまっていて、買い物も食事も素晴らしいですよ。短い旅のときはシドニーの真中にあるハイドパーク前の「SHERATON ON THE PARK」の公園に面した部屋に泊まります。

次我真つ先に行く所が私にはあるのですよ!!  
DAVID JONES百貨店地下食品売場の生カキを食べさせてくれるカウンター。ここで各産地別の生カキをCLOUDY BAY

白ワインと一緒に次々と食べる至福の時!!美味しい!!なんとも言えない気分にはひたる。この次に行くのはQUEEN VICTORIA



何か食べてばかりの旅だったようです。



この建物の中に入っただけでそのため息の出る豪華な内装というか、その豊かな雰囲気には酔わされる気分は寸他では味わえないものがあります。ここから5分程度歩くと二寸小振りのSTRAND ARCADEがあり、ここもなかなか趣があります。散髪屋さんもシヤレていて、なんとも言えぬ雰囲気です。



さて今晩はシドニーで1,2を争う期待のイタリアンレストラン、MACHIAVELLI RISTORANTE ITALIANOに向かう。ここでは白ワインを飲みながら山盛りのムール貝をむさぼり食べ、次は海鮮のパスターが最高でした。これで満腹!!!



## ワインの話

「レストランのワインについて」(11月号の続き)

グラスワインといっても店が選んだものですから、そう当たりさわりのない味というか、一般的に好まれる味のものを選んでる筈です。【注】グラスワインは、1本の値段に換算すると、より高くなると思いますのでご注意ください。

グラスワインの味では満足出来ない場合赤のグラスワインを注文し、その味を基準にして、

◎もう少し軽目というかソフトなものとか  
◎もう少しヘビーなしっかりした味のものをとソムリエさんに言って1本ワインを選んでもらうのも良いですね。そのとき、ワインリストの値段を指さしながら、これ位のものをと言えばソムリエさんも選び易いでしょう。

5~6人位で食事をするとワインを3~4本開けることが出来ますのでいろいろ楽しめます。そう考えますとワインという酒は1人、2人で飲むよりも、もう少し多人数で飲むのがよい酒ということになりますね。1本で7グラスとすると、6~7人位が丁度良い人数なのかもしれません。

※もう一つ良い方法がありますよ。私は自分の飲みたいワインをレストランに持ち込むようにしています。

- ①ワインの持ち込みが出来るかどうかを予約時に尋ねます。
- ②OKであれば持込料も尋ねます。大体2,000~3,000円位
- ③持ち込む場合、前もってレストランに届けておくとう良いでしょう。

※これは自分が好きなワインをより安く、美味しく飲む方法の一つです。

## 本便利



「ひつりよがりのものさし」 新潮社 坂田和實  
いい本です!美しいもの、美しいに関心のある人、考える人には素晴らしい本です。「古道具坂田」のご主人だそうです。写真とその横に書かれていたエッセイは秀逸!!!何か杉本博司の古美術への見立てに通じるものがあるように思います。本の装幀も素晴らしい。

## 健康 ロメモ

## ご存知ですか? 目薬の使用期限

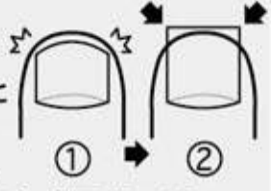
先日、眼科医院に行き、目薬を近所の調剤薬局で頂き、何ヶ月も目薬を毎日使っているが、目の「ロ」ロ「ロ」感(はやり)は治りませんかとか雑談をしていました。薬局の方が目薬を開けたら使用期限は1ヶ月ですよ。1ヶ月過ぎたら捨てておられますかと言われ驚きました。目薬を開けたら1ヶ月で使い切る。残ったら捨てるなんて考えたこともありません。なくなる迄使っていましたよ!!! 皆さんは如何ですか?この歳になって初めて知ったことです。医者もそんなこと言ってくれたこともありませんでした。ドラッグストアで売っている目薬の説明には書いてなかったように思います。



いろいろ

今日は皆さんに雑談を…  
「巻き爪」と言うのをご存知ですか？  
足の親指の爪の両端が指の肉に喰い込み痛くなるのですが、これは爪の切り方を間違うと起ってきます。

親指の爪を切るときに【イラスト①】のように切ると両端の爪の切り口が指に喰い込み痛くなるのです。



それを防ぐには爪を丸く切らず平行に近く切ると巻き爪になりません。私はそれを知っていながらこの9月に丸く切り、巻き爪になり痛い目に遭ったのです。皮膚科に行き、親指の根元に4本の局部麻酔の注射をされたのですが、これがまた目玉が飛び出る位痛いです。その後、喰い込んだ爪をメスで取り取りますよ。

今、行われている方法は切り取った後の爪にプラスチック(不確)のような偽爪を継ぎ、再度喰い込まないようにして爪を伸ばしていくのです。

2ヶ月位すると、偽爪がポロツとはずれるそうです。私は今40日位なのでまだ付いています。足の親指の爪を切るときはくれぐれもご注意ください。

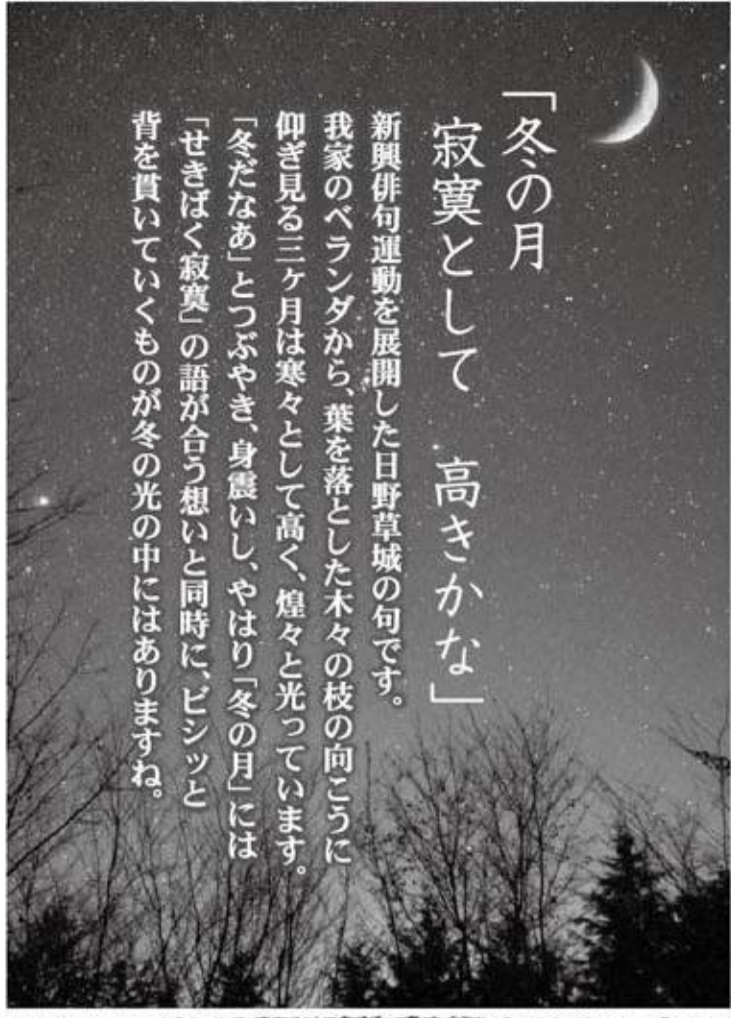
\*\*\*\*\*  
両端を短くして【イラスト①】のように切り込まず、【イラスト②】平行に近く切ること。  
\*\*\*\*\*

ご存知でない人も多いようですので書きました。



もう二度とあんな痛い思いはしたくありません!

皆さんも爪を切る時はくれぐれもお気をつけ下さい!



「冬の月」  
寂寥として、高きかな」

新興俳句運動を展開した日野草城の句です。  
我家のベランダから、葉を落とした木々の枝の向こうに  
仰ぎ見る三ヶ月は寒々として高く、煌々と光っています。  
「冬だなあ」とつぶやき、身震いし、やはり「冬の月」には  
「せきばく寂寥」の語が合う想いと同時に、ピシッと  
背を貫いていくものが冬の光の中にはありますね。

**スタッフ 森下**  
「買ってよかった!」  
「ちよこ」と紹介♪  
ミニトマト100%ジュース「希」  
ウイスキーで有名な北海道余市群仁木町で育ったミニトマトだけ  
なんと糖度は果物並みの8〜9度  
収穫は一粒ずつ手摘みです  
トマトのヘタも一つずつ手で取ります  
大変な手間ひまをかけて大切に育てられたミニトマトは、一般的な  
トマトジュースとは一味も二味も違い、濃厚なフルーツジュース  
のような美味しさです。塩も一切入っておらず健康的で、ココも  
しつかりあります。多大な労力で作られるため、生産本数も  
限られた貴重なものです。  
お客様が来られた時にお出しして、美味しさ自慢しています(笑)

INR8183  
ミニトマト100%ジュース「希」(710ml)  
税別2,546円/税込2,750円  
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

砂糖不使用  
アルコール0%  
温めてそのまま飲める  
カップ入りの  
ストレートタイプ。

蔵の甘酒(1本/180g)  
●GFT60873 2種6本セット  
(生薑3本・生薑入り3本)  
税別840円/税込908円  
●GFT96512 プレーン味 12本セット  
税別1,540円/税込1,663円  
●GFT96512 生薑味 12本セット  
税別1,540円/税込1,663円  
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

切り方で味が変わる  
ぬか漬け二年沢庵  
昔風の美味しい沢庵を皆さん  
に紹介していますが、その沢庵  
をそのまま輪切りにして、普通  
食していますが、このように刻  
んで食べますと、また違った  
味がするように思いますよ。  
私は輪切りと、刻みと2つの  
切り方で、この沢庵を毎日  
食べております。

昔ながらの材料で  
2年ぬか漬けた  
FOD9621  
ぬか漬け二年沢庵(1本)  
税別850円/税込918円  
詳しくは、フリーダイヤル 0120-103-712

順造逸選  
順造さんが今、お薦めした5品

米麹から造った  
甘酒  
甘酒なんて何十年振りか  
この甘酒を食し驚きました。  
私の田舎では甘酒を温めるも  
のだと思っていましたが、今夏  
甘酒を冷やして飲むことを  
知りました。冬も近いので温  
めての甘酒は如何かと思いま  
す。アルコール分はゼロです。  
一人前カップ入りなので便利で  
すよ。久し振りに飲む甘酒は  
昔、その遠い子供の頃を想い  
起こさせてくれます。

私の居場  
家のベランダから目の前一杯に広  
がる10月末のニレ、ケヤキは透き  
通るような薄黄緑から、日に日に  
黄色に移り行く見事な景色を見  
せてくれます。これが茶褐色に  
変じ、木々の枝を離れていきま  
す。その向こうにあるモミジの林  
が黄金色から赤色を混ぜつつ林  
を真っ赤に染めていくのは11月中  
頃からです。そのようなモミジ林  
も20年も前から毎年5cm×10  
cm位の小さなモミジを50本位、  
10年植え続けた結果です。

雑感  
ケヤキとニレの木々も3m位のも  
のを8本植えたものが今10mを  
越え、見事な姿を見せてくれてい  
ます。自分が動くことにより変  
わっていった姿を目の前に見て、  
つくづく動くことの大切さを実  
感する。何かを動かすには、何か  
を変えるには自分が動くしかあ  
りません。変わらないことを嘆い  
ても何も動かず、変わらない。  
自分が動くことで、目に見えぬ大  
きな力が動いて下さるのですよ。  
そのような景色を眺める中に  
キース・ジャレットのピアノの調べ  
が流れていく。これを極楽と  
言うのであります。

人生を生きていく中で、自分の力  
ではにっちもさっちもどうにもな  
らない場面や、もう駄目だと絶望  
的な気持ちになるときは誰にで  
もあるだろうと思えます。  
責任ある立場に立つ人には特に  
そのような場に突き当たったり、うず  
くまることが多いのではないでし  
ょうか。私もそのような場面に  
数回出会いましたが、一番つらいの  
は自分の力ではどうしようもな  
くない状況だったように思います。  
振り返ってみますと  
① どうにもならない、自分の力で  
は解決できないときには  
② その問題はまずあきらめる、  
悩まない。なるようになれと、  
腹をくくる。  
③ そして別の仕事なり、事に全力  
を傾けていくことで  
④ 何か出口が見え、道が拓けて  
きたように思います。  
⑤ 神仏は自分を見捨てなかつた!  
自分に生きよと出口を開けて  
下さった!

順造さんからお返事  
クランベリー 広島県女性 82歳 K.Y様  
私は後期高齢者になる頃から度々膀胱炎  
が出て、その都度病院から抗生物質の薬が  
処方され一時は快方するのですが、又出るの  
くり返して精神的にも落ち込み何とか良  
方法は無いかと悩んでいたとき娘が偶然  
人からクランベリーの話を聞き早速のみ始  
めました。  
段々とその間隔がのび、今ではほとんど膀胱  
炎は出ていません。  
有難うございました。感謝しています。

順造さんからお返事  
クランベリー 兵庫県女性 46歳 T.A様  
順造さんのお薦めのクランベリーも参考に  
なり、手に入れたら満足しています。  
ジュースも毎日愛飲しております。私の風邪は  
ノドから…とそんなドロップや薬を飲んでも  
結局ひどくなってしまふのですが、「少しおかし  
いな」という時に、クランベリージュースを  
よくなりました。一度も風邪をひいており  
ません。本当に効果絶大の良薬に  
出会えて感謝です。ありがとうございます。

お客様の声  
人参のミックス 和歌山県男性 88歳 T様  
私は現在88才で数年前から嚥下症状で  
水分をゴクンと飲むことが困難で  
非常に苦慮しておりましたが「人参りん  
ごミックス100%」を試飲してみると  
不思議な程喉通りよくむせる事もなく、  
又美味で毎朝ゴクンゴクンと飲んでい  
ます。有難うございます。

順造さんからお返事  
人参のミックス 和歌山県男性 88歳 T様  
歳をとると喉が弱くなりますね。私もむせる  
ことが時々あり、喉を鍛える運動を始めました。  
人参りんごミックスは適度の濃さがありさらっ  
としたので、お役に立っているのかもしれないま  
ねね。便りで紹介しています本を読んで、簡単な  
喉の運動をしましょう。