

# ～と言う

年3の娘(高2)が食事のとき=

「うあ~これ食べたら太るわー」とよく言う。

私 「太るわあーと言うたら身体は素直やし絶対太るわ でも『これ食べたら痩せるわ』と言うと絶対:痩せるわ」

娘 「うとやうとや!! 常識的に考えて食べて:痩せるなんて可笑いわ」

私 「でも身体の不思議じこんな話あるよ」

娘 「ホントかな」

私 「身体は素直なので言うた通りになろうとあるよ」

「だから『○○○すると○○○になるわ』と理想を言うことは魔法の言葉だよ」

— 使い方の例 —



○ 寝る前にコーヒを飲んでしまったとき

「俺、コーヒを飲んだ方がよく眠れるわ」

○ 食べすぎて... 胃もたれが...

「苦しいくらい食べた方が胃が活発に動かしてすぐに消化してしまうわ」

○ 寝不足で...

「寝不足が続くほど身体のターボエンジンが動き始めて元気になるんだわー」

# お地蔵さんだよ

ひと休みひと休み

Vol. 102  
2012年8月



俺いっしょに保険を選びましょうオフィス鳥越  
鳥越 介 順

## 身体の不思議

あるとき一人の生物学者が何百羽という鶏に三ヶ月間 カルシウムを全く与えないという実験をしました。すると固い殻のない卵を産むようになりました。続けてカルシウムは与えずに カリウムを与え始めると固い殻をつけた卵を産むようになりました。

カリウム → カルシウムを作るためには原子核融合でかなり高温でないと有りえないようです。

鶏の体内でその温度は考えられないとなると常識では考えられない不思議なことが起きているようです。となると生物の頂点の人間の体内でも常識では有りえない原子核融合や不思議なことがいっぱい起きていることになりました。

# 丁寧に生きる

よく「一日一日を精一杯生きよう!」とか「今日を大切に!!」と聞かされてます。

でも実際は「精一杯に!!」と言われても何をどのようにすればいいのか分からない。スポーツの世界だと分かりやすいが 日常生活となると..... ずっとテンションを上げ続けること!?

「今日を大切に!!」と言われても

時間は大切に使っているよ?? と考える

ある時「今日を丁寧に生きる」という言葉に出会ったとき腑に落ちた。♡

これなら分かる気がした!! ちよとゆやく、目の前のことを見つめながら 楽しみながら 何事も丁寧にやり生きていけたら素敵だなと思った。

## 真剣にラジオ体操

夏の風物詩のラジオ体操を 我家のとなりの公民館のグランドから流れてくる♪に合わせ

家の中で 妻と2人で真剣にやる。

あのラジオ体操も身体全身を使ってやる汗が出るんです。

しかもかなり完成度の高い運動のようです。

小さいころは何も考えずにやってきたもんね~ (⊗)