

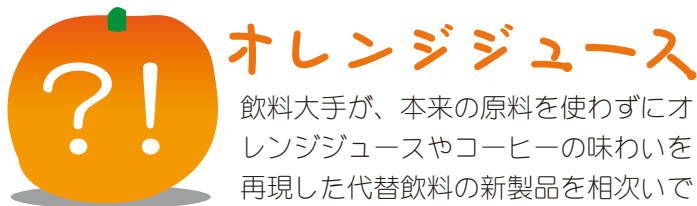
富田林の都賀さん親子の感想です

- 緩める事の重要性を改めて感じました。  
単に力を抜くことではなく、動くために必要な部位だけを使い、無駄な緊張や力みを無くす事。その中でも肘の意識が難しかったです。恒岡先生の説明がとてもわかりやすく、日常生活の中にも取り入れていきたいと思いました。
- 今回は肩甲骨→肩関節→肘関節→手根骨をファンソんで動かし、滑らかに連動させる練習でした。恒岡先生の真似をして動かしているつもりでも、動かせていない。指導員の先生方にも教えて頂きました。やはり日頃から、指、関節、腕などをさすって柔らかくするが大事と教えて頂きました。家にいる時も、なるべく思い出して関節や指などを柔らかくするよう努力をしたいと思います。



書道展  
小野邦也さま

小野様は西支部の50年会員です。5月の連休、堺文化会館ベルマージュ3階で一朴会書展に3点出品されました。長年指導を仰いでいた師匠が他界され、一朴会に入られたとかで、初めての出品になるそうです。本年89歳、益々の健筆を鑑賞しました。(H)



## オレンジジュース

飲料大手が、本来の原料を使わずにオレンジジュースやコーヒーの味わいを再現した代替飲料の新製品を相次いで打ち出している。気候変動の影響で原料の価格高騰や収穫量減少が懸念されているのです。代替りの素材を使って調達コストを抑えつつ、同様のおいしさを楽しめる新たな選択肢を提案しています。

カゴメは3月、オレンジ味を再現したミックシジュース「Beyond オレンジを使っていないオレンジ味の100%ジュース」を発売した。フルーツのような甘さを持つニュージーランド産の「黄にんじん」をベースに、リンゴとパイナップルなどを組み合わせて味を調整した。

財務省の貿易統計によると、2025年のオレンジ果汁の輸入単価は16年比で約3.5倍になっている。

コーヒーを再現した飲料では、アサヒ飲料がミルクとの混合製品「未来のLATTE」を年内に発表予定。コーヒーは使ってないが、植物由来のカフェインを使用し、普段飲むラテと変わらない味わいだという。

## — すてきな生物たち — 《牧野植物園から》

ヤマトグサ ~ 日本人が初めて命名した植物



生物分類学はヨーロッパで確立、江戸時代末期から明治にかけて来日した研究者が、日本の生物を調査し学名を付けて世界に多くの種類を紹介しました。ヤマトグサは、大久保三郎氏と牧野富太郎氏が日本人として初めて独力で分類や生態を研究し学名を発表した種類です。アカネ科に属する小さな目立たない植物で、世界に1属4種、日本には本種1種だけというめずらしい種類。落葉樹林の中などに生える多年草です。風媒花で、雄花と雌花がひとつの個体に両方付いていて、雄花の方が目立ちます。野山をハイキング中に咲いていても絶対見過ごしそうな地味な花です。

「雑草という草はない」は牧野博士のことばです。たしかに、小さな草々、すべて夫々の一生を送り子孫を残してきたのですね。

## いまさらですが！“七夕”

七夕は中国古代の民間伝承がもとになっています。日本には奈良時代に宮中儀式として伝わり、織り姫が機(はた)織の上手な働き者だったということから、手芸や裁縫の上達を願う風習につながった。江戸時代になると、七夕は「五節句」の一つとされ、幕府公式の祝日になった。寺子屋などでは紙の短冊に願いを書き、読み書きの上達を願ったようです。

- 短冊に 妻の悪口書き 燃やす シャベリン
- 新鮮さ 遠距離のせい七夕会い しらたまさん
- おりひこも ハグしたくない 熱帯夜 ゆうさん
- 短冊に 世界平和と書く 児たち シャベリン
- もし俺が彦星だったら 浮気する へいさん
- 短冊に 分りやすいでしょ！「お・と・こ」
- 年一で逢うならゼロの 倦怠期
- 短冊に 書いた無謀な 願い事 こすずめさん
- 短冊に 並ぶ健康への祈り ゆゆっぴさん
- 短冊の 願いが燃える 焼却炉 だだっこさん