

第二十七回 元気が出る信念会



1月6日にヒルトン名古屋にて第27回元気が出る信念会が開催されました。

伊東実行委員長の実況によるバスケットボール、ボクシングで競う

「モーリンピック」も大変盛り上がり、明るい一年のスタートを切る事が出来ました！

2020年もよろしくお願ひ申し上げます。

変わるために必要なこと

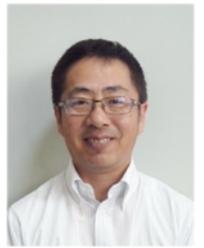
森 直樹 (代表取締役社長)



私達が住む世界は、日々変化しています。10年前、5年前と比較しても、その当時無かったものを私達は使い、また行っていなかった新たな習慣が始まっていたりするでしょう。つまり自然と日々私達は変わっています。ただこれを自然にではなく、意図的に変えて行こうとする場合は何が必要とされるのでしょうか。それにはまず行動を変えることです。朝起きてからの習慣、日々取り入れる情報の入手先、仕事、あるいはプライベートで会う人...意図的に変えられることはいくつでもあります。語学を学ぶ、自身の顧客先を新たに獲得する、新たな趣味を見付けるなど、目的は様々でも、何かを変えようと頭で考えて済む場合はそれで良いかもしれませんが、それでも難しい場合は行動を変えることで確実に変化があると思います。暗い気分のときでも、口角を上げ笑うことで、気持ちも自然と明るくなるという話がありますが、頭で考えるより先に行動を変えることで自分自身の考えや物の見方が変わるということは十分に効果が見込めることだと思います。変化の早い時代と言われますが、自らを変えていこうとするための行動が自身の幅を広げ、また進歩させていくものになるでしょう。

西国三十三所巡礼 (4)

村田 恒夫 (総務部)



今回『西国三十三ヶ所巡礼 (4)』は、JTB旅物語の西国三十三ヶ所巡礼日帰りバスツアーに申込み、第四番札所の施福寺 (大阪)、第五番札所の葛井寺 (大阪)、第九番札所の興福寺南円堂 (奈良) へ行ってきました。第四番札所の施福寺は、葛城山脈の北、槇尾山の山腹、標高 530m の位置にあり、西国三十三ヶ所のうちでも屈指の難所といわれています。施福寺への山登り前に、槇尾山観光センター (お土産屋) にてお茶を買い、杖を無料で借りて (事前に、バス車内で先達さんより杖を借りるようにアドバイスがありました) 出発。最初はアスファルトの坂道が続くのですが、数分歩くと仁王門、その先は石段が登場、それ以外にも山肌にチェーンが登場します。約 40 分間の石段上りの末、やっとの思いで施福寺の本堂にたどり着き参拝することができました。帰りの下りでは、膝が笑い、足がガクガク状態で最悪な状況でしたが約 30 分かけてバスの待つ駐車場に着きました (難所を無事に参拝することが出来てホッとしました)。



第五番札所の葛井寺 (ふじいでら) は、商店街の近くにある親しみやすいお寺です (大阪の藤の名所)。参拝後には、南大門前にある「葵屋」という小さなお土産屋さんで、私の大好きな葛井餅 (くずいもち) をお土産に購入しました。第九番札所の興福寺は、文化財の宝庫といわれるだけに、広大な境内に国宝、重要文化財の建造物が立ち並んでいます。のんびりと境内の諸堂塔をめぐる予定でしたが、交通渋滞で拝観時間等が大幅に短縮され南円堂のみの参拝でした。今回の巡礼は、難所の施福寺を参拝することが出来たのが成果かな!? 還暦を過ぎての山道・坂道・石段等かなり辛い訳ですが、景色を眺めながら何回も休憩をして本堂にたどり着いた時の達成感は最高でした! 現在は、日帰りの観光巡礼ですが、巡礼をしていくことで、やがて参拝のありがたさが分かってくるのではないかと感じています。

新年会

伊東 義弥 (特販部)



毎年 1 月 2 日に高校の部活の同期の仲間と集まって新年会をしています。元々 1 月 2 日は新年 1 発目の部活始まりの日で、この日は OB などが集まり、顔合わせを兼ねて交流試合をする日でした。社会人になってから数回は部活に顔を出して、その流れで夜に新年会をしていたのが始まりです。今では毎年 1 月 2 日が同期が集まる日となりました。高校卒業してからは大学進学組も多く、比較的集まるのも容易でしたが、年を重ねるごとになかなかみんなの予定を合わせるのが難しく、全員が社会人になってからは、人数が集まらずやめようと思ったこともありました。しかし、人数が少なくてもやろうという声もあり、1 月 2 日の新年会を続けて来ました。なんとなく私が幹事をするようになり、みんなに声をかけて集めるのですが、ふと気づくと今年でちょうどこの新年会も 10 年目となりました。今では結婚している仲間も増えて奥さんや子供も連れてやってきます。もちろん私も家族総出で参加しており、今では奥さん同士も仲良くなって家族ぐるみの仲になっています。継続するというのは簡単そうでなかなか難しいことではありますが、昔の仲間と会える大切な場として今後も続けていきたいと思っています。

長い別れ

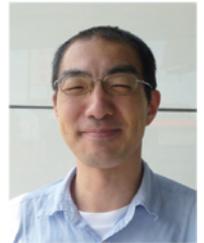
大石 耕平（東京オフィス）



喫茶店でパソコンを開いて働きマンになっていた僕の隣席に客がやってきた。画面から目を離すとそこには大人3人。80代の夫婦と思われる男女と、見たところ50代後半の息子と思われる男性。日時は土曜の夕方。とある郊外のコメダ珈琲店にて。エクセルファイルの彼方から聞こえてくる彼らの会話に違和感を覚えるのにそれほど時間は要らなかった。会話が子供を相手にしているような内容なのだ。「うるさいなー。仕事してんだよ。」と思いながら違和感の正体を突き止めようとアクビをする真似をしてチラ見する。子供はいない。でもどう聞いても若い親が子供に話しかけているような調子なのだ。「今日どうだった?」「そう！良かったねえ！」と話しかけるお母さんに「うん」「そう」と大きな声で応じる息子。そう彼は障がいを持っている大きな子供だった。年離れた両親に障がいのある初老の息子。お金持ちには見えない。大変だなあと彼らの今後の幸運を祈りながら画面に意識を戻す。だが、気になってしまう。彼らの会話に暗い影はなく、むしろ生き生きとして楽しそうだったからだ。息子が「今日はどこどこで誰々と何々をしてきたよ」と話すと嬉しそうに「そう!」「今日は良かったね。そう!」と答えながら、楽しそうに優しい質問を返すお母さん。珈琲を飲みながらうなずくお父さん。お母さんも「今日はどこどこでお父さんと何々をしていたよ」と息子に話しかけていた。僕は一瞬でも、「うっせー」と思った自分の小ささが恥ずかしくなった。この人たちは、こうやって何十年も生きてきたのだ。今日は何をしたよ。今日は良かったね。今日は。今日は。今日は。そうやって小さな今日をひとつひとつ積み重ねながら。良くなかった今日も、うまく行かなかった今日も、たくさんあったはずだ。それでも良かった今日を確認しながら何十年も一緒に歩いてきたのだ。こうやって3人で。話のトーンが変わったのはお母さんが週末の予定について切り出したときだ。高齢のご両親は同じ年代の仲間たちと日帰り旅行をするのが趣味で長年グループの幹事をつとめてきたらしい。彼女は言った。「お母さんね。今度の旅行で最後にしようと思うの。だからお別れのつもりなの」。そのスーパーまで買い物に行ってくると言っているような、特別なことは何もないよと言うような穏やかな口調だった。「みんなにお別れしてくるからね。分かるよね。」この二人は息子にお別れを教えているのだと気付いた。いつかそう遠くない将来、先にいなくなってしまうであろう自分たちのお別れをちゃんと息子が出来るように。僕が想像できないような長い時間をかけて彼らは大きな子供にお別れを教えてきたのではないか。ひとつひとつささやかで良かった今日を数えながら、長い長いお別れを教えている親の気持ちを想像して僕は胸がいっぱいになってしまっ、スマホをいじったり珈琲を飲んだりしてる息子にムカついてしまう。「お前何か言えよ」と。勝手だ。僕もこんなときに言うべき言葉を見つけれないのだから。突然「お母さん!」大きな息子が声を出した。彼は「お父さん、お母さん！おめでとー！よくできました!」と続けた。向かいに座るお母さんが手を伸ばして息子の手に触れるのを僕は見た。老いた二人の目もとに涙がたまっているように見えたが確証は持てない。自分の涙が邪魔をしてぼやけて何も見えなかったからだ。彼らが去っていった後も仕事ならなかった。勘弁してくれよ、今日を大事にしたいと決めただけなのに。

本州最北端

松井 宣和（製造部）



長期連休を利用して本州最北端に向け ETC 夜間割引を使って午前零時に自宅を出発。中央自動車道を使い、新潟県経由で青森県下北半島大間町（本州最北端）を目指して、新潟県朝日まほろばインターまで高速道路使用しここで終点（高速道路部分開通）。降りてすぐに道の駅朝日がありここで1時間の仮眠と朝食、時刻は午前8時一般道国道7号線を北上していき秋田県男鹿半島・青森県津軽半島竜飛岬同じく青森県下北半島大間崎を海岸線にそって最終八戸まで一筆書きを目指して各名所を巡り。最初の目的地の男鹿半島にあるゴジラ岩は見る角度によってはゴジラに見えなくもなく、男鹿水族館ではリクガメがのんびりしていて癒されます。寒風山展望台車窓は風通りがいいのか周りは草しか生えていなかったです。普段から風が強いところかも？青森県は入り青池・太陽光線の加減で美しく青く光る池ですが時間帯があわずイマイチ。黄金崎不老不死温泉は午後4時30分のクローズ時間に間に合わず断念。秋田犬マサルは犬小屋に居らず留守でした。高山稲荷神社・青函トンネル記念館・津軽海峡冬景色歌謡碑は想像以上に大音響で石川さゆりの美声が響きます。階段国道339号・弘前城・世界一長いサクラロード・浅虫温泉・恐山・仏ヶ浦では、遊覧船を使わず徒歩で仏ヶ浦まで早朝夜明け前に海岸線を散策中、海岸を50メートルぐらいショートカットしようと中州に入り込んだところ、残り5メートルぐらいで右足を滑らせてしまいひざ下まで水につかりました。最悪です、海岸線までやけくそで渡り切りズボンの裾を絞っているとスマホがなく...探しに戻りました。薄暗い中...ありましたスマホ...水の中に。しかもスマホから泡吹いています。もう一度右足が滑ったところに右足を突っ込みようやく回収しました。10分ほど水につかってしまいましたが無事電源が入り安心しました。大間崎では天童よしみの歌謡碑・みちのく慕情があります。こちらの歌謡碑は歌ってくれませんでした。竜飛と比べて地味な印象。本州最北端証明書をもらい尻屋崎灯台で生うに井を食べて帰ってきました。半島3つで80時間3000キロの旅でした。

第56回光文堂新春機材展



本年も、森松は様々な展示会に参加させていただきます。宜しくお願い致します。

体づくり

加藤 俊輔 (裁断部)

僕は学生時代から野球をやっていて体をよく動かしていました。それとは別で体を鍛えることが好きでした。筋トレをすともうこれ以上できない！と限界が来る、その時鍛えている部位がパンパンになり震えだす、でも死ぬ気でやればそこから2回ぐらいはできて限界を超えると崩れ落ちる。この限界を超える興奮と成果が表れた時の喜びが癖になり、プロテインを飲んだりして筋肉を太く、大きくする事ばかり考えてやってきました。ですが昨年野球選手のイチロー選手が現役引退し、ある番組で元プロ野球選手の稲葉さんとイチロー選手が対談していて、そこで僕の考えが一転することを言っていた。「人にはそれぞれ生まれ持った自分のバランスがある」「体を動かし、筋肉を支える関節や腱は鍛えることができない。自分に合った筋肉量を超えるから支えられなくなって怪我をする」この話を聞いて衝撃を受けました。確かに体を大きくすればするほど重たくなりパワーはついてもスピードが衰え良いパフォーマンスができなくなる。筋肉で体が大きい人、ただ太って大きい人、どちらも自分の体が耐えられなくて故障する点では同じ事で筋肉だからいいというわけではないんだと思いました。この話を聞いてからはプロテインを飲んだりして大きく、太くすることをやめ体を絞りながらトレーニングをして自分にベストな体を作っていきたいと思いました。怪我をしにくい体を作っておくことはそれだけ長く運動を続けられ、健康で過ごすことができ、仕事を長く元気にやれるということになる。年をとっても若いものに負けない体力のある体を作りたい。

