

TT Times 2024



感謝 新年

新春を迎え、皆様方のご多幸をお祈り申し上げます

今年の干支は「辰年」(甲辰)

謹んで、新年のご挨拶を申し上げます。

新しい年が明け、2023年を振り返りながら、皆さまに感謝の気持ちをお伝えします。過去一年間は様々な経験と挑戦がありましたが、乗り越え、成長することができたことに感謝しています。これからも皆さまと感動や喜びを共有し、一緒に歩いていくことで、より良い未来を築いていければと思っています。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

今年の干支は辰年。「甲辰(きのえ・たつ)」となります。甲とは「甲乙丙丁～癸」の始まりであり、物事の始まりととらえることができます。そして辰は発芽した植物がしっかりとした形になる、勢いと大きな力、成功ととらえることができます。この二つが合わさる甲辰は、新しいことを始めて成功する、いままで準備してきたことが形になるといった、縁起のよい年になると考えられております。

コロナ禍の影を脱して迎える2024年。新たな成功を目指して、何かにチャレンジするのに最適な甲辰となります。「さあ、何を始めようか」、そんなことを考えるのも年始ならではの楽しみですね。新年が皆さんにとって素晴らしいものとなりますように。

目次:

季節の祭時:「鏡開き」	1
生活の豆知識:「迷路の必勝法」	1
心の栄養をあなたに: 「請求書の祈りと領収書の祈り」	2
生活の豆知識:「魔法のスパイス」	3
健康の豆知識:「長寿の秘訣」	3
土屋敬のおすすめスイーツ:「郷」	4
土屋敬のおすすめグルメ:「富寿司」	4
あとがき	4

【季節の祭時 : 鏡開き】

お正月の間に飾っていた鏡餅を神棚や床の間から下げ、無病息災を祈願して食べる行事。鏡餅や鏡開きの「鏡」は、平和・円満の意義があり、「開き」は末広がりを意味します。鏡餅を割った時の割れ方でその年の運気を占う地方もあり、鏡餅に割れ目がたくさんあればあるほど、その年は豊作になると言い伝えられています。



生活の豆知識 : 「迷路の必勝法 左手の法則」

迷路に関する算数雑学をご紹介します！ 迷路には必勝法があることをご存知ですか？ その名も、「左手の法則」です。

これは、迷路の中で壁に左手を当てたまま進み続ければ、ゴールにたどり着けるというもの。遠回りになることが多いのですが、確実にゴールすることができます。まずは、迷路の中に立っている自分を想像してみてください。そして、迷路の左側に立ち、左手を迷路の壁に当てながら、道に沿ってずっと進んでいきます。もしかすると途中で壁にぶつかってしまうかもしれませんが、ぶつかったとしても壁に左手を当てながらそのまま戻ってきます。行き止まりになっても気にせずずっと壁に沿って進んでいくと…ゴール出来てしまうのです。

実は、「右手の法則」もあるんです…。迷路の必勝法としては、この「左手の法則」の方が有名ですが、実は右手でも同じようにできます。迷路の右側に立ち、右手を壁につけて、「左手の法則」と同じように、行き止まりになっても気にせずずっと壁に沿って右側に進んでいくと、出口にたどり着けてしまうのです…。

そして驚くことに、同じ迷路を「左手の法則」でゴールしたものと「右手の法則」でゴールしたものを、2枚を重ねてみると、なんと全ての道を通ったことになるのです。ビックリです！



左手

右手



重ねると…





心の栄養をあなたに・・・：「請求書の祈り」と「領収書の祈り」

初詣には行かれましたか？
神社やお寺に行って、お祈りをされたかと思いますが、
どんなお祈りをされましたか？

お祈りには、『請求書の祈り』と『領収書の祈り』があるそうです。

その2つの違いをご存じの方は、神さまや仏さまは、お願いごとはしません。
【お願い】は『請求書の祈り』だからです。



神さまや仏さまに勝手な請求書を突きつけて、
「これを実現してくれ」というのは失礼ですよ。

「ありがとうございました」
「おかげさまで」
と感謝の気持ちを込めた、『領収書の祈り』が正しい祈りだそうです。

大学受験の際に、「合格しますように」と祈ったとします。
しかし、自分が合格するという事は、誰かが落ちるわけです…。
合格の祈りをする人は、そのことに気がついていないか、忘れてます…。

つまり、このような『請求書の祈り』ばかりをしていると、
ついつい他人が目に入らなくなり、利己的な思考になってしまいます。
さらに問題なのは、落ちた場合、自分の努力不足を省みず
「せっかくお参りしたのにご利益なかった」なんて、神さまや仏さまのせいにしてしまう。それはお門違いというもの。

『請求書の祈り』ではなく、
いつも見守ってくれている神さまや仏さまに、
“ありがとうございました”という感謝の気持ちを込めた、『領収書の祈り』をすることが大切なだそうです。

何かを実現したい、お金が欲しい、車が欲しい、ハワイに行きたい、あれも欲しいこれも欲しい…。
こんな祈りばかりをしていると、それが満たされなければ自分は不幸だと思ってしまいます。
それが「請求書の祈り」です。

反対に、今あるものに感謝している時は、心が満ち足りた無欲の時。
たとえ交通事故にあったとしても、その程度ですんでよかったと感謝する気持ち。
愚痴や文句や『請求書の祈り』の多い人より、感謝多き人を神仏は好むと言われております。

感謝多き人を神仏は好む

「〇〇になりました、感謝します」というのが『領収書の祈り』。

お参りの際には、感謝の祈りである『領収書の祈り』をしようと思います。

生活の豆知識：「魔法の調味料『マキシム オリジナルスパイス』」

宮崎県の名物料理といえば、みなさんは何を思い浮かべますか？ チキン南蛮や宮崎地鶏の炭火焼き、宮崎産マンゴーなど、おいしいものが盛りだくさんですね。宮崎県には、そんなご当地グルメだけでなく、知る人ぞ知るご当地スパイスがあることでも有名です。それは、家庭でも簡単に使える魔法の調味料「マキシム」というもの。この調味料をひと振りするだけで、料理の味わいが格段にアップすると話題になっています。

- 肉や魚にサッと軽く振りかけて焼くだけで、お店のような凝った味付けに。
- バーベキューの必需品！なんでも美味しくなる。
- チーズにまぶすと、ピールのつまみに最高！
- 野菜炒めやチャーハン、お肉との相性抜群です。サラダにも愛用しています。

ちなみに原材料は食塩、ごま、野菜粉末、しょうゆ、ナツメグ、パプリカ、カツオエキス、クミン、ローレル、唐辛子など。スパイシーなだけでなく、旨味も凝縮された万能調味料です。マキシムをパッとふりかけるだけで、ステーキや焼き肉などの肉料理はもちろん、スープや炒飯、サラダのドレッシングなどあらゆる料理を、プロ級のおいしさに仕上げてくれます。おうちにひとつあるだけで、料理の幅がグンと広がりますよ。ちなみに私の友達は、卵かけご飯の醤油の代わりに、「マキシム」を振りかけるそうです。大手スーパーやお酒の量販店、アウトドアショップ等で販売しています。ぜひお試しを。



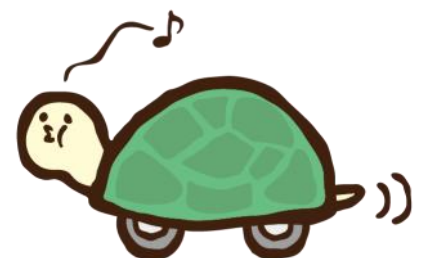
健康の豆知識：「カメに学ぶ長寿の秘訣」



長寿を祝う言葉として有名な「鶴は千年、亀は万年」。ツルもカメもここまで長生きではないのはわかるものの、実際のカメの寿命がどのくらいかご存知ですか？ ペットショップなどで良く売られているミドリガメの寿命は25～40年、川や池にすんでいるクサガメは、60年以上だそうです。現在、最も長生きしているカメは、セーシェル諸島のバード島にすんでいるアルダブラゾウガメで、推定200歳以上。現在生きている動物の中で世界最長寿です。

カメはなぜ長生きなのか。全てが解明されているわけではありませんが、どうやら呼吸が関係しているようです。カメは甲羅に身を隠すことができますが、入っている間はほぼ呼吸をしていない状態なので、心拍数も少なくなり、代謝もゆっくり。結果的に長生きであると考えられています。

心拍数とは、1分間に心臓が動く回数のこと。心拍数が多い生き物ほど寿命は短く、心拍数が少ない生き物ほど寿命は長い傾向にあります。心拍数が少ないと代謝の速度が抑えられ、過剰な活性酸素が発生せず、老化も緩やかになるということなのだそうです。活性酸素には、ガン細胞やウイルスなどを攻撃する免疫作用のほか、細胞伝達物質としての役割がありますが、活性酸素が多すぎると、攻撃する必要のない細胞まで壊してしまい、老化や病気の原因にもなります。必要なエネルギーを適量摂りながら、歩く時はできるだけゆっくり、心拍数を上げずに自分のペースで。カメを見習って、心穏やかに過ごしていきたいですね。



土屋敬のおすすめスイーツ：「甘味処 郷(ふるさと)」

「モナカ」や「ヨーカン」で有名な『白松がモナカ本舗』が経営している甘味処。

お店は、広瀬通と晩翠通りの交差点にあり、1階は「白松がモナカ」の販売店です。モナカ屋さんだけに、あんこはピカイチで美味しいです。時代の流れなのか、甘味を抑えた味付けにしている店が多いですが、ここは昔ながらの甘めのあんこ。甘味が欲しくなる時は、疲れていたり、気分が落ち込んでいる時。そんな時に、甘いあんこを食べることによって元気になれるんです。

このお店の「ぜんざい」は、そんな元気になれる味！こしあんと粒あんを選べるのも良いですね。ちなみに私は「粒あん」派です。いつもは、大きな栗が2つ入っている「栗ぜんざい」(750円)を食べています。仙台(一番町)にお出かけの際に、少し足を伸ばしてみてくださいはいかがでしょうか？



甘味処 郷(ふるさと)晩翠通店 仙台市青葉区国分町1-8-11 022-211-1820



土屋敬のおすすめグルメ：「仙台・萩野町 富寿司のちらし」

今回は、仙台市若林区萩野町にある老舗のお寿司屋さん『富寿司』のランチメニュー《ちらし「大盛」汁物付き》をご紹介します。

『富寿司』さんの場所は、宮城の萩大通りから2本東側に入った奥まったところにあります。ランチは、《にぎり1.5人前 汁物付き》と《ちらし「大盛」汁物付き》の2つだけ。私はちらし一択なのですが、とにかく大盛の寿司飯の上に10種類以上の新鮮なネタが乗ったちらしが1,200円で食べられるのです。平日だけでなく土曜日もランチをやっているのは嬉しいですね。

かなりのボリュームなので大盛に自信がない場合は「すし飯を少なめに・・・」「普通盛りで」と注文するのが宜しいかと・・・。



富寿司 仙台市宮城野区萩野町4-1-48 022-237-4938 水曜定休(1月16日頃まではランチはお休みのようです)

TT Times・編集室あとがき

新年にふさわしい素敵な言霊を見つけました。「感謝は返謝してこそ完成する」。ステキな言葉ですね。「ありがたいと思うだけではなく、その気持ちを、今度は人に返していくことによって、感謝の心は完成するもの」という意味です。感謝し、本当にありがたいと思ったらその感謝の気持ちを、何らかの形で社会に還元することが大切。こののミソは、同じ人に返さなくてもいいということ。同じ人に返さなくてもいい、他人や社会といった世間に必ず返すということだそうです。私の大好きな言葉である『恩送り』とも似ているように思います。感謝と返謝多き人生でありたいものです。(つちや)

ソニー生命保険株式会社
仙台ライフプランナーセンター第2支社
ライフプランナー 土屋 敬
〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-2-3 仙台MTビル15階
TEL 022-296-5472 携帯 090-9538-2463



ホームページも
ぜひご覧ください。
土屋 敬で検索！

<http://lifeplanner.net/doyakei>

