

君の涙は
僕の涙、
君の勇気は
僕の勇気

い



Ryu-jin 瀧口 雅之
(Miyabi)

太田裕美さんへ伝えた 33日間のメッセージ

太田裕美さんが
オフィシャルサイト「水彩画の日々」の
2019年9月18日付ブログ『大切な報告』にて
乳癌に罹患したことを告知されました。

そこで筆者が太田裕美さんへ
メッセージを送って励ましました。

2019年9月19日～10月20日
コメント欄に書き込んだもの

ブログより転載

2019年9月19日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気①

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

私は、今年3月にトンデモな事に見舞われました...。

脱肛というのですが、ある朝のこと仕事前にトイレで凄く力んだら、何と肛門様がピョンと丸ごとお出ましになられたんです...!!

その瞬間、何が起きたか直ぐ理解できない位ビックリしてしまいました...!

ちょっとイボ痔気味だったんですが、まさかこんな事になろうとは...?

昨年より年末年始も休まず3ヶ月連続で働いてましたから、相当疲労も蓄積していたとはいえ脱肛になるとは...トホホ。

ちょっとでも擦れると激痛で出血もするし、それはなった者にしか判らない凄く苦しい状況でした...。

肉体労働の私の仕事ですが、脱肛には重量挙げの選手もなるそうです...。

でも、予約頂いていたお客様に迷惑掛けられないと思い、仕事はいつも通りやらなきゃと、何と2日間、お客様の前で普段通りに装ったのですがホントに辛かった...。

家族にも内緒にしたのですが、2日後ようやく病院に連れて行って貰いました...。

肛門科へ行ったんですが、どんな処置されるのかと思ったら....、

ドクターが「ちょっと痛いからね」と言いながら、私の飛び出した肛門様を指で掴んで思いっきりグイッ!!と中に押し込んだんです!!

ギャーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーー!!!!!!!!!ですよ!!!!!!!!!

気が付くと肛門様はお尻のなかに戻られておられました...(笑)。

脱肛のあの苦しみを思えば、震災の津波も恐ろしく思えなくなりました...(笑)。

私がこの世で最も尊敬できる人、それは肛門科の先生です...(笑)。

お医者様ってホント頼もしいですね、医療機関は有り難いものですね、私なりに心からそう感じました...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

また次回...。

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-19 06:02:33



2019年9月20日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気②

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

お医者様ってホント頼もしいですね、医療機関は有り難いものですね...、

そして自分自身が病人になってみて、初めて気付くことが確かにありますよね...。

30代にこんなこともありました...。

当時私は民間企業でそれこそモーレツに働いていたのですが、ある時期から頭痛とめまいと吐き気が持病になりました...。

恐らく仕事上の酷いストレスと、暴飲暴食の不摂生が影を落としていたと思いますが...。

何度も胃カメラを飲んで検査するも異常なしで、不調の原因が判らない...。

それで頭部をMRIで調べたら、アタマに宝物(笑)が見つかったんで切除となったんです...。

がんセンターという機関にお世話になりましたが、腕の良い主治医たちのお陰で命拾いしました...。

悪いところは綺麗さっぱり、後遺症も無くて済みました...。

元もとアタマ悪い馬鹿者が、もっとバカになりましたが...(笑)!

でも、後から後から、あの時期の事を思い出すと今頃になって怖くなるんです...。

術前、私自身はアツケラカンとしていたのですが、家族の方が日に日に心配症となり気が落ち着かない様子でした...。

入院期間中は、入院患者同士顔の見知りが出来ました...。

勿論なかには気が重い方もいましたが、私のように呑気な人も何人もいたので随分精神的に助かりました...。

あれから25年も経ちますが、がんセンターの診察券はお守りとしていつも大事に肌身離さずにいます...。

お医者様ってホント頼もしいですね、医療機関は有り難いものですね...、

そして自分自身が病人になってみて、初めて気付くことが確かにありますよね...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

また次回...。

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-20 06:18:50

あ

愛される歌手

裕美さん

1月20日

バースデー!



2019年9月21日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気③

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

自分自身が病人になってみて、初めて気付くことが確かにありますよね...。

体調を壊した私の25年前ですが...

あのときは、退院した後に、もしもあの時、手術で助かってなかったら...と、後からジワジワ怖くなっていったのです...。

何て自分は運が良かったことか、一步間違えばこの世に存在してなかったかもと、人生観が大きく変わりました...。

健康のありがたみを痛感し、ストレスと暴飲暴食と運動不足のそれまでの生活を反省、もっと体のことを考えた生き方にしようと思い立ちました...。

会社を辞め、暫くストレスと離れ、食生活を見直し、とくに体を動かそうと一日1時間は自転車で走りました...。

それから、身体や病気に関係する事にもものすごく関心が沸いたので、書物などを読み漁り、健康に対する知識をドンドン身につけました...。

こうして私は、みるみる精神的にも体力的にも健康を取り戻すことが出来ました...。

そして今度は、健康に関係する職業に就きたくなり、医療機器メーカーで健康食品の販売する仕事を選んだのです...。

とくに健康については、今も昔も女性の方が関心が高いようですが、私の顧客も女性が多くおりました...。

やがて女性のお客様にお会いすればする程、体の不調を訴える意見がじつに多いと感じるようになったのですが...

これだけ医学が発達し医療機関が充実している世の中なのに、頭痛、肩こり、腰痛、膝痛など、不定愁訴に悩む人の如何に多いことか...。

健康食品も良いけど、お得意先のご婦人の方々とお会いするごとに、何も役に立たない自分が情けなくなってきて...

限界を感じた私は、もっと具体的な方法で体に役立つ方法を施してあげられないかと模索し始めました...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

また次回...。

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-21 06:31:31

い

いつまでも
美声で
唄って
裕美さん!



2019年9月22日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気④

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

私は過去に、健康関連の販売を通じて健康を損ねて苦しむ大勢の方々と知り合いました...

そんな人たちに役に立ちたいと思うようになり、書物や当時繋がったばかりのネットを駆使し私なりに医学に関する見聞を拡げていき...

行き着いたのが、東洋医学でした...

意を決して仕事を辞め、国内にある東洋医学学院の専門校の門を叩きアルバイトしながら勉強(中国語の読み書き出来ないので範疇は狭いですが)...

苦勞して整体術の推拿(すいな)認定資格を拾得、かの国では手で治す医者として持てはやされる医術を身に付けました...

石巻市で開業、震災に遭って仙台市に移転しましたが、気が付けばあっという間に15年の月日を無我夢中で過ごし現在に至りました...

整体術の面白さ、東洋医学の魅力そして、お客様を笑顔に変えることが出来る仕事に巡り会って幸せを感じています...

その一方で、人間のカラダの事を誰よりも知ってる様な気持ちになりましたが、ところが年々解らなくなってきた様な気がしています...

矛盾しているかも知れませんが、身体のことを知れば知るほど難しく感じるのです...

そして、同じ術を掛けてもお客様によって何故か結果に差が生まれる...!?

同じ施しを与えても、優れた効果を発揮する人がいるのに、一方でイマイチ芳しく無い人も現れる日々...

どうしてなのでしょう...!?

これはきっと、第一線で医療に携わる者が、恐らく皆んな直面する悩みかも知れません...

例えば、お医者様が、目の前で苦しむ患者さんに色々手を尽くしてあらゆる手法を使っても、ちっとも効果を上げられなかったとしたら...

本当に歯がゆいことでしょう...

良くなる人もいれば、なかなか良くならない人もいる...!?

差が生まれるのは何故なのか...!?

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-22 06:36:19

⑤

West Rocks

西海さんと

岩井さんは

ライブの強力な

サポーター!



2019年9月23日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑤

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

例えば、同じ治療を受けても、効く人と効きにくい人がいます...。

優れた効果を発揮する人がいる一方で、イマイチの人もいるのは何故なのだろう...!?

体質の差があると思います、人それぞれ食べてきた栄養でカラダが出来ている訳ですから差が有るのは当然かも知れません...。

それともう一つ、私は東洋医学の仕事を通じて、健康な方から重症な方まで様々なお客様と向き合ってきたのですが、その経験から感じるのは....、

人の性格が、大きく影響すると確信しています...。

昔から「病は気から」といいますが、その通りで、精神の持ち方によって病気に勝てたり負けたりすると思います...。

この治療で自分は良くなる筈だ、と前向きに捉える人は本当に良くなります...。

こんなもので治る筈がない、と後ろ向きに捉える人は本当に時間が掛かるのです...。

もっと言うと、自分を信じるか信じられないか...!

心の持ち方一つで変わるのは、どうしてなのでしょう...!?

この15年、私なりに研究してきたのですがその結論としては、「ストレスを上手にコントロール出来るかどうか」ということです...。

ここからストレスについて書きます...。

私たちは日頃からストレスを受けながら生活していて、気温だとか騒音とか、とにかく何でも勘でもストレスということですが...。

ストレスを受けると知らず知らずに筋肉が緊張するのですが、正確には....、

呼吸が荒くなり脈拍が上がり血圧が上昇し、各内臓器官も血管もキュッと萎縮して血液循環が滞りがちになります...。

その状態がずっとずっと続くと、やがて免疫力や抵抗力が低下して病気に掛かりやすくなるといわれているのです...。

「ストレスによる緊張」はカラダを左右するのです...。

ところで、あらゆるストレスの中でも最悪のストレス、ストレスの大王が有るのですが....、

それはいったい何だと思いますか...?

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-23 06:28:20

え

永遠の友情
なごみーず
伊勢さんと
大野さん!

Shin-ya



お

恩人の一人
元ディレクター
白川さん!

Shigeo



2019年9月24日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑥

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

「肩こり」の人は、真面目な人です...?

そして、真面目な人ほど病気になりやすいんです...。

本当です、肩が凝っている時は、じつは肩だけではなく首も肩胛骨も背中も凝っていて、それはカラダ全身が緊張していて、内臓器官だって緊張しているんです、だから真面目な人ほど病気に掛かりやすいのです...。

その原因は食生活や運動や姿勢もありますが、実はストレスが大いに関係しているんです...。

あらゆるストレスの中でも最悪のストレス、ストレスの大王とは何か...!?

それは「自己否定」なんです...。

“こんな事どうしてしてしまったのか”

“自分は何て駄目なんだろう”

そんなことを誰でも思ったことありますよね...!?

でも、これは一番まずいストレスなんです、自分で作り出す精神的ストレスが最悪なのです...。

じつは、自分のことを自分で否定した瞬間に体内には異変が起きて...、

実際に体調が悪くなっていきます...。

しかも長期に渡って強く「自己否定」し続けると、やがて免疫力や抵抗力が低下し...、

自分自身の防御システムが上手く作動しなくなって、本当に病気になってしまうのです...。

“自分は悪い病気かも知れない”

“自分なんて生まれなければ良かった”

こんなことを考えてはいけません...。

例えばリウマチという疾患がありますが、あれは自分の免疫が自分の身体を敵と誤認して自分自身を攻撃する病気なんです...。

原因に遺伝も関係あると思いますが、私の知る限り、リウマチに掛かった人を見ていると自分に厳しい気性の方が多いと感じます...。

癌もその可能性があるのです...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-24 06:34:36

か

可愛い
裕美さんは
何歳なの？



か

き

君は光の
オレンジ・ギャル
「南風」!



き

2019年9月25日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑦

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

挨拶文などに使う、「ご自愛下さい」という言葉がありますが、これは深いです...。

そう、己を自分自身が愛するというのは本当に重要で、自分が自分を一番好きで、一番のサポーターであるべきなんです...。

そんな精神状態を常に保っていれば、どんな事が起こるにも打ち勝って、最終的には自分を守れると思います...。

「自分のことが大好き」、そう有るべきなんです...。

ところが、これがなかなか出来ない...。

つい、何かミスを犯すとつい自分を責めたりする「自己否定」、これが責任感の強い人ほど、いつしか病気になってしまう気がするんです...。

さて、「自分が大好きでしょうがない」という方々が多く見受けられるのが、政治家です...笑。

例えば、聴衆の誰も居ないのに平気で何時間も演説ぶったり、ポロクソに罵られても貶されても屁とも感じない様な方々もいますよね...笑!?

私は、きっと政治家の多くが「自分が大好きでしょうがない」という方々なのではないかと想像します...。

一々気にしていたら政治家は勤まらないでしょう、彼らはストレスを上手くコントロール出来る特技がありそうですし、凶々しく(笑)長生きしておられる方も多いのではないのでしょうか...。

私たちも少し政治家の方々のタフさを見習いたいものですね...笑。

さて、自然界の動物の多くは本能だけで生きていますが、人間には意志があります...。

きっとですが、神様が人間に自由意志を備えて下さった代償として、カラダの管理は自分で行うようにという事だと私は思っています...。

自律神経によって半自動で制御されていますが、クルマのハンドル、アクセルブレーキの様に、どこに向かって進むかは己に任されているのではないのでしょうか...。

自分のカラダを健康にするのも損ねるのも、自分自身で決めなさいと...!

ところで、自分の好きな好物を食べるのは「ご自愛下さい」になるのでしょうか...?

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

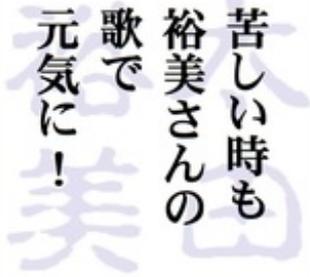
2019-09-25 06:40:07



苦しい時も
裕美さんの

歌で

元気に！



Shy-pa-pa



2019年9月26日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑧

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

ストレス解消の良くない方法として、好きな物をつい食べ過ぎたり飲み過ぎたりしてしまいます...。

誰でも美味しい物を食べたくなるのは当然ですが、昨今は何時でも何処でも美味しい物が溢れ、自分の好物を多く摂り過ぎて知らず知らずに偏食となり、食生活が乱れがちになりますね...。神様が私たちへ与えた最大のテーマは、きっと「自身のことは自分で管理するように」ではないでしょうか...!?

では、どんな食事かカラダに良いのか...?

既にご存じだと思いますが、腸内環境が良くなる食生活が最適なのです...。

日本人に乳癌と大腸癌が増加したのは欧米型の食生活に移行してきた為です...。

勿論他にも様々な要因も考えられますが...。

特に重要なのが腸内細菌の働きです...。

100種類100兆個の腸内細菌が、健康←→病気のカギとなります...。

内視鏡権威の新谷弘実博士の講演を聴きに行ったり、腸内フローラ権威の光岡知足博士の書物を何冊も読みましたが、最後は必ずガッカリします...笑。

カフェイン お酒 タバコ 白米 白砂糖 お肉 乳製品 お菓子 加工食品

これらは腸の中で停滞するほど腐敗し悪玉菌を増やしてしまいます...。

善玉菌は免疫力を高め病気から防いでくれます...。

一方、悪玉菌は毒を生成し腸管から血液に運ばれ、自家中毒からやがて癌を作ります...。

特に便秘は悪いのです...。

さっさと排泄すべきなのに野菜や海藻不足、食物繊維不足が便秘へと...。

米国では大分前から、「便秘→乳癌、大腸癌」は方程式...!

欧米型食事ばかりしていると善玉菌が減り悪玉菌が増えて逆転してしまいます...。

また高齢者になるほど善玉菌が減りがちです...。

高齢女性でも乳癌になります...。

菌とは→バクテリアのことです...。

○玄米、色の付いた穀物 ○豆 ○野菜 ○海藻 ○発酵食品、味噌、納豆など ○ヤクルトなど善玉菌を増やす補助食品

が、乳製品は悩ましいところです...。

高齢の女性ほどCa不足で骨粗鬆症の心配から乳製品を多く採るように医療機関で薦めていますから...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-26 06:25:00



こ

後悔はないと
こぼした涙
「桜月夜」!

Shigeo

こ



2019年9月27日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑨

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

上皇后美智子さまが乳癌の手術をなされたというニュースは驚きましたが、皇室の方々にさえ罹患するのだから私たちが何時なっても不思議ではないのかも...?

何故...?

戦後の日本人の食生活が大きく変化したことが、各種の成人病の増加に関わっているのは間違いないと思います...

とくに欧米型食事ばかりしていると、腸内環境が悪化し免疫力が低下し、病気が生まれやすくなると云われているのですが...

となると、あれは食べてはダメ、これも食べてはダメ、とダメづくしになって何にも食べられる物が無くなってしまいそうですね...笑。

時々そんな悩みを、お客様に質問を受けます...

「りゅうじんの先生、じゃあ貴方は食事どうしてるの!?!」

参考になるかどうか判りませんが、私の答えです...

「私は、毎日3食ともにご飯、
好き嫌いなく何でも食べます。

お昼は愛妻弁当...笑

パンやラーメンはたまに、毎日は食べません。

タバコとお酒はしません。

コーヒーは一日1杯。

牛乳は気が向いたときたまに。

夜10時以降はなるべく食べない。

とくに、野菜と海藻と魚類と豆類が大好き。

朝起きたらオレンジを1個、

朝食後にバナナ1本。

気に入っているのは...

オートミール(オーツ麦の粉碎)+豆乳→食物繊維とミネラル豊富。

茹でたキャベツは神。

とろろ芋は、すごく良い→ネバネバが胃腸を保護しクリーニングも。

ヤクルト400LT。

私自身は、料理は全然しません...笑

こんな食事ですよ...!」

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-27 07:01:12



2019年9月28日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑩

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

「それから私は朝から晩まで、朝起きたときから寝るときまで、水とお茶を一日中飲んでいきます...。

お茶は、温めた〇〇茶を15年は毎日飲んでいきますよ...!」

結局、人それぞれ自分に合った食べ物を見つけるしか無さそうです...。

但し、何を何十グラムだとか、栄養素を細かく管理するのはかえってストレスになります...。

私は腸内環境に良さそうかどうかを基準に考えるようにして、ちょっと繊維質のものが足りないなと感じたら、食後にオートミールを食べ足したりして補っています...。

食事は難しいですね、毎日毎日何を食べるべきか悩みます...。

その昔、私の家は田畑を持つ兼業農家でしたから、祖父母の生きていた頃は米も野菜も自分の家で作り、ほぼ自給自足の生活でした...。

今振り返ると、私の子供時代は自然なものばかり与えられ、実に健康的な食生活で育てられたお陰で丈夫な体になれたのだと思います...。

ところが、同様のことを自分の子供達にしてあげられないと思うとなんだか申し訳ない気持ちになります...。

ところで、温泉が大好きという人が結構いますね...。

私のお客様の中にも、温泉が大好きで方々のお湯を訪ねたり、お気に入りの宿に足繁く通う方がいますが...。

大抵そんな人はデブりと太っていますね...。

温泉に入るのは確かに健康に良いと思いますが、本当は温泉のあとの宴会料理に舌鼓を打つのが好きな方が多いのではないのでしょうか...!?

お湯に浸かった後いつも以上に美味しい物をタラフク、食べ過ぎたり飲み過ぎたりしてませんか...!?

カラダに良い事をしに行ってるのか、悪い事しに行ってるのか分からないですね...笑!?

経済効果には良いですが...笑。

神様が私たちへ与えた最大のテーマは「自身のことは自分で管理するように」...。

それなのに、世の中の殆どの者がカラダの使い方を誤ったまま生きているのではないかと気付いたんです...。

次回は呼吸法です...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之



す

ステーキの奇跡

じゃなかった

「ステーキのキセキ」

裕美さん！



2019年9月29日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑪

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

東洋医学の仕事に携わっていますが、これまで老若男女問わず様々なお客様と出会ってきました...。

そこで知ったのは、不調を訴える方の殆どが「カラダの使い方を間違っただけで生きている」という事です...!

具体的には...、

カラダの姿勢や重心位置、立ち方や歩き方や座り方...、

ストレスの対処方法...、

そして、呼吸法...。

誰もが老化と病気は避けて通れない時代ですから、日頃から正しいカラダの使い方を心掛けて実践して取り組むべきだと、私は気付いたんです...。

さて、「寝付きが悪い、浅くしか寝れない」と、そんな悩みをこぼす方がいます...。

私は、そんなの簡単に治りますよ、と答えます...。

簡単です...。

「携帯(スマホ)の電源を切って寝て下さい」...笑!

マナーモードじゃ駄目で、「いま枕元で電源を切った、としっかり認識して寝る」んです、すると大抵の方は「ぐっすり寝れた」と良い結果になります...笑!

これは、実に興味深いことです...。

人間は些細なことでも精神面が左右されるという証明です...。

ストレスを感じると脳に変化が起きて、直ぐさま身体に影響が起こるんです...。

例えば、強い恐怖とか悲しみとかショックを受けると、呼吸が狂うことも有ります...。

私の治療院を訪れる方の中にも、かなりの方が呼吸が上手くいってない様に見受けられます...。

先日も、酷い不調の女性が来たのですが、最近クルマで交通事故を起こしてしまったらしく、その後ずっとカラダが調子悪いというのです...。

ハテ!? 自分は日頃、どんな呼吸の仕方をしていたっけ!?

といった具合に、強いショックを受けると、知らず知らずに呼吸が浅くなったり荒くなったり、過呼吸になって倒れたりする場合さえあるのです...。

その女性も案の定、呼吸が狂ってましたので、その場で「腹式呼吸」をさせ、「深呼吸」を習慣にするよう勧めましたら、間もなく本来の様子に戻れました...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-29 06:14:29



2019年9月30日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑫

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

さて、以下の様に思い当たる事は有りませんか...!?

(ビックリしたとき)→無意識に息を止める

(騒音、雑音が気になって)→無意識に息を止める

(人の話し声に耳を傾けると)→無意識に息を止める

(集中力を高めるとき)→無意識に息を止める

(考え事をしていると)→無意識に息を止める

(TV、映画など視て)→無意識に息を止める

(PC、書き物、読書していると)→無意識に息を止める

(仕事、作業、家事、料理)→無意識に息を止める

(ヨイショッと、力を出すとき)→無意識に息を止める

(スポーツ中に要所要所で)→無意識に息を止める

(体制を整えるとき)→無意識に息を止める

(何もしてないのに、常に)→無意識に息を止める

etc...。

真面目な人は、ちょっとしたストレスで知らず知らずに息を止める癖があるんです...。

じつは、呼吸を止めるという行為は、何————ンにも良い事がないんですよ...!

カラダは、自律神経がコントロールして常に体内の状態を正常に保とうとしていますが...、息を止めるということは、呼吸器系と循環器系が両輪の歯車のように回っている活動、すなわち肺がラジエターの如く血中の酸素と二酸化炭素を交換し、心臓がまさにポンプとなって全身の末端の血管まで血液を押し出している作業に、自らブレーキをかける様なものなんです...。

勿論、ちょっと息を止めただけでは全く問題は有りませんが、これが四六時中、何十年も呼吸を妨げる生活を続けていたとしたらどうでしょう...!?

若いときは大丈夫でも、年齢と共にやがて動脈硬化、動脈瘤、高血圧、不整脈、心臓病、無呼吸症候群、喘息などその他の疾患と因果関係があるかも知れないのです...。

ですから私は、丸一日ずっと、まったく息を止めないようにして生活するよう心掛けています...!
また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-09-30 06:32:26

そ

育ちが良くて
美人の
裕美さん！

Shogakukan

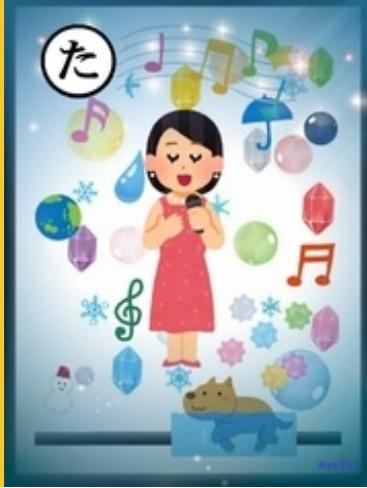


そ

た

たゆたうの
水のように
形を変えて
「たゆたうもの」！

Shogakukan



た

2019年10月1日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑬

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

私がお勧めしているのは、丸一日ずっと息を止めないという習慣です...。

そして、ちょっとでもストレスを感じたら、その直後に「深呼吸」をします...。

鼻から吸って口で吐きます...。

是非、お腹を出したり引っ込めたりすることで大きく呼気が出せる「腹式呼吸」をお勧めします...。

大きく吸うのは難しいですが、大きく吐くのはコツを掴めば容易いです...。

大きく息を吐いて～吐いて～吐いて～と、繰り返し足しては長く長く吐くことをお勧めしています...。

ハーーーーッ、ハッハッハーーーーッ!!! ...と、

イメージとしてはカンフーです...。

カラダを緊張させない様にする...。

リラックスに心掛ける...。

呼吸法は、毎回訓練すれば誰でも上手に出来る様になります...。

しかも、朝から晩まで取り組み、良い習慣にしましょう...!

息を止めるのではなく、息をハーーーーと吐き出すという行為は、実は自律神経の働きを助けると同時に効果的なストレス解消なのです...!

健康の為に、ぜひ呼吸法に取り組んでみて下さい...!

I 何時でも何処でも腹式呼吸の常に正しい呼吸法を心掛ける

▽

II 丸一日なるべく息を止めない・ストレスを感じたら即、息を吐き出すこと

▽

II 肺で交換作業が最大限行われる・全身の末端まで血液循環する・伝達物質がスムーズに運ばれる

▽

III 自律神経が整う・免疫力、抵抗力が最大限発揮され・病気に負けなくなる

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之



2019年10月2日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑭

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

私たちのカラダは、自律神経の働きによってコントロールされています...。

例えば、暑ければ毛穴が開いて汗をかき、寒ければ閉じて震えますし、摂取した栄養素を内臓が処理したり、体内にバイ菌が進入すれば直ちに撃退するなど、あらゆるシステムを動員しカラダを常に健康体へ維持しようとしてくれます...。

しかしその最適化システムも、体内にて3つの「気」と呼びますが...

実は、「空気」「液体」「電気」が適切に行き交って初めて成り立つのです...。

調子の悪い人は、末端の細胞の一つ一つに、必要な時間に必要な量の伝達物質の交換作業がされない為に、細胞に異常が発生し、そんな状態が暫く続くと、やがて病気へと発展するのです...。簡単にいうと、全身の細胞にちゃんと血が通っていない状況、筋肉(内臓器官も筋肉で出来ています)が酸欠となって緊張したままという状態のこと...。

これを、東洋医学では、“「気」が停まる”といいます...!

そこで、「気」が通るカラダになるよういつも心掛け、自律神経が頑張っているのを手助けしてあげれば良いのです...。

I 「決して、自己否定はしない」

II 「腸内環境の良くなる食事を心掛ける」

III 「正しい呼吸法を・なるべく息を止めない・ストレスは即、吐き出す」

繰り返しになりますが...

とにかく、息を吐いて～吐いて～吐いて～と、繰り返し足しては長く長く吐くことをお勧めします...。

ハーハーッ、ハッハッハーハーッ!!! ...と、

カラダを緊張させない様にする...。

リラックスに心掛ける...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-02 06:34:22

つ

月や空
見上げる景色
自然を愛する
裕美さん！

Shigeyuki



つ

て

天才はこの人
希代の作曲家
筒美先生！

Shigeyuki



て

2019年10月3日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑮

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

◎【1分間に18回】→理想的な「呼吸」の回数

本当に大きくゆっくりとした呼吸サイクルが理想なのです...。

スウーーーーーッと凄くゆっくり長く時間を掛けて大きく吸って、ハーッ、ハッハッハーーーーッ!!! ...と、

凄くゆっくり長く時間を掛けて大きく吐かないと、1分間に18回には到底なりません...!

殆どの方は、呼吸のサイクルが短すぎるのではないのでしょうか...?

短くて浅い呼吸では、酸素と二酸化炭素の交換が十分行われぬまま血液を循環させてしまうのではないのでしょうか...!?

実は、浜辺の波が押し寄せてきては引いていくサイクルが1分間に18回なのです...。

伊豆、湘南、三浦海岸も1分間に18回、日本の裏側の西海岸だろうとアラスカだろうと、地球上何処でも波の往復するサイクルは1分間に18回なのです...。

私たちの呼吸も、その自然のサイクルに合わせて呼吸するのが理想なのです...!

理想的なサイクルで大きくゆっくりとした呼吸をすると、一回一回か隅々の末梢血管まで血液が流れて、カラダ全身も指先まで熱く感じる筈です...!

すると、体温も脈拍も血圧も理想的な状態に近づいていくのです...!

その18を倍にすると...、

◎【36℃】→理想的な「体温」の標準

体温36℃は、カラダが最も活性化している状態になり、免疫力・抵抗力が最も発揮され易いのです...!

最近は35℃台の低体温の人が増えているらしいのですが、体温が低いと病気に掛かりやすいといわれています...。

体温は高すぎても低すぎても良くありません...。

その36を倍にすると...、

◎【1分間に72回】→理想的な「脈拍」の回数

心臓の鼓動を打つ回数が1分間に72回が理想なのです...!

脈拍が高い方も低い方も、脈が乱れる方もいると思います...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-03 06:04:28



2019年10月4日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑩

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

ストレス感じたら→即、呼吸法で吐く→末端まで血流流す→自律神経が整う→免疫力UP

この“「気」の流れが良くなる”習慣を是非とも取り入れて下さいね...!

私は仕事上、長くお付き合いのあるお客様が多いので年齢と共に病気がちの方が増えていきますし、なかには重い病気と戦っている方もいます...

自分自身や家族だって年をとっていけば、そうなるだろうと覚悟しています...

ですから、少しでも病気や老化に負けない方法はないかと模索し、自分で実践してそれをお客様にもお勧めしているんです...

さて私は、裕美さんが乳癌に罹患されていることを知ってショックはありましたが、驚きはしませんでした...

それは、ご本人の年齢を考えれば、裕美さんの身に何時どんな事が起こっても不思議ではないと思っていたからです...

裕美さんの美声が出せなくなるかも知れない、悪い病気にでも掛かってもう歌えなくなるかも知れない、と...

あるいはご家族に何か起こっても仕事に支障が起きる筈です...

例えば森昌子さんの様にまだまだ歌えるのに引退を決意する方もおりますし、あるいは闘病中で活動したくとも出来ない芸能人の方もいる訳ですから...

ですので、裕美さんだって、と...

実は私は、コンサートで拝見する度に、「ひょっとして、裕美さんを生で観れるのはこれが最後かも知れない?」「裕美さんは何歳まで歌ってくれるのだろうか?」「健康のまま、いつまでも歌手活動を続けて欲しい!」という気持ちでいました...

だって裕美さんの性格を思うと、もしかしたら急に「私、引退します!」なんて宣言しちゃうんじゃないかと、どこか覚悟していますから...笑

ですから私は裕美さんのスケジュールを見ると、ああ、今年はこの日まで歌ってくれるのかとホッとします...

そんな裕美さんに、私は何をしたら応援になるのだろうか...

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-04 06:45:45

2019年10月5日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑰

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

公表された当日、実は直ぐにあるお客様に電話をしたんです...。

乳癌と闘病中のAさん(60代)という女性です...。

Aさんは2人姉妹の長女で生まれ、地元の学校を経て大手企業に就職、その後結婚し3人のお子さんに恵まれました...。

母親として子育てしながら働き続け、仕事と家庭を両立させ頑張ってきた方です...。

そして今年3月に退職するまで、一つの会社で勤め上げた立派な方です...。

彼女の性格は、明るくて元気で活発で思い立ったらジツとしてられず直ぐに行動に移すタイプ...。

芯の強さと男みたいな度胸の良さ、器の広い方で職場の女性陣からお姉さんと慕われ惜しまれて勇退なさったのです...。

定年後は孫の子守などをしながら、ご主人と旅行や趣味を楽しまれたり悠々自適な老後をご過ごされる予定だったAさん...。

それもつかの間、最近になって乳癌が見つかったのです...。

早速、手術と放射線による標準治療に踏み切られ、最近では落ち着いた様子の彼女...。

私はAさんなら、きっと裕美さんの気持ちが判るかも知れないと思い、意見を求めたのです...。

すると、電話の向こうからAさんのこんな声が返ってきました...。

「周りには不安がるけど、乳癌は恐れる病気じゃないよ。

私は乳癌で良かったと思ってるの。

だって、もし未知の病気や難病だったら、そっちの方がイヤ。

乳癌は皆んな掛かってるから、症例が多いの。

こんなケースにはこう、こんな状態ならこうと、

最新の医学が進歩して、治療方法が確立しているの。

治るまでの道筋がハッキリしているわ。

普通に戻れるんだよ。

裕美さんに、そう伝えてね。」

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-05 06:19:33

ぬ

抜きん出る
歌唱力と
45年のキャリア
裕美さん！

Shigeo

ぬ



2019年10月6日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑧

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

昨今、医学の進歩により検査技術の向上や薬の開発さらに最先端のオペ等により、多くの方が高度な医療を受けられるようになりました...。

その一方で、重い病気に罹る人が減らないのは何故なのでしょう...?

健康診断を受けていても病気が発見されず、と言ったハナシも度々耳にしますね...?

さて、今から20年ほど前、私の叔父が肺癌を患いました...。

私はあの時、叔父さんはタバコとか全く吸わないし家族も喫煙者無しなのに、何故に肺癌なのだろう!? と不思議でした...。

それ以来、癌について深く興味を持つようになりました...。

原因は何か? 遺伝なのか? 生活習慣なのか? 他にどんな因子があるのか...。

癌は、身体の中でも粘膜質の柔らかい所、細胞分裂が激しい所に生まれ易いといわれています...。

誰にでも体内に癌細胞が常に約3,000~10,000個位は有しているが、それが増殖せぬよう自律神経が頑張って癌が生まれては消えしているらしいのです...。

細胞膜の表面に傷が付く→自己修復、もっと深く細胞核に傷付くと→自己修復が難しく、やがて癌細胞に変貌→でもNK細胞が食べて破壊する、といった具合に免疫力によって癌の増殖を食い止めているのです...。

ところが、この防御システムが十分発揮されなくて癌の増殖に負けてしまうと、いよいよ発症となるのです...。

癌の潜伏期間は10年位で、その後何らかの因子が幾つか重なって発症すると考えられています...。

3年位進行する期間があるのですが、その前に早期発見すれば治療のリスクは少なく済むという訳です...。

私には、その最終的な因子は精神的ストレス、それも「自己否定」が、とにかく悪いのでは、と睨んでいます...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-06 06:08:21

ね

願いはどんな
ことだって
叶うものと
信じていたけれど
「上弦の月」!

Shigeyuki



ね

の

のんびり
リラックスも
心と身体への
ご褒美
裕美さん!

Shigeyuki



の

2019年10月7日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑩

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

私は、裕美さんが病気に罹ってしまった要因を以下の様に想像しています...。

誰が見ても、裕美さんは精神的にも肉体的にも健康そうな女性に見えますね...。

でも裕美さんだって人の子ですから(笑)、日々悩みもするし、傷つくことだったある...。

当然ながら歳もとります...。

その事を自覚し始めて、対策を採ろうとしていたと思います...。

健康面に十分気を配り、適度な運動や睡眠時間を十分とったり、常日頃マスクを掛けたりと各種の予防に努めてらっしゃったようですね...。

一方で日々の食生活はどうだったのでしょうか、恐らく若い頃からの習慣をなかなか変えられずにいたのではないのでしょうか...?

キッチンランカーなんて自称していたし...笑

残念ながら、誰しもがそうなりますが、50代後半から徐々に体力や免疫力が衰えてきた筈です...。

そこに....

3年前、小太郎君との突然の別れ....。

三男と呼ぶくらい息子の様に可愛がっていた小太郎君、不幸過ぎる出来事が...。

恐らく、裕美さんは「小太郎を自分が殺してしまったのではないか」といった後ろめたを強く感じてしまったのでは...?

真面目で責任感の強い人ほど、そう感じる筈です...。

きっと裕美さんなら自分を責めてしまったことでしょう...。

後悔の念に苛まれ、自暴自棄に近い毎日があったのでは...?

例えば睡眠や食生活が乱れるなど、知らず知らずに生活のリズムを崩しがちな日々が続いたのではないのでしょうか...。

それでもステージに立てば、私たちに笑顔を振りまき元気を装わなければならず、そのギャップからますます精神のバランスを欠き、いつしか体内に異変が起こってしまったのではないか...。

と、私は小太郎君の件を病気と結び付けてしまうんです...。

(※これは私の全くの想像です。事実と異なるかも知れません。ご免なさい。お許しを。)

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-07 06:44:38

は

20才まえ

ぼくに逢わなきゃ

君だって違った人生

「しあわせ未満」!



2019年10月8日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気⑳

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

犬は賢く、ご主人様に役立つことが一番の幸せだそうです...。

例えば、吠えるのも飼い主を守る為に威嚇するし、ボールを投げる拾って来るのは遊ぶのが好きなのではなくてご主人様に役立つことに喜んでいるのだそうです...。

さらに、自分が犬である自覚も持っていて、人間様には及ばないということも理解しているのだとか...。

子供の様に溺愛して飼うと、失ってしまうと心の傷が深いものです...。

その昔、私もレオという犬を飼ってました...。

それこそ生まれて直ぐヨチヨチ歩きの幼犬でやって来たレオ、家族皆でそれはもう愛情たっぷり可愛いがって十数年の月日を一緒に家族の一員として生活したのです...。

私の青春時代と一緒に過ごしたレオは、かけがえのない存在でした...。

レオの最後は不思議でした...。

親父が定年退職の頃、新築で家を建てたんですが、既に老犬となりヨボヨボになっていたレオは、引っ越しの直前に息を引き取ったんです...。

きっと新しい家に移る前に、「家族に迷惑を掛けない様に」と自分で亡くなるタイミングを図った、としか思えないのです...。

亡くなってから20年経つのに、思い出すと今でも切なくなるのです...。

レオは夢の中に時々現れるので、私は嬉しくなって戯れます...。

でも、夢から覚めると現実に戻り悲しくなるんです...。

どうして切ないのか...?

それは、赤ん坊でやって来て飼い主より年下だったのに、いつの間にか成長しやがて歳を追い越し、そして自分より先に老化して死んでいく、一生を見届けてしまうから...。

人間なら、老化は親が先に子が後という順番なので、自然に覚悟が出来てますが...、

ところがペットは、後から生まれたのに先に老けて死んで行くので、切ないのだと思います...。

生き物とは、生命とは、生と死とは...。

裕美さんの三男 小太郎君が何故亡くなったのか...。

その意味が判るまで、まだ何年も掛かるかも知れませんね...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

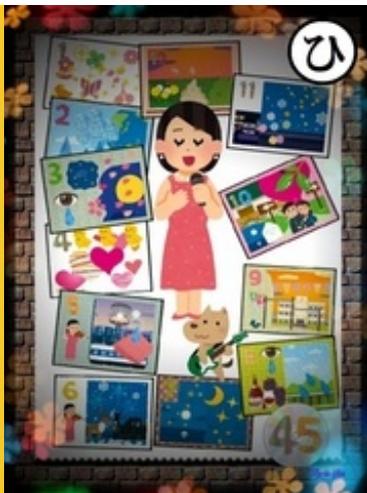
仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-08 07:18:37

ひ

「ヒロミ☆
デラックス」
祝オリコン
週間第45位！

Shy-poo



ひ

ふ

不思議な
声の特徴の
裕美さん！
まるで
小鳥のさえずり

Shy-poo



ふ

2019年10月9日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(21)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

毎朝読んで貰って申し訳ございません...。

私の拙い作文では何のお役にも立たないと思いますが、これも大好きな裕美さんに元気になって貰いたいからなんです...。

あと数回は連載しますからね...笑

さて、裕美さんがTwitterを始められて以来、私どもは裕美さんのプライベートの一部を伺い知る事が出来るようになりました...。

そこには...?

空、星、愛犬、食べ物、レッスン、移動、仕事(地方でライブ)、音楽関係者、息抜き(映画など)、休暇(旅行)...

愛犬と出逢いと別れや、裕美さんの手首のアクシデントなんかもありましたね...。

ライブで遠方&いきなりトンボ返り...!

裕美さんは一年を通じて家庭と仕事先を行ったり来たりする、意外に忙しい(失礼)ことも判りました...。

私どもファンは、裕美さんの素顔に近づけて嬉しい限りですが、この3年半で本当に様々な出来事があったんですね...。

きっと歌手太田裕美は勿論好きですが、主婦福岡弘美をもっと好きになってしまった者が増えたことでしょう...笑

でも、ご家庭をキチンとこなしながら音楽活動は実は大変だろうと思います...。

恐らく、裕美さんの真面目な性格なら、朝から晩までやることをキチンとこなそうと、愛犬の世話と、掃除に洗濯、ゴミを出したり、食材の調達と食事の支度、買い物にクリーニング屋へ行ったり来たり、電話をしたり、新聞もしっかり目を通したり本を読んだり、そして空いた時間に音楽のこと...。

仕事があれば、打ち合わせやリハやなどに時間も割く必要があるでしょうし、仕事で地方へ移動となればもっと大変...!

家のことは先を考えて、どうすれば効率よく時間を有効に使えるか?となるでしょうから、アタマの中はフル回転させるという、「天才凄腕主婦」が裕美さんの素顔だった...!?!?!?

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-09 07:29:33

届と十のヒロミツコから



編曲の職人
萩田さんは
ヒット曲の
料理人！

萩田

Shogun



2019年10月10日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(22)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

最近はお母さんが大幅に増加した訳ですが、仕事と家庭の両立はそれはもう大変ですよ...

。

家のことを何にもしない私からすれば(赤面)、ご家庭を切り盛りしながら頑張るお母さん、家内を含め世の中の全ての女性には頭が下がる思いです...

お客様にも裕美さんのような凄腕主婦がいて、なかには現在闘病中の女性もいますが...

恐らく自分を後回しにして家族に奉仕、仕事も完璧にと望み過ぎて無理してしまい、そんな長年の無理が祟ったのではないかと...

自分に厳しい気性の方ほど、結局病気になってしまう気がします...

さて裕美さんで気になるのは、やはりタイトなスケジュールです...

裕美さんは、ライブで遠方&いきなりトンボ返りが多すぎる気がしてなりません...

長時間の乗り物は、お疲れになりませんか...?

旅の疲れは、後からカラダに堪えることもありますので無理は禁物...!

様々な事情があるとは思いますが、今後は前泊するなどゆとりを持たせ、なるべく無理のない行程で組まれる事をお勧め致します...

旅は家庭から逃れられる面もありますが、裕美さんのことだから、移動中も仕事の段取り等を考えている筈ですから、やっぱり頑張ってる訳です...

そこで次は、プロの仕事についてです...

一般人からみて、芸能人は楽しそうに仕事をしてると勘違いされがちですが、そんな甘いものではないですよ...笑

どんな職業でも、プロの仕事は厳しいしお金を貰うのは大変です...

裕美さんのような大御所の歌手であろうと、日々鍛錬や研究を重ね骨身を削って打ち込んでらっしゃるのだらうと思います...

人気者であるが故の様々な苦勞が有るのだらうと...

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-10 20:05:46

ほ

本人はアイドル
を否定する

元祖

学園祭の女王

裕美さん!



2019年10月11日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(23)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

看護師「りゅうじんさん、診察室にお入り下さい!」

私「はい...(汗)。」

若い看護師さんにお尻の山を両手で思いっ切り拵げられて、医者に指や器具で触察される間、あられもない姿のままジッと耐えている私...(笑)!

肛門科の先生「大夫良くなりましたねー、では一週間後にまた診せて下さいー」

私「はい...(赤面)(こんな所をお客さんに見られたらどうしよう)。」

これは、今年の春先のエピソードなのですが、患者になってみて気付かされるが多々ありました...

私は健康を売り物にしているので、お客様の前ではいつも元気なフリ(笑)をしているので、バレないように隣の隣の町の病院に通院していました...(笑)。

重い病気に罹ると、実は病気の肉体的苦痛以上に、精神的な重圧に苦しめられるといわれています...

“これからどうなるのだろう”“周りの人に迷惑掛けてしまう”“仕事のこと・家庭のこと・お金のこと”他にも次々と頭の中をグルグル渦巻く日々...!

これが「国民的スター 太田裕美」さんの身に降り掛かったなんて...

周りの人への配慮は勿論、一般の人に見つからない様に通院されるでしょう...

そして既に決まっている仕事をもしキャンセルでもしたら、多大な迷惑を掛けると悩まれたことでしょう...

このまま病気を隠し続けるべきか、あるいは公表すべきかも相当悩まれたのでは...!?

もし世間に伝わったら、なんて思われるだろうと、余計な想像ばかりが胸に去来していたでしょうから、公表にはかなり勇気が必要だったと思います...!

だいぶ心が揺れ動いて悩める日々を送って来たのではと....、

心中お察し致します...

一般人の私たちには想像もつかないほどのプレッシャーが、裕美さんに襲い掛かっていたのですね...(涙)。。。。。

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-11 17:31:23

ま

まごころ

大感謝祭

45周年45回転で

くるくる!



ま

2019年10月12日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(24)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

「声もお姿も、若い頃とちっとも変わらないですね~!!!!!!」

これは、よく耳にする裕美さんへの誉め言葉ですね...。

デビュー当時からずっとTVを視て曲を聴いてきた私はそうは思いませんが...(笑)

“変わりがない”と言われれば言われるほど....、

真面目な裕美さんは“変わってはいけない”と常日頃からプレッシャー(ストレス)になっているのではないかと私は分析しますが考え過ぎでしょうか...?

“変わってはいけない”...人気者は辛いですね...。

大体、45年前と比べられるなんて酷ですよネッ...(笑)!

それは一般人が「アイドル」太田裕美に抱き続ける幻想です...(笑)!

裕美さんに言う前に、お前はどうかんだ、20代の頃の写真よく見てみろッ...(笑)!

きっと影では、体型を保つ努力なんぞを...(笑)!

ご家庭をしっかりと守りつつ、仕事でも活躍をされる太田裕美さん...。

プロの芸能人として45年もの長期に渡って人気も実力も保ち続けられているというのは、本当に凄いことです...。

ある番組で松本隆先生が、裕美さんの音楽に対する姿勢を「好奇心・探求心・向上心が高い」と語っていましたが、なるほどと感心しました...。

勿論それだけではないと思いますが、真剣に取り組んでいる姿勢が実を結んでいるのでしょ
うね...。

私たち一般人は歌声や容姿に気を取られがちですが、裕美さんの本当に素晴らしいところはプロとしての自覚だと私は思います...。

さて芸能界は厳しいようで、例えば実力が有っても売れなかったり、何十年も燻っていたり、更にはチャンスにも恵まれないとブレイクに結び付くかないそうですね...。

でも実は、本当に大変なのは売れてからだと聞いたことがあります...。

最近も番組でお笑いのサンドウィッチマンが、ブレイクしたら多忙で想像以上に大変だと、そして前より芸が落ちたと指摘されない様に、より勉強したり練習する必要がある、と語ってました...。

国民的人気を得ると、想像以上のプレッシャーが襲ってくるんですね...。

きっと、裕美さんも同様あるいはそれ以上の巨大な重圧を45年も感じ続けながら過ごしてきたのだらうか、と私は想像したら鳥肌が立ちました...。

また次回...。

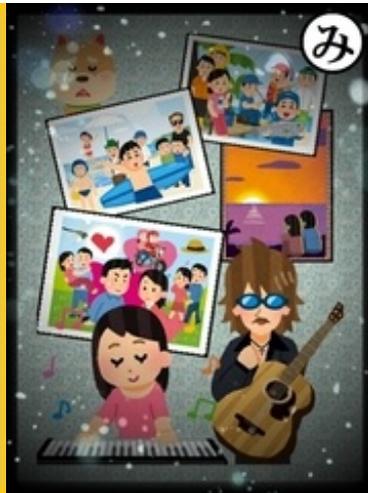
裕美さん、元気を出して下さいね...!

昭和十のヒロミツコからた

み

みんなでも
釣りへでも
行きなよ
「君と歩いた青春」

Repa-pa



昭和十のヒロミツコからた

む

昔のアイドル？
違います
バリバリ現役
裕美さん！

Repa-pa



2019年10月13日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(25)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

5月発売の新曲♪『ステキのキセキ／桜月夜』を初めて聴いた時、私は新鮮で強いインパクトを覚えました...。

時折、裕美さんは新しいことに挑戦したいと仰られますが、まさにこの新曲は歌の作りも歌い方も新鮮で刺激的なものでした...。

でも、完成に至るまで大変だったと思います...。

ファンはもとより全国民が、過去の曲に肩を並べても負けない良い曲で、“さすが太田裕美だ”と納得して貰わねば、という大きなプレッシャーが有った筈です...。

近年の裕美さん自作曲は♪『遠い明日』♪『道』などどれも真面目な曲という印象があります...

。

幼少期の裕美さんの家には住み込みの職人さんたちが居て常に大人に囲まれた環境だったそうですが、それできっと真面目な職人タイプに育ったのかしら...?

若い頃から大人、しっかりした大人だった、それが太田裕美...!

裕美さんが自己責任の強い人なのは有名で、例えば大胆な発言をしたり、NYで一人暮らしなんて、とにかくあの時代から裕美さんは他のアイドルとは一線を画するものがありました...。

今回の♪『桜月夜』、鬼気迫る歌唱もあって“今”の裕美さんの心情を現しているのか、ストイックさが半端ないですね...。

そういえば最近のラジオで裕美さん、もし生まれ変わったら何になりたいかと訪ねられ、「サッカー選手になりたい」と答えてましたよね...(笑)!?

ひょっとすると、裕美さんは己を磨かんとして自分に厳しく生きる人なのか...。

だとしたら、私も裕美さんとソックリ、性格が似てます...(笑)。

でも、ストイックさもほどほどにしないと...。

いよいよ11月にはアルバム『ヒロミ☆デラックス』が発売、どんな仕上がりか楽しみにしています...!

聴者の期待を裏切らないようにと、今回もきっと大きなプレッシャーが有って苦悩の連続だったのでは...?

完成に漕ぎ着けるまで身体に無理されたのではと心配です...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-13

め

めざめると
「あじさい」
が香ります
窓いっぱい
香ります！

Shirayuki

め



2019年10月14日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(26)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

またもや災害に見舞われた日本列島、台風19号が各地に被害をもたらしましたが、裕美さんのお宅は大丈夫でしたでしょうか...?

私の方は、隣接した河川の水位が上昇した為、家の周囲全て冠水してしまいましたが、水があと一歩のところまで助かりました...。

私は8年前の東日本大震災のことを連想します...。

あのとき石巻市に住んでいましたが、津波に全財産が流されちっぽけな生活はアッという間に失われました...。

実家(現在住んでる家)に辿り着くも全員で泥かきから始まり、水や食料調達に明け暮れる日々...。1ヶ月、2ヶ月と、時間の経過と共に徐々にインフラが復旧しつつも、しかし一刻も早く仕事を再開しないと、という思いが強まっても物資の調達や準備もままならず空回りする日々...。

それでも何とか新天地で仕事が再開するめどが立ち、生活の足掛かりが掴めそうになって行きました...。

ところが裏腹に、何故か日を追うごとに私の精神面が不安定になっていったのです...。

何をしてもつまらない、何を食べても美味しくなく、それに一人になると落ち込むという日々が続きました...。

いわゆる、震災ストレス...。

そんなある日、心を癒してくれたのが裕美さんの曲だったのです...。

実家の屋根裏には子供時代の私物を隠しておいた事を忘れていたのですが、そこで出て来たのが太田裕美さんの昔のレコード達だったのです...。

「そうだった、自分は太田裕美さんが大好きだったんだ」という事を思い出したんです...。

ゆがて、久々にプレイヤーで聴く懐かしい裕美さんの歌声に、ちょっと元気を取り戻した私でした...。

そう言えば、最近の裕美さんはどうしてるのだろうか、ようやくネット環境が整ったので、ある朝に検索してみると...、

裕美さんの♪『金平糖』が流れてきたのです...!

その瞬間、私は涙腺が決壊しました...!

荒んだ心がアッという間に洗われる様な、なんて素直な良い歌なんだろう...!

聴いた歌を振り返っては涙が出てくる...。

家族の前でも涙がボロボロと流れる私は、気が付けば本来の精神を取り戻せていたのです...。

裕美さんありがとう...!

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-14 06:44:53



2019年10月15日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(27)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

東日本大震災の話を少し...

「石巻を諦めて、実家に帰るぞッ...!!」

真っ暗な小学校の教室の中で、家族は黙って頷きました...

避難所で私は家族に命令したのです...

いま振り返ると、家族の意見を聞かずに独断で決めてしまい、かなり強引だったと思います...

住み慣れた環境から引き離され、子供らは大好きな友達とバラバラになってしまうのです...

でもあの時は、それしか考えられませんでした...

子供達は1年後に進学を控えていたので、もし石巻市に留まっていれば恐らく仮設住宅で受験勉強させるだろう、それは可愛そうだと私は思ったのです...

でも実家に行けば部屋数もあるし、将来を考えて仙台市の学校に進学させたいと考えました...

水が引いた5日後、石巻市をやっとこさ脱出し、実家へ辿り着きました...

そして、親父お袋2人でのんびり暮らしていた実家でしたが、新たに6人の同居生活へと変わったのです...

私の仕事は文字通り一から出直しとなりましたが、仙台市内に店を構えました...

知名度まったく無しの私が、新天地で文字通り0からスタートし、どれだけお客様を獲得出来るか...?

これまで培ってきた施術と接客の実力が試された訳です...

家内にも手伝って貰いながら、それはもう必死で朝から晩まで頑張って働いてきました...

徐々にですが、生活も落ち着いていきました...

この8年の間、娘は高校→短大→社会人へ、息子は中学→高校→大学あと少し、就職も内定し来春は卒業です...

妻は愚痴もこぼさず、朝から晩まで家事も仕事も毎日せっせと働いて、本当によく頑張ってくれています...

“母は強し”ですね...

2人の子供も、明るく元気に頑張っています...

でも私はきっと心の中は“震災の傷あと”が深く残っているのではないかと心配しています...

“決断”は正しかったのだろうか、後々になって後悔しそうになったり精神的に不安定になるものなんですね...

そこで最近になって、勇気を出して子供に尋ねたのです...

すると...?

「おじいちゃんおばあちゃんの家に移って良かったと思ってるよ!!」

嬉しくて私は涙が出ました...

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-15 07:29:37



2019年10月16日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(28)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

今日も太陽は昇り、いつもの朝を迎えました...。

でも、日本各地で台風の被害を受けたご家庭では、果たしてどの様な気持ちで朝を迎えているのでしょうか...。

私もそうでした...。

明日は我が身といいますが、私は阪神大震災のときは全く他人事とと思っていましたから、いざ自分自身が大災害に遭ってみて初めて被災者の気持ちが解ったのです...。

昨日までの平和な日々が一変し、辛い日々になってしまう...。

幸せと不幸は紙一重、私たちの生涯は何とも儚いものだと思います...。

きっと、身に降り掛かった現実を直視出来ずに苦しんでいるのでは...?

受け入れるのに時間が掛かるのです...。

「何故、自分がこんな目に」「これは夢であって欲しい」と...。

病気も同じだと思います...。

災害と病気は似ていると思います...。

大病になればなるほど、精神との戦い・己の煩惱との戦いではないでしょうか...。

一生の間に良い事とばかりではなく必ず悪い事も起こりますし、とくに災害と老化と病気は避けられないのでしょうか...。

そして、いざ身に降り掛かると誰しもが「自分は世界一の不幸ものだ」と落ち込み自暴自棄になりそうになります...。

そんな時は、人間は本当に弱いものです...。

災害と病気は似ていると思います...。

くどいですが病気も同じです...!

裕美さんはどうですか...?

そこで、裕美さんにどうしても伝えたかったことを最後に書きます...!

それは、A君親子の話です...!

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-16 06:58:34

よ

ヨーロッパ
行きは観光
だけにしてね
裕美さん!



よ

ら

ライブは
各地へ長距離も
谷さんに
任せて安心!



ら

2019年10月17日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(29)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

A君は生まれつき『ヒルシユスプルング病』という難病を抱えた少年です...。

お母さんは私がかつて勤めていた会社の同僚で、彼女は遅く結婚して40歳のとき初出産で授かったのがA君なんです...。

ある年に届いた年賀状に赤ちゃんの写真が載っていたので、私はてっきり幸せな家庭生活を送っているものだと思っていたのですが...。

今から3年前に何気なく連絡してみたら、彼女から信じられない言葉が返って来たのです...。

よりによって東日本大震災の直後、彼女の実家は流され全壊し家族は来れない、単身赴任のご主人は出先から戻れずという騒然とした中、仙台市内の病院で寂しく生まれたA君...。

ミルクを吐き出すのでおかしいと医者があるこれ調べたら...、

「息子さんは約5,000人に1人という、“腸を動かす神経節細胞が生まれつき無い病気です」と告げられたそうです...。

その意味も解らないまま、人工肛門に換えさせられた息子を前に、母親はただオロオロしているだけだったそうです...。

それからは毎日点滴を打つだけ、治療方法は無し...。

在宅で毎朝毎晩、お母さんが彼に点滴をします...。

息子の為に、仙台こども病院と支援学校にほど近い地域に引っ越しもしました...。

3年前、私は初めてA君と会いました...。

青白い顔してますが、頭の回転が良く優秀で受け答えが大人顔負けのしっかりした男の子です...。

クルマが大好きなA君を誘って、ヒロミッコ号に乗せたり、SUGOサーキットに連れて行ったら大喜びしてくれました...。

現在、小2になったA君...。

点滴だけで生きているA君...。

お母さんは、食べさせないと、少し食事を与えますが受け付けません...。

胃も弱く食べ物を上手く消化出来ず、腸は動かないので詰まってしまうのです...。

次第に苦しくなり腸閉塞になって何度も手術を繰り返しているそうです...。

A君のお母さんは、“どうしてこんな子を産んでしまったのか”と苛まれながらも子育てに頑張っています...。

“口から食べることが出来ない”なんて...

私には想像もつかないことです...

裕美さんは、どうお感じになりますか...?

また次回....

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-17 07:23:23



2019年10月18日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(30)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

『ヒルシュスプルング病』という生まれつき腸が動かない難病の少年の続き...。

母親の朝晩2回の点滴だけで生きているA君(8歳)...

青白い顔していますが、でもとても明るく人懐っこい少年なんです...。

A君はお母さんのことが大好きなんです...。

だって、彼が生まれた時から片時も離れず付き添っているお母さんなんですから...。

そんなお母さんは、ひょっとしたら“食べることが出来るのではないか”という願望で時おり、息子に少し食事を与えてみます...。

でも、結局は詰まってしまう腸閉塞になるのです...。

母親の前ではA君はお腹が苦しくてもジッと我慢して黙って食べるし、何日もお腹が痛くても我慢し続けるそうです...。

次第に彼の顔つきが変わってきて、とうとう病院に行って腸閉塞の手術するのだそうです...。

手術の前後も「痛い」と一言もこぼさないA君、それは大好きなお母さんを困らせない様にと気遣っているからなんです...。

また、口から水分が採れないので発汗が難しく、年中エアコンの部屋に釘付け...。

とくに真夏の屋外は命取りになる危険があるそうです...。

しかし、最近のA君は支援学校に上がってから逞しくなりました...。

教室では先生の手伝いをする位、よく気が利くし活発で障がい児たちのリーダー的存在となっています...。

そんなA君の難病、何とか治せないものなのでしょうか...?

かつて日本で同様の病気の女の子がいたようですが、多大な寄付を募って渡米し臓器移植に踏み切ったそうですが、帰らぬ人となったそうです...。

人は点滴だけで生きていけるのでしょうか...?

何年も点滴を打ち続けると、いずれは合併症で内臓疾患に罹る可能性があるそうです...。

海外には50代まで点滴だけで生存した男性が最長と記録が残されています...。

調べれば調べるほど私は悲しくなりました...。

A君もいつまで生きていられるかは誰にも判らないのです...。

神様も酷いことをするものです...。

裕美さんは、どうお感じになりますか...?

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!



2019年10月19日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(31)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

A君は、勇気がある少年なんです...。

何回も何回も繰り返し受ける腸閉塞の手術も、泣き言一つなく耐えて頑張っています...。

そして、本当に思いやりのある子なんです...。

お母さんは息子の前でも、ついアタフタ・オロオロしてしまいましたが、A君が冗談を言って和ませたり、逆に母親を励ましたりしています...。

幼児の頃からA君は、自分の置かれている状況をしっかり理解しています...。

お母さんによれば、5歳のある日のこと、神社に寄りたいとせがんだそうです...。

通り道に小さな祠があって、仕方なく立ち寄ったら自ら「僕の病気が早く治りますように」とA君は小さな手を合わせて一所懸命に祈っていたそうです...。

私はその話を聞いて、涙が止まりませんでした...。

さて...。

もし、辛いことが有っても悲しいことが有っても、美味しい物を食べると、気持ちが落ち着いたりしますよね...?

例え重い病気に罹っていても、好きな物を食べれば、幸せを感じて一瞬でも病気を忘れることが出来るのではないのでしょうか...?

ところが、A君は“食べることが出来ない”のです...!

果たして、こんなに辛いことが世の中に有るのでしょうか...!

A君の苦しみを思えば、癌だろうが何だろうがどんな辛い病気も見劣りすると思います...!

彼の前では、震災の津波で被災したことすら、ちっぽけに思えるようになった私でした...。

この親子の苦悩を思えば、どんな大変な事情も小さく感じると思いませんか...?

私は、人生で最も衝撃を受けたと思えるほど、A君の存在は心を揺さ振りました...。

A君は、クルマが本当に大好きです...。

時折クルマのイベントに連れて行くと、目をキラキラさせて夢中で見えています...。

私のヒロミッコ号に乗せると、それはもう大喜びで体全身を使ってはしゃいで楽しんでもくれます...。

家ではミニカーやクルマのビデオや雑誌で遊びます...。

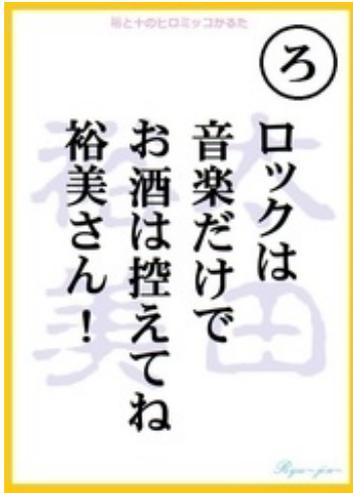
“好きなもの”があるというのはとても良いことですよね、将来は自動車に関係する仕事に就きたいと、生きる希望になるのではないのでしょうか...。

また次回...。

裕美さん、元気を出して下さいね...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

2019-10-19 05:53:09



2019年10月20日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(32)

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

支援学校では児童一人一人それぞれが固有の障がいを抱えており、肢体不自由者も大勢います...

。

その中においては体が自在に動かせるA君、当初は戸惑っていたもののやがて器用さを生かして率先してクラスの仲間の手助けをしては、リーダーシップを発揮しているそうです...

そう、A君は気が付いたのです...

たとえ、重い障害を抱えていても自分にも出来ることが有るということを...

そして何より、「人は“人の役に立つと幸せ”である」ということを、もう8歳にして判っているのです...

彼の澄んだ眼を見ていると、素直さに心が洗われると同時に、自身を戒めさせられる思いがします...

五体満足で生まれてきただけで、どれだけ幸せなことか...

それなのに愚痴ったり不満を見つけて八つ当たりでもしようものなら、彼にきっと笑われると思います...

A君に恥ずかしくない生き方をしよう、私はそう決意しました...

人は誰しも生きている意味を追い求めて、こんな筈じゃないと悩み、もがき苦しみ長い旅を続けます...

例えば、一流会社に勤めてもあっさり辞めてしまったり、財産に地位や名誉を手に入れても孤独を感じたり、薬物に溺れたり、なかには自殺してしまう人までいます...

でも、「人は“人の役に立つと幸せ”である」ということを実感しながら生きている人は違うと思います...

そう、こうしている間も災害で派遣された大勢の警察・消防・自衛隊・医療従事者などが現場で頑張っていると思いますが、勿論職業ですが、彼らはお金のためだけに働いているのではなく、人に役に立つことに生き甲斐を感じて頑張っていると思うのです...

私の仕事は東洋医学です...

人に直接触れる仕事なので、お客様に喜んで貰う喜びをより感じながら働こうと決意しました...

。

裕美さんは如何ですか...?

恐らく、裕美さんのステージを観に来るお客様に喜んで貰おうと歌ってますよね、それで良いんです、素晴らしいことだと思います...

また次回...

裕美さん、元気を出して下さいね...!



2019年10月21日

君の涙は僕の涙、君の勇気は僕の勇気(33)完

太田裕美さま

裕美さんお早うございます...!

鉢植えを2つ並べて、ひとつには「ありがとう♡」「好きです♡」などの良い言葉を毎日掛け、もう片側には「ばかやろう」「xxx!!」などの汚い言葉を掛け続けると、やがて両者には生育の差が出てきて...

肯定的な方はイキイキ育つのに、否定的な方は萎れて枯れてしまう、という話を聞いたことがありますか...?

この実験を、リンゴでやってもご飯でやっても、ほぼ同じ結果が待っています...

不思議ですね、では人間の場合はどうでしょうか...!?

答えはもうお判りですね...!

“言霊”といいますが、言葉や文字には霊力が宿るといわれます...

私の想像では...

きっと人の言葉も文字も、イメージしただけで見えない波動が起きて伝播し、相手の構成している物質にすら共鳴して、それが次第に影響を与えるのではないのでしょうか...!?

何故か...?

人間の肉体も精神も、この地球も全て同じ物質で構成されていますので“自然の掟”に作用されているのです...

何だかスピリチャルな話ですが、実は物理の分野では近年、テレパシーや霊的現象も“素粒子”が不思議な振る舞いをする事で説明が付くといわれ始めているのです...

きっとそのうち、量子力学の世界によって解明されていくかも知れませんね...

私は、東洋医学を通じて“「気」”の存在を確信しています...

そこで、「気」が通るカラダになるよういつも心掛け、自律神経を手助けしてあげれば良いのです...

決して自己否定はしないこと、己を自分自身が愛するというのは本当に重要で、自分が自分を一番好きで、一番のサポーターであるべきなんです...

そして診てくれるお医者信じ、この治療で自分は良くなる筈だ、と肯定的に受け止めること...

そんな精神状態を常に保っていれば、どんな事が起こるにも打ち勝って、最終的には自分を守れると思います...

裕美さん、元気を出して下さいね...!

ライブでお逢いしましょう...!

仙台市 りゅうじん 瀧口 雅之

