



TOYOIRYO GAKUENSANAI

THE ONLY THING MORE EXTRAORDINARY
THAN THEIR MUSIC IS ITS FESTIVAL



SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FE



思い出深い学園祭になりました。このことを忘れることはないでしょう。

今までの学園祭の中で、もっとも記憶にのこる学園祭になりました。

SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



夜間部 1年
本郷 隆一 東 真豊

SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TO



SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FE



ふたりで踊るのは2年目でした。まさか同じクラスにダンスできる人がいると思わなくて、みんなの前で踊る機会があつてうれしかったです。ありがたいことにアイドル級に可愛い2年生のおかげで満員御礼。最高に気持ちよく踊れて幸せでした

昼間部 3年
綿谷 杏梨 & 保坂 萌衣

SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!

初めての学園祭楽しかったです！
来年もたのしみー!!

はじめての学園祭すごく楽しかったです！
サーターアンダーギー好評でした！
でも、来年は絶対揚げ物はしません！



昼間部 1年
糸井 夕奈

有吉 雪野

TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



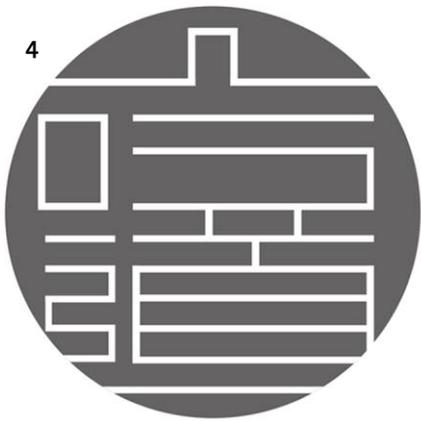
TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!

「今年は早い段階から練習しよう！」と
2人で言っていたけれど、結局本番3週間
くらい前からの練習になりました。
練習スタジオをかりることができな
かったり、去年よりも難しい振り付け
だったり、いろんな問題もありま
したが、大きなミスなく終わることが
できてよかったです。

次は国試前になるけれど、レベルアップ
して最後の学祭でも踊りたいです！

昼間部 2年
池田 和香奈 & 高垣 未結

TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL! TOYO SCHOOL FESTIVAL!



G I N D O
M A S A H A Y A S H I

和歌山県海南市にある中野上^{なかのかみ}公民館で「いきいき教室」の詩吟講座をはじめて早3年。詩吟の楽しさを満喫している樋川です。みなさん、お元気ですか？

最初は5名からお試し体験ではじめ、今では13名のみなさんが月に一度集まり吟じています。詩吟の練習は各流派や先生方によっていろいろあるようですが、今回はふだんの練習内容を書いてみます。

最初、今日の吟題を黒板に書き、振り仮名にアクセントの線を引きます。そしてみな

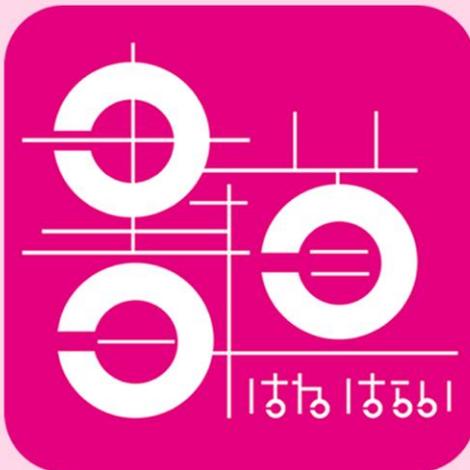
で「いちのたにの、ぐんえい」と読んでいきますが、和歌山弁？

(関西弁?)が強いといくらアクセントに気をつけていてもうまく読めません。例えば、今回紹介する青葉の笛は「あおばのふえ」は「あ」と「え」にアクセントが入ります。ふだんのように「あおばのふえ」と読むと関西弁のような感じ^{なかにだま}に聞こえます。1句目にある「ささえず」は「ささえず」のように中二高というアクセントになります。うち出るようになってくるのを信じて。一節ごとに私が吟

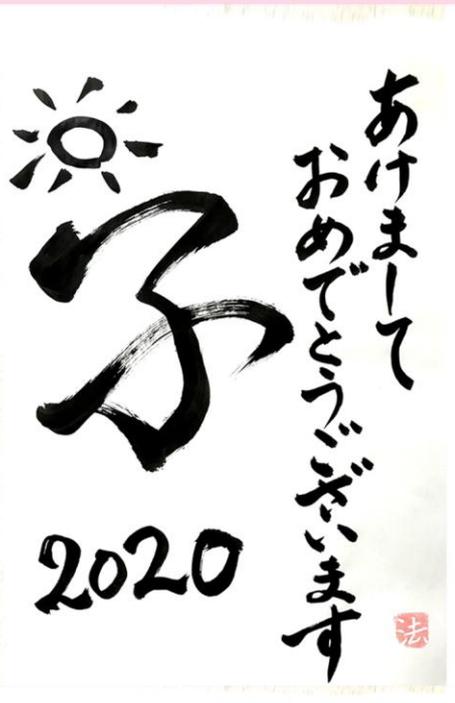
1つ目の「さ」、2つ目の「さ」は「レ」と「ファ」の音階で、この音の変化がきちんと出せないと中途半端な音に聞こえ、よくありません。これを一つずつきちんと音の変化を確認していきながら声を引かずに読んでいきます。声に引くや出すなんてあるのか?とイメージしにくいですが、私も最近やっとわかってきました。ふだんのおしゃべりの声は引き気味です。「おなかすいたな」と普通に言ってみてください。「おなかすいたな」とこんな感じ。「お」や「す」に少し力が入って後は口の中で音が響いていませんか?これをハッキリと最後まで「おなかすいたな」とお腹の力を緩めず言います。狂言師が言うようなイメージ。これを意識して4句を5回くらい読んでいくとちょっと汗ばんできます。常にお腹を意識して声を出す、口をしっかりと動かして発声することがポイントです。大体ここまでで30分くらいかかります。

さて、次は母音を確認していきます。詩吟は母音で節を作るので「いちのたにの」であれば「の——」を伸ばすと「お」になります。これを一つずつ確認していきます。

「あえいおう」の母音は人によって言いやすさがちがうので(私はいが苦手)出しにくい母音での高い音の節は難儀します。ただ、ここは裏声ではなく地声で。カスカスのほにゃほにゃの声になりますが、地声でがんばります。その



N O R I K A F U J I W A R A



みなさん! あけましておめでとうございます! 2020年もよろしく願いいたします。

さてさて、みなさん年末年始はどのように過ごされましたか? 藤原は年末をベトナムで、年始をテレビ(駅伝)の前で過ごしていました! 年に1度は海外へ!という目標を掲げて1年過ごしています。今年もどこかへ行きたい…みなさんオススメの国があればぜひ教えて下さい^^ そしてみなさんと語り合いたいのが、なんといっても駅伝!! 駅伝といえば箱根駅伝ですね^^ みましたか?

もちろんニューイヤー駅伝も箱根を走った選手が実業団に入って成長した姿を見ることができるので見ますが、なんといっても箱根!! 駅伝にルールなどありません。いや、いくつかありますが、いたってシンプル! 与えられた区間を走りきり襪をつなぐ!ただそれだけ…それだけのことにどれだけのドラマがあるか! 来年も見たい。そして見てほしい!!

年始から選手の熱いパワーを見せてもらったので、藤原も負けずにがんばりたいと思います!!

じたあとにみなさんについてきてもらいます。4句までを何回か繰り返した後、次は立って吟じます。座るのと立つのではお腹の力の入り具合が違うので、息が足りなくなることも減ります。そして最後は苦手な節をおさらいして2人ずつ披露していきます。これで2時間たちます。80歳前後のみなさんが立ったり座ったり、呻ったり笑ったり、にぎやかににぎやか。

今回は律詩からなる「一谷懐古」を勉強していると「青葉之の笛」もしてみたくて！という要望があり2ヶ月にかけて勉強しました。平家物語の「敦盛の最期」にはこう記されています。

源氏軍の熊谷次郎直実は平家の逃げ遅れた大將軍を捕らえて切ろうとするが、我が子と同じ年頃のまだ十六、七の少年ではないか。殺すに忍びないとためらいつつも、手柄を追う源氏軍の者の手にかかるより成仏の供養を続けられるのは自分であると涙を流しながら手をかけた。首を包もうとしたらこの若い公達は腰に笛をさしていた。そういえば明け方に敵陣から聞こえてきた哀愁を誘う笛の音の主はこの人だったのかと周囲の人が皆泣いた。ここから再現されたの「青葉之笛」です。

ここから再現されたのが「青葉之笛」です。

詩の意味：一の谷の合戦で平家は奮戦したもののついに支えきれず、その後の平家の一族の衰れな最後は聞く人を悲しませる。その一の谷の戦いが源氏の勝利のうちに終息したころ、明け方の空には残月がかかっている、平家の陣営のあたりから聞こえてくる笛の音がある。こんな折、哀愁を誘う見事な笛を吹くものはいったい誰なのであろう。

青葉之笛
松口月城

一谷軍營遂不支
平家末路使人悲
戰雲收處有殘月
塞上笛哀吹者誰

一の谷の軍營遂に支えず 平家の末路人をして悲しませむ
戦雲収まる處残月有り 塞上笛は哀し吹きし者は誰ぞ

北川講師の授業で美容鍼を学びました。北川講師の美容鍼は鍼管を使わず施術をするスタイルなので新鮮でした。僕たちも鍼管を使わず、紙コップに鍼だけ持って刺す練習をしたりしましたが、なかなかうまくいきませんでした。講師に「攢竹穴」へ刺してもらった際は、みんな自然と涙が出て、目の奥が暖かくなり、目の疲れが吹き飛びました。さらにいろいろな鍼をしたのですが、僕が腰痛で途中から授業を見学していたら北川講師が腰に施術をしてくれと言ってくれたので、実際に施術を受けることができました。まず「焼き鍼」で腰に鍼を刺していき、腰の痛みはその時点で5割ほどマシになっていましたが、さらに「陽陵泉穴」に鍼を刺し「運動鍼」で腰を治していただきました。2点の施術に関して共通することは強刺激でしたが、腰の痛みはきれいさっぱりなくなっていたのがとても驚きました。

**北川毅先生
特別講義**

こんにちは。私は今年6月から豪華客船で鍼灸師として働きだしました。約2ヶ月ダイアモンドプリンセスという大型船で働いていました。現在はトランスファード Seaborn Quest という小型船に乗っています。

鍼灸師はスパに所属します。スパにはマツサージセラピスト・ファイシャリスト・ネイリスト・美容師・フィットネスインストラクター・鍼灸師・マネージャー・メディスパドクター・seabornのみやインドフルネスコーチがいます。このチームで毎クルーズ会社から提示される目標額を達成できるようにがんばります。

鍼灸師の基本的な活動は治療・セミナー・コンサルテーション・漢方などの物販です。

陸で働くのと大きな違いは7日から数週間ごとにお客さんが入れ替わるので毎回セミナーなどで集客が必要などです。また火を使うお灸は使えません。スケジュールはエンバケーション・ポータル・シー・dayでちがいます。

例) sea day 1日 地中海の上で1番忙しい日です。

7時半 出勤ミーティング

11時 セミナー

12時 一飯

15時 セミナー

18時 一飯

21時30分 退勤

大きい船と小さい船では多少ちがいますが大まかには2回セミナーがあり、それ以外の時間は治療やフリーコンサルテーションの予約を入れます。

プリンセスはクルーである私たちもお客さんのエリアに行くことができ、ピュッフェで食事をしたりショーを観たりできます。seabornは基本ゲストエリアには自由に行き来できません。ですがたまにクルーのための行事があります。そして小さい船ならではの場所に行くことができます。

どの船でもお酒好きな人は毎日クルーバーで安くお酒を飲んだりもできます。ほぼ毎回がうポートに着き、休み時間には外に出ることが出来ます。

私は日本・ロシア・台湾・韓国・カナダ・アメリカ・チリ・アイスランド・グリーンランド・アルゼンチン・ウルグアイ・ペルー・エクアドル・パナマにこの6ヶ月で行きました。

今は世界一の最低気温の記録を持つペンギン天国の南極で鍼灸をしています。



卒業生 第10回 リレー連載

9期生 昼間部
平成24年度卒業

豪華客船鍼灸師
松浦 亜矢 先生





同じ資格をもっている、分野によって治療法や考え方が違ってくる中で、今回はトレーナーの分野について学びました。実技では主にストレッチをしたのですが、ストレッチでもさまざまな方法、身体の使い方、伸ばす方向、意識を変えるだけで同じストレッチでも効果が大きく変わり、無駄なく筋肉にアプローチできるのを自分の身体で実感できました。そして、トレーナーは選手のパフォーマンスを上げるために多くの知識が必要だと知り、特に多くの経験

を積むことでいるんな選手と二人三脚でパフォーマンスを上げる楽しさがあるのかなと感じました。

そして、選手が活躍し、チームで優勝できた喜びを分かち合えるのもトレーナーの醍醐味なのだとわかりました。僕も将来的にトレーナーになりたいので、今回の講義を受けてトレーナーの楽しさを身体で実感できたので、いい経験をさせていただきました。

夜間部 1年 小西 将矢

青いりんご

中国見聞

お正月休み中に家でテレビをつけると、建築家安藤忠雄のスペシャル番組でした。彼は日本国内で有名なだけでなく、世界でも高い知名度を持っています。ヨーロッパ各地を回って指導し、講演会場に彼の話を聞きにくる方が溢れるほど。

真っ白の新築壁にちょっとだけ手を出すと、雰囲気が一変。ヨーロッパで彼の出迎えはプライベートジェット使用です。さすが世界建築業の大家ですね。1月6日滋慶学園グループの新年式はザ・シンフォニーホールでおこなわれ、前半の表彰式終了後、後半は講演会になります。そこで 講演に現れたのがまさに安藤忠雄先生でした。数年前同じ新年式、同じ場所で彼の講演を聞きました。そのとき確かに彼自身のガンとの戦いの話でした。2009年に胆嚢・胆管・十二指腸にがんが見つかり、すぐに全摘しました。厄介な手術を乗り越えひと安心していたら、5年後には膵臓と脾臓にがんが再発。それも全摘しました。5つも臓器がなくても元気に活躍しています。近年は医学研究者の学術大会でもよく講演され、そこで堂々と「もう内臓はいりませんよ」との講義をするらしいです。



8 Looking back on the English Seminar!

英語講座担当 南 雅子 先生

去年の秋の英語セミナーを振り返って！

4回の集中レッスンだったので、知っているのと差がでる挨拶やお礼の表現、いろいろなシーンですぐに使えるかんたんなフレーズなど、毎回内容を絞って紹介しました。

例えば「今のところ順調です」の "So far, So good!"

の一言で挨拶の幅は広がりますし、お礼を言われてすぐに "Sure" と口からできるようにするだけでも楽しくなると思います。海外旅行先では、"Can I~" や "Can you~" を使えるだけでもできることが増えます。いくつかのポイントをおさえるだけで、今知っている単語と組み合わせることで使えます！

毎回洋楽も取り入れましたが、音楽などを練習に取り入れる時は、英語の音を聞くだけでなく、アウトプットして口から出すことが大切になります。英語は日本語のアイウエオとは異なり書いてあるものと、聞こえてくる音がちがうので、音楽を使うことで英語の音に慣れ、リスニングとスピーキングを同時に行うことができると言われています♪

短い期間でしたが、医療英語とはちがう英会話レッスンの時間を持てて楽しかったです。

Thank you for reading!



南先生の英語セミナーはノートをとるような堅苦しいものではなく、気楽に参加できる内容です。英語に興味があるけど苦手意識がある人はぜひ参加してほしいです。誰でも洋楽をネイティブな発音で歌える秘訣を知ることができます。笑かんたんな日常会話や旅行で使えるフレーズをペアになって言い合うのが、はじめは照れるけど、慣れてきたら会話を楽しむことができます。最終回では英語でカードゲームをして盛り上がり、すごく楽しかったです。



夜間部 2年 湯浅 享子

青春

青春とは人生の或る期間を言うのではなく心の様相を言うのだ。
優れた創造力、逞しき意志、炎ゆる情熱、怯懦を却ける勇猛心、安易を振り捨てる冒険心、こう言う様相を青春と言うのだ。
年を重ねただけで人は老いない。
理想を失う時に初めて老いがくる。
歳月は皮膚のしわを増すが、情熱を失う時に精神はしぼむ。苦悶や、狐疑や、不安、恐怖、失望、こう言うものこそ恰も長年月の如く人を老いさせ、精気ある魂をも芥に帰せしめてしまう。
年は七十であろうと、十六であろうと、その胸中に抱き得るものは何か。
曰く驚異への愛慕心、空にきらめく星辰、その輝きにも似たる事物や思想に対する欽仰、事に処する剛毅な挑戦、小児の如く求めて止まぬ探求心、
人生への歓喜と興味。
人は信念と共に若く 疑惑と共に老ゆる。
人は自信と共に若く 失望と共に老ゆる。
希望ある限り若く 失望と共に老い朽ちる。
大地より、神より、人より、美と喜び、勇気と壮大、そして偉力の靈感を受ける限り人の若さは失われぬ。これらの靈感が絶え、
悲嘆の白雪が人の心の奥までも蔽いつくし、
皮肉の厚米がこれを固くとぎすに至れば、
この時にこそ人は全くに老いて
神の憐れみを乞うる他はなくなる。



1・2年生のみなさんはもっと元気よくがんばるよう、3年生のみなさんは全員合格できるよう挑戦しましょう。

TADAO ANDO
ARCHITECT & ASSOCIATES



News

@tadaoandoarchitさんの ツイート

Prefectural Museum of Art in Kobe.
Green Apple, as a symbol of youthful spirit has appeared on the deck along the sea.



今回の講演のポイントは青いりんご。いまの日本は元気がなく、未来を案じて、大きな青いりんごをデザインしました。それは『いつまでも輝きを失わない永遠の青春へ。目指すのは甘く実った赤いりんごではなく、未熟で酸っぱくとも明日への希望に満ち溢れた青いりんごの精神です』。建築家は79歳で、5つの臓器がなく、そのパワーは青春と挑戦、そう言うものですね。その青いりんごは兵庫県立美術館にあるとのことでした。家の隣なので、翌日早速見に行くととても大きいりんごでした。青いりんごにならんで米国詩人・サミュエル・ウルマンの詩「青春」も刻まれています。

あけましておめでとうございます！
 今回はバリ第2弾スミニャック編です！
 ウブド4日目にタクシーでスミニャック
 へ移動し、ホテルへ到着。せっかくなの
 でちょっとお高いホテルを2泊分予約
 しました。いざ着いてみると、なんと身
 の文に合わないホテル…。めちゃくちゃ
 広くてえげつないおもてなし付きでした
 (ザ・オベロイビーチホテルというところです)。



踏み入れた瞬間ちがう世界でした。



すぐ横にビーチがあります(遊泳禁止でした…)



部屋に入ると、ホテル
 からのサービスでケー
 キが!!! なんちゅうおも
 てなし!

ほかにもお手紙やベッ
 ドの上にくまのぬいぐ
 るみが置いてあり、本当にびっくりしました!
 くまのぬいぐるみはどうしていいかわからず
 置いて帰りました笑

無趣味 Shiori Matsumoto 万歳

そうだバリいこう 【スミニャック編】

敷地内を散歩してからスミニャックの街
 へ。お土産を購入するため、大きな地元
 スーパービントンスーパーマーケットへ。
 このスーパーでお土産がすべてまかなえ
 ます。



↑写真撮り忘れたのでネットで拾いました。

とにかく広い!そして安い! ウロウロして
 いると、見知らぬバリのおっちゃんに関西弁
 で話しかけられました。話しているとなんと
 マリンスポーツのツアーを営んでいるおっ
 ちゃんでした。「明日なにしてる?予定な
 いんやったらマリンスポーツしにおいでや」
 といわれ、特に予定がなかったのであっさり
 話に乗かることに。お土産を爆買いしてホ
 テルへ戻り、夜ご飯を食べてスミニャック1
 日目終了。

2日目、朝イチで昨日のおっちゃんが迎えに
 きてくれてビーチへ(名前忘れました)。ど
 うやらおっちゃんは大阪の堺筋で飲食店のバ
 イトをしていたそうです。関西弁めっちゃう
 まかったです…。

ビーチへ着くと、これまた日本語ペラペラの
 スタッフに案内され、パラセーリング・フラ
 イフィッシュ・ジェットスキー・シュノーケ
 リングのパックを選択(ほぼ無理やり)。



↑パラセーリング 松本がぶら下がってます。
 めちゃくちゃ景色がきれい!!!! 感動!!
 でも怖い!



↑フライフィッシュ(日本でできないヨ!!!!とごり
 押しされたやつ) 松本と旦那が飛んでいます。
 スタッフのお兄さんがなにもつげずに私たち
 に覆いかぶさって、向きをコントロールして
 ます。めっちゃくちゃ高いとこまで飛んでいます。



↑ジェットスキー 松本の髪の毛がワイルド
 すぎる1枚。

お約束のミー
 ゴレンで。こ
 んな感じで
 した! 4つも
 やったので(無
 理やり)、値
 段はそこそこ
 高かったで



すが食事も飲み物もついて、ものすごく
 楽しかったです!!! バリへ行く際はぜ
 ひ! ホテルま

で送ってもらい
 最後の食事へ。
 最後の食事はま
 さかのハンバー
 ガー…。

もうさすがにちがうものが食べたかった
 んです…。そしてビールを飲みながら荷
 物をまとめて夜の23時頃にチェックアウト
 し、デンパサールの空港へ。見事荷物
 持ちのおっちゃんに捕まりチップを払わ
 されマニラで11時間待ちで乗り換え、無
 事関空へ到着。

すごく良い旅になりました! まあほと
 んど食べるか飲むかでしたが。ノープラ
 ンで行った割にいろいろ満喫できました!
 いい人多いし。歳をとったらまたもう
 一度行きたいな〜とおもいます。他の国に
 も行きたいです!! バリ編おわり

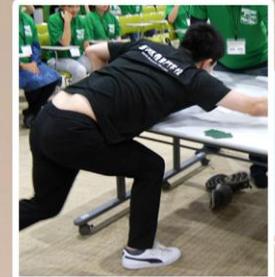


10月14日(月・祝)に森ノ宮医療大学で開催された要穴カルタ大会に参加してきました。1か月前に参加を決めてから、毎週授業終わりに練習したこともあり、団体戦・個人戦ともに好成績を残すことができました。

今回のカルタで五要穴を覚えることができ、大会が終わった今でも経穴名がスラスラ出てくるようになり、授業やテストにとっても生きています！

これからも練習を続けて来年の大会までにもっと速く反応できるようにし、『ちはやふる』のように早く取れるようにがんばっていこうと思っています！

夜間部 2年 張山 拓海



9年度 要穴カルタ大会

日本鍼灸師会 協賛: セイリン株式会社・株式会社 山正・株式会社 医

団体戦 成績



12 <番外編・幸せ探しの旅> 『人生で大切なたったひとつのこと』 ジョージ・ソーンダース

大晦日からフィリピンでした。先住民族アエタ族の村で一泊、彼らは山奥の平原で狩猟採取生活をしています。時計はなく、起きたら焚火で暖を取り、川で水浴び、水汲み、洗濯。鶏・豚・水牛を育て、かんたんな畑で野菜を育てます。アフリカのブッシュマンは労働時間が1日3時間半といいますが、彼らもそんなものでしょう。



最近では狩猟採取時代の人間の方が農耕定住初期よりも健康であったとされており、アエタ族の血液検査結果もよかったです。字が書けなくて計算できなくても彼らの生活は成り立ち、彼らは幸せです。でも今後1~2年の間に彼らの村は鉱物資源採取のために破壊される恐れがあります。読み書き計算ができない彼らは都会に出れば物乞いか売春か最低賃金労働しかできません。

今日の本は「幸せって何だろう？」をテーマに集めてみました。表題の本は米国大学の卒業式でのメッセージですが世界中で大反響を起こしたものです。

幸せは人によって多様なものですが、健康が維持される最低限の衣食住があり、その人なりに幸せを感じられることが幸せなのかと思います。メーテルリンクの「青い鳥」そのものですね。



12/23(月)手嶋先生の肩関節の可動域改善の特別講義がありました。内容としては、肩甲骨の動きの検査(確認)、評価し、治療をするという流れでした。検査では、左右の肩甲骨の高さや回旋のちがいのような平面上の動きだけでなく、外転のどのタイミングで肩甲骨の浮き上がりがみられるかといった立体的な動きを確認しました。

治療では肩甲骨に付着する回旋筋腱板のストレッチをおこない動きの確認をしたところ、ストレッチ前に比べ大幅な可動域の変化がみられました。

今回の特別講義で改めて検査・評価⇒治療の流れの重要性がわかり、スポーツ現場の限られた時間の中ですぐに効果を出すなど、環境や患者様のニーズに合わせることでできる柔軟性の必要性を感じました。また、患者様の平面的な動きだけで評価するのではなく、立体的な動きを評価し治療に活かさなくてはと痛感しました。

今回の特別講義の内容を余すことなく自身のスキルとして吸収し、治療の幅を広げていきたいと思いました。



特別講義

夜間部 2年 飯田 蓮斗

隠れ家 CHIKAKO KOMAT のい



節分には落花生

北海道の節分は2月3日で内地と基本変わりありません。が投げる物がちがいます。道民は落花生を投げます。床に落ちて汚くもないように十後で食べるのを見越して落花生です。節分が近づくとスーパーでは大量の落花生が売られています。後片付けもかんたんなのでみなさんも試してみてください。わが家では落花生+銀紙で包まれた丸いチョコレートも投げてました。

ついでに…

北海道で鬼といえば登別です。街の中に大量の鬼が常にいます。「登別の湯」で有名な温泉街です。寒い時期にピッタリです。みなさんお越しください。



12月19日に手嶋先生の特別講義がありました。現役でプロの野球選手のトレーナーをしている方の貴重なお話を聞くことができ、とても勉強になりました。内容は肩の可動域を広げるストレッチを教えていただいたり、実際の先生の施術をしてもらい短い時間で肩がとても楽になりました。実践的な内容でふだん使うことができるものもあり、とても楽しい時間が過ごせました。

手嶋秀和先生

昼間部 2年
宮園 水月

ガラビ通信

サナダ

コーカサスふたたび 1

2020年を迎え最初に驚いたのは、牛井などを販売する「松屋」がなんと1月14日よりジョージア料理の「シュクメルリ鍋定職」を販売するというニュースだ。ジョージアといえば、このニュースを知るとい数日前にジョージア旅行から帰ってきたところだったのだ。

アゼルバイジャンから入り、国境を超えジョージアから帰国したコーカサス旅行に行ったのがちょうど3年前。コーカサス3国のうち、アルメニアだけ行き残した形だが、今回はこの続きをしようという趣向だった。

あとはアルメニアのみなので、首都のエレバン往復でもよかったのだが、あえてジョージアに飛んだのは、実はこのジョージア料理を食べたいという、ただそれだけの理由だ。それほどジョージア料理はおいしい。

前回帰国してからジョージア料理の味が忘れられず、日本にあるジョージア料理店を探したが、こんな時代にあっても日本にはジョージア料理の専門店は、わたしが調べた限りでは1店舗もない。ロシア料理店の1メニューとしてジョージア料理を提供している店なら何店舗かあるようだが。

そんなわけで非常においしく日本人の口にもよくあうジョージア料理で、横綱級のおいしい料理がこの「シュクメルリ」だ。鶏肉をホワイトソースで煮込み、そこにたっぷりにんにくを加えてつくる衝撃的においしい料理だ。ネットでレシピがあったのでわたしも一度自分で作ったことがあるが、残念ながらまるでちがう料理だった。

松屋のシュクメルリはおそらく期間限定メニューだろうから（売れ行きしだい）、なくならいうち早めに食べられたい。



ジョージア トビリシ・ムツヘタ



ジョージアの首都はトビリシ。大阪は伊丹空港から東京とドーナを経由して到着まで約22時間もかかる。ジョージア入国時、なんとイミグレでパスポートにスタンプを押してもらって入国する際に、入国審査官からワインがプレゼントされた。すげーじゃんジョージア。さすがにこんな国はみたことがない。粋なおもてなしだねえ。ジョージアはワイン発祥の地なのだ。



トビリシは前回わりとあちこち歩き回ったので土地勘があって、地下鉄から町歩きまで地図やガイドブックなしでもだいたい思ったとこにたどりつくことができ、迷うことはない。



行きたいところはほぼ前回訪問済みなので、トビリシではジョージア料理に徹した。さっそく前回通いまくった地元の男どもが集う名店「チュリ」に行き「ヒンカリ」や「オーストリ」をビールとともにいただいた。



ちなみにシュクメルリは量がめちゃくちゃ多くて、残すのもつたいないし、なによりほかの料理が食べられなくなるので、今回はあえて食べなかった。

食べたことがないおいしい料理がほかにもまだまだあるのだ。とにかくなにを食べてもおおむねびっくりするくらいおいしい。



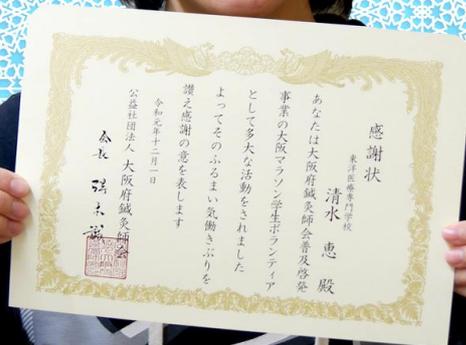
ジュベリ聖堂【ムツヘタ】

大阪マラソン

スポーツ現場に出ることが初めてで戸惑いと緊張もありましたが、ランナーさんとの会話の中で徐々に楽しく活動することができました。このボランティアを通して誰かの支えになりたいと改めて思うことができました。

また2020年の東京オリンピック開催につき海外の方との交流が増えると感じ、この機会に英語も身に着けたいとしみじみ思いました。(笑)

夜間部 2年 清水 恵



あと、ぜひとも紹介しておきたいのが「チュルチヘラ」という、ジョージアならどこでも売っているスイーツだ。見た目は世界一凶暴とも思えるややグロテスクな風貌だが、味は甘さ控えめで食べはじめると止まらなくなるおいしさだ。クルミなどのナッツ類に糸を通して、ブドウジュースに小麦粉をとかしたものにひたして乾燥させて作るの、味はなんとなくおいしいのがわかってもらえるだろうか。前回も今回も買って日本にもって帰ったのだが、誰も気味悪がって食べてくれなかった。



さて、ジョージアグルメ最後はジョージアのおいしいビール、カズベキビール（カズベキはジョージア最高峰、5000mを越える山の名前）。トビリシにはこのカズベキビールの工場があって、



ここでできたてのカズベキビールを買うことができる。1.5リットルのペットボトルにつめられて、1本だいた

い170円くらいだったかな。そして、この工場にはパブが併設されており料理が注文でき、ビールを飲みながら料理をつまむことができるというわけだ。今回は「オジャクリ」というジャーマンポテトみたいな、そらもう、クソうまい料理を食べた。できたてピアとオジャクリ。まあこんな幸せなかなかないわ。

アルメニアへ移動までに1日時間があつたので、前回行けなかったムツヘタという街に行った。トビリシからマルシュルートカ（ミニバス）で1時間ほどのところにある、3つの世界遺産をもつ古都だ。あのジョージア出身の栃の心もこの街出身だ。

3つの世界遺産はすべてキリスト教関連の建造物（教会とか修道院）からなる。

1. スヴェティツホヴェリ大聖堂
2. サムタヴロ教会・修道院
3. ジュベリ聖堂



スヴェティツホヴェリ大聖堂はジョージア正教の総本山で、今の建物は1000年ほど前に建てられたものだ。外観の荘厳さもさることながら、中の厳肅な雰囲気がいへんすばらしい。

しかし一番よかったのは、小高い山の頂上に立つ、ジュベリ聖堂だ。ここからはムツヘタの街が一望できる。この聖堂がそびえたつ姿は、ジョージア人でなくとも、キリスト教徒でなくとも、とても胸を打つ風景だ。

さて、今回ジョージアはこれぐらいにして、翌日今回の一番の目的地であるアルメニアにむかう。



手力雄

子力

こじらせかたのすすめ
Chieko Shinotsuka

みなさん、こんにちは(´▽`)
年末年始はいかがお過ごしでしたか？
元旦早々に胃腸炎の風邪をこじらせた篠塚です。

お陰さまで、暴飲暴食することなく休肝日を設けることができたので、むしろ幸運な年明けだと思っております。

さて、今回、岐阜県各務原市にある手力雄神社に必勝祈願に行ってきました。みなさんは神話『天岩戸開』をご存知でしょうか。日本神話に主神として登場する女神、天照大神(アマテラスオオミカミ)が、弟、須佐之男命(スサノオノミコト)のいたずらに困り、岩でできた洞窟にかくれてしまい、世の中が真っ暗闇になってしまいましたことからお話がはじまります。困った神様たちは、お祭りをしてにぎやかにする(絵)と、天照大神が顔を覗かせました。そのすきに手力雄神が天照大神を引き出し、世の中は再び明るくなったというお話です。

この神話に登場する手力雄神を主祭神としたのが、手力雄神社です。手力は文字通りの手の力を表します。手力雄神は比類なき腕力・握力を誇る男神という意味です。また、永禄年間には織田信長公が戦勝祈願をしたことから勝運、開運の神として崇敬されています(境内の写真は撮れなかったですが、写真の岩は国歌にでてくる『さざれ石』です)。

数ある勝運の神様を祭る神社のなかでも、手力雄神社は毎年、お礼も兼ねてお参りするようになっています。今からちょうど4年程前、わたしの今後を決定付ける勝負事がありました。あまり信仰には無縁でしたが、ご縁がありこの時初めて手力雄神社を訪れ、必勝祈願をしました。お守りを握り締め、勝負事に挑んだ結果、思った以上の成果を収めることができました。そして今年も、昨年がんばれたことのお礼と3年生の国家試験合格祈願をしてきました！ 来る国家試験まであと少し！ いっしょに全力でラストスパートをかけようね!!





特別講演会

浙江中医薬大学 狄忠先生 頬鍼法



2019年12月1日、浙江中医薬大学の狄忠先生による「頬鍼治療法」の特別講演会に参加させていただきました。講演会に参加する前、「頬鍼」と聞いて僕が最初に思いついたのは「美容鍼」でした。

しかし、今回の「頬鍼治療法」は顔の側部を人の全身と考えて、例えば左足が痛いときは左の顎の部分に鍼を刺して治すという治療法でした。

今回の講演会に参加して「頬鍼法」は「美容鍼」以外にも全身の痛みなどに適応していると知ることができて、とても有意義な時間を過ごすことができました。この「頬鍼法」を使った全身の治療はあまり今の日本では知られていない方法らしいので、僕が鍼灸師になって臨床に出たときにこの治療法を日本中に広めて鍼灸業界を盛り上げられたらいいなと思いました。

昼間部 1年
大塚 賢太郎

フジタ's キッチン



★自動調理機『ホットクック』を使った豚の角煮★

はい、どうもみなさまおはこんばんにちは。藤田です。明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

朝晩の冷え込みがきつくなり、朝がしんどくなってきましたね…。みなさまお身体ご自愛ください。

体調管理をしていく上で重要になってくるものは、食事と睡眠。睡眠は時間確保が重要になってきますね。食事はヒトも含め、多くの生物は体外から摂取したのものによって自身の身体を作っているといっても過言ではございません。働き方改革が言われている昨今ですが、栄養管理された食事を作るのはなかなか手間のかかることです。

そこで今回ご紹介したいのは株式会社SHARP様より発売されている自動調理無水鍋ヘルシオ ホットクックです。

なにがすごいって、食材と調味料を入れてボタンを押すだけで、勝手に調理してくれるんです。ドラえもんですよ。今回はこちらを使って豚の角煮を作



っていきたいと思います。

☆材料☆

今回は4人前の分量です

豚バラブロック：
800g
水：1.4L
酒：100ml
砂糖：大さじ5
ニンニク・
シヨウガ：1かけ
今回はチューブの
ものを使用]



☆作り方☆ ← 作るのはホットクックですが…(笑)

1. 豚バラのかたまりを5cm角程度に切る。
2. 鍋に水1Lと切った豚とシヨウガを入れる。



3. タイマーをセットしてボタンを押す。
4. 鍋を軽く洗って3.で油抜きした豚と調味料を入れる。



5. メニューから『豚の角煮』を選んでボタンを押す。
6. 待っていたら完成(笑)



調理らしい調理は豚を切るくらい…。あとはボタンを押すだけのかんたんなお仕事。IoTが我が家でも進んできております(笑)

こちらのホットクックなにがすごいって、内蔵されているメニューのほかにwi-fiに接続することで、メニューのダウンロードができるほか、スマートフォンのアプリと連動させることで、家の外からでも具材さえ入れていれば起動させることができるんです。素晴らしいです。

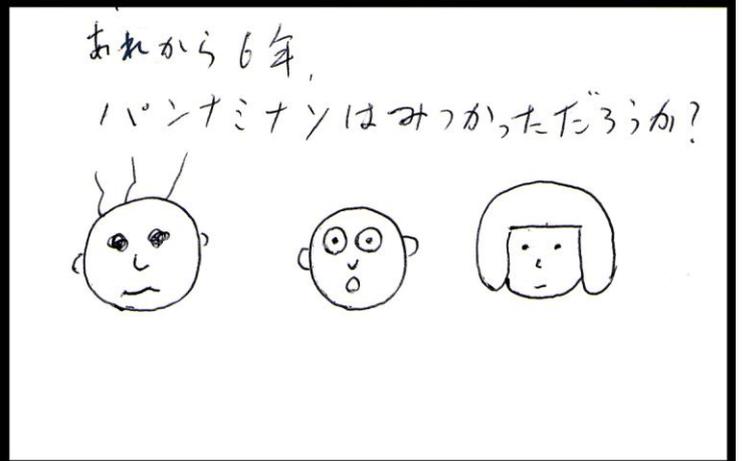
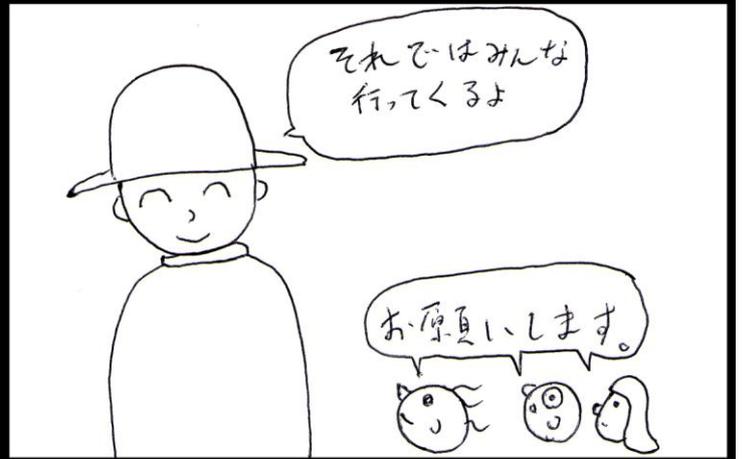
最後に一句。

どんどんと 文明の波 押し寄せる

ICTやIoTが言われておりますが、まだ機械を使うのはヒトですから、波にのまれるだけにならないよう、もっともっと勉強しなさいです。

わたくしめはヨタクだもので、アニメやらなんやらよく見るのですが、ぜひ『サイコパス』というアニメをご覧ください。今後AIが進んだ未来の話なのですが、なかなかおもしろい表現がなされています。冒頭でも申し上げましたが、今後ともFUJITA's kitchenとともども、よろしくよろしくお願いいたします。

モーソボーソダイモーソ



鍼灸の安全性講義を受けて

施術者の過信や注意不足で発生したのがほとんどで、何回も行っているからだいじょうぶだと思うことが危険なことだと身にしみて感じました。

患者様に詳しく説明した後、同意をもらい適切な治療を最善の注意を払いながら行う、常に院内を清潔に保つ、万が一事故が起きた場合は速やかに適切な対応を行うことが重要だと今回の講義で改めて感じました。

夜間部 3年
今井 翼

Open your eyes
Look up to the skies and see



名鉄観光

MEITETSU WORLD TRAVEL, INC.

梅田支店 大阪市北区堂山町3-3 10階

電話(06)6311-6621 FAX(06)6311-6657 担当 横山・中沢
海外 視察旅行・研修旅行・見本市ツアー **国内** 各種学会イベント手配・合宿
 幅広くお取扱しております。