

会報

瘦美

類字 遠育 鳳 宗 嗣

第 153 号

発行 容教室
 瘦身美容会「瘦美」
 杉本 芳郎 編集・責任者
 後援 杉本 芳郎
 本部・事務局
 焼津市三和1092
 TEL(054)625-1141
 携帯 090-4214-0640

杉本君ありがとう

(会報151号と拝見して)

武田 庸夫

平成19年10月7日
杉本芳郎出版記念パーティー



中央 武田先生

昭和十九年四月一日、私は甲種飛行予科練習生として奈良海軍航空隊に入隊しました。当時年齢は十五歳六ヶ月、高校一年生と同じ少年でした。(あの当時静高・市高・工業高・商業高などから、沢山の生徒が予科練に入隊しました。)

いわゆるゼロ戦や急降下爆撃機など、強靱な体力を要求する飛行機搭乗員を養成する部隊ですから、訓練は大変過酷でした。中でも一番きつかった訓練は夏場の長距離駆け足でした。上官からきつく注意されたことは「暑いからといって、のど

が乾いたからといって水ばかりがぶがぶ飲むな。いったん飲むとまた飲みたくなる。最後はぶつ倒れるぞ。」
 当時はなぜそうなるのか。理屈はわかりませんでした。が、経験でそれが正しいことがわかりました。

「ああ、思いっきり飲みたいな」この誘惑にうち勝ったおかげで一度も落伍することなく予科練を卒業することが出来たのです。
 会報151号を拝見し、目から鱗が落ちた思いがしました。「夏の常識・夏の良識」で杉本君が見事にその理由を説明されていたからです。杉本君本当にありがとうございました。

平成二十二年八月十五日・敗戦の日
武田庸夫

焼津と私

大宮教室 蝦名 なる み子



「ゆっくり、じっくり伸ばして」

その極意が少しずつわかってきた様な気がします。ほんとうに奥が深い。それは杉本先生の人間的な深さでもあると思うこの頃です。私がこの教室の存在を知ったのは、仕事でお世話になっていた尾関さんからでした。今年六十才になるにも関わらず姿勢の良いスラリとした素敵なお方です。「スタイル良いですね。」と言ったら「このお尻、歩き方で作ったの。」と言うのです。(エエー、作ったー??)

そんなことができるのかと不思議だった数年前でした。その後尾関さんは大宮教室を開きました。
 健康食品の仕事を通じて、薬の恐さや今の日本の医療の問題点などを学び、三十才の頃からホルモンバランスを崩し自律神経の病気がだと診断され長年薬を飲んできた私が、自然治癒力を信じ病院に行かない生き方をこれからは選ぼうとしていた頃でした。

初めて大宮教室に参加したのは昨年の春。左足の肉離れを起こした時でした。杉本先生は骨折もすぐに治してしまうと伺っていたので、病院には行かず尾関さんの後押しもあり歩き方教室に行きました。今思い返せばあの時はまだ病院に行かない事に一抹の不安もありました。ですが先生の優しい目を見たら不安はどこかに去りました。直感でこの方は信頼できると感じたのだと思います。そして肉離れで歩けなかった左足は

みるみる回復し、数日で治つてしまうという経験をしました。

若い頃から活動的で好奇心が強い私でしたが、薬でのコントロールを一切やめて数年たち、昨年は体調の良くない一年でした。年を重ね、子育ても終わり、人生のエアポケットに落ち込んだように、気分も良くなり、体も重く(笑)実際の体重も重く(笑)年も押し迫った頃「そうだ。焼津に行ってみよう。」と思い立ちました。ですが、道中何かあったらどうしようとか、不安が不安を呼び、そうなる頭が混乱して手足がしびれるような感じになり冷汗が出て一人で新幹線に乗る自信がなく、娘がついて来てくれました。あの時、優しく受け入れて下さった梅木さんと杉本先生、今思い出しても有り難くて涙が出ます。そして教室で私は歩くのではなく泣いていました。体の不調でこの先どうなるのだろうと不安を抱えていた私に「あなたはまだ必要な人なんだよ。あなたを必要としている人がいるんだ

からあの世に連れていきやしない。」と言つて下さり、「ここを故郷だと思いなさい。」とおっしゃいました。二十年程前に父を亡くし、三年前に母を亡くし、順番だとただ見送つただけで私の「心」は帰る場所を失くしさまよつていたのかも知れません。「ふるさと」つて、

そう、何故かほつとする、言葉はなくても理解してもらえらるような安心感のある、そんな場所。私はその言葉に甘えてそれからせつせつと焼津に通うようになりました。

「治そうと思わなくて良い。ただきれいになろうと思えば良い。」と言われ、人間は「外見」じゃない「心」だと自分をごまかしてきた事を恥じ、とにかく一心に「伸ばす」ことが必要なんだと心地良い汗を流しています。「きれい」を日常生活の中であまり意識せず、年令的にも仕方がないと思つていましたが、教室でお会いする私より年令が上の方々の体の線の美しいこと。その美しい形が、まさに健康な形なんだということも

理解しました。人間の「形」です。先生は人間の「形」を造るだけでなく、その内面に宿る「心」を造ることも忘れずに色々なお話をして下さいます。先生の足元にも及びませんが、私も人として次の世代に継承してゆく大切なことを伝えてゆかなければいけないと活動しています。情報ばかりが交錯する現代、本物は何かという目を養うことは重要だと思つています。

お陰様で私は瘦身の成果はともかく、確実に体調も良くなり、人の「形」に近づき、そうなったことで、直感力も冴え、自分が正しいと思う道を迷わず自信を持って進む勇氣も湧き、エアポケットからぬけ出しています。人は生きながら「人」となつてゆくといいますが、生活の中で色々なものを抱え込んで、忙しく「心」失くしていたような状態から「ゆつくり、じっくり」時を過ごし「ゆつくり、じっくり」物事を捉えることを覚えた私はこれから本物の「人の形」になつてゆくんだと意欲に燃えています。

います。あちこちの教室で出会う方達の援かき、先生の教えの元、日本人の持つている「和」の精神を目の当りにして、つくづくこの歩きは奥が深いと感じています。

茶番劇

8月6日、今年も広島で原爆の日という茶番劇が行われました。被爆者の涙の訴え。それを神妙な顔で聞き入る世界の閣僚達。そして日本の総理大臣。今年もアメリカの駐日大使が参加したと大ニュースとして報道されました。こんな茶番劇に世界は何故大騒ぎするのだろうか？積み重ねれば原爆が無くなるのですか？65年も積み重ねた努力の効果はあったのでしょうか？

核廃棄

アメリカもロシアも現状、核を持って余しています。核を保管するために大予算が組み込まれています。警備が疎かになつてテロリストに破戒されたら大変な被害を考えなければなりません。

まだまだ入口に立つただけの私ですが、この幸運な出会いに感謝して末永く杉本ファミリーの一員でいさせていたいただきたいと思ひます。

杉本芳郎

広島は1つの原爆であの惨状です。テロリストに数百個の保管施設を爆発させられたら、いかに大国と言えども国が滅びるほどの大惨事になります。

アメリカもロシアも核をたくさん持てば危険も増大する事に気が付いてからは、核廃棄の協議をするようになりまし。核も古くなれば危険を伴いますが廃棄すれば環境汚染は避けて通れません。

世界の人を騙す方法は平和という言葉の目眩ましではないかと思ひます。ノーベル賞を授与されるほどの騙しの言葉です。

核の傘の下で

今年も広島のア市長が日本政府に「核の傘からの離

「脱」を求めたのに対してK
 総理大臣は「核の抑止力は
 必要」と答えています。毎
 年核からの離脱を訴えてい
 るのに何故？来年の広島
 の原爆の日にも同じ言葉が繰
 り返されるのではないかと
 思います。これを茶番劇と
 言うのではありませんか？
 昔、核の傘からの離脱を

訴えた広島市長に公での反
 論をしないで市長の耳元で
 「そんな事ができるわけが
 ない」と囁いた日総理大臣
 の話はニュースにもならな
 いので真意は追究されな
 いまま広島原爆の日という
 茶番劇が延々と続いていま
 す。私、杉本式に考えたら
 「日本政府は只只アメリカ

が恐い」という事ではない
 かと思えます。8月15日を
 日本は終戦記念日と言いま
 すが、日本はアメリカと戦
 争をして敗けた国です。こ
 の日からアメリカは日本を
 植民地という見方、考え方
 をしているのではないので
 しょうか。沖縄問題で日本
 政府が偉そうな事を言っ

幡宮の樹齢二千年の大
 公孫樹が根っこ倒れる？何
 故北極の水が溶ける？恐国
 アメリカにメスを入れた
 と思います。
 (今年の日韓併合100年。日
 本も韓国や中国に大変な被
 害を与えました。自分勝手
 を私は茶番劇と言います。)



も所詮植民
 地の戯言で
 す。
 次の号で
 恐国アメリ
 カの形振り
 構わず君
 臨しよう
 している様
 を私、杉本
 の目で解説
 したいと思います。
 故円高に歯
 止めがかか
 らない？何
 故サンマ、
 ニシン、イ
 ワシの不漁
 が続く？何
 故世界中で
 土石流があ
 る？鶴岡八

編集後記

恩師とは良いものです。
 武田先生は、当会報誌に対
 するコメントを時々ハガキ
 で下さいます。父親にいつ
 も見守られているような温
 かな気持になります。今回
 も15号の熱中症の記事に対
 するコメントが1枚のハガ
 キで来ました。武田先生で
 した。嬉しくて涙が生まれ
 ました。武田先生は半世紀前、
 私の中学三年の担任教師で
 した。武田先生が担任され
 た数え切れない生徒のひと
 りである私は忘れられて当
 然と思っていました。武
 田先生は家庭訪問をした時
 の事まで覚えていて下さい
 ました。そして今回のコメ
 ント。そんな先生に是非会
 報誌に投稿いただきたくい
 う気持を15号の編集後記
 の末記に載せたとこ早速
 400字詰原稿用紙1枚にギッ
 シリ書かれたご投稿を下さ
 いました。1枚の軽い原稿
 用紙に重くて重い思いを感
 じました。ありがとうございます。
 稿願えればこの上ない幸せ
 です。
 杉本芳郎

杉本芳郎痩身美容教室 ヨーロッパの旅...

来年は“イギリス”に決定!

当コースのミステリーポイント

イギリスが誇る有名な世界遺産へご案内!

コース番号・媒体番号 E811VS-118

ヴァージン アトランティック航空 往復直行便で行く!!

貴族の館 マナーハウスに泊まる

往復直行便だから!!

成田発 11:30-ロンドン着 14:25 ゆっくり出発 ロンドン発 13:45-成田着 09:00

夢のイギリス7日間



ロンドン コッツウォルズ地方 ストラットフォード・アボン・エイボン バース

ロンドン市内 ※2階建てバスでの観光はいたしません。(※)

* 2011年1月14日(金)~7日間

* 旅行代金:10万円

(燃油サーチャージ、空港税等別途)

おひとり様 片道5万円追加にて9人まで予約可能

大人気プレミアムエコノミークラス... エアライン総合ランキング 第3位... エンターテインメント 第2位... ※2010年度地球の歩き方ランキングより

シートピッチ 約97cm

シート幅 約53cm

※ラウンジ、荷物運送サービスなど機内以外のサービスはございません。お申し込みいただいた際の予約と取り消し等の場合はご了承ください。又、座席の指定は受けできません。

ストラットフォード・アボン・エイボンは憧れのマナーハウスに泊まる

マナーハウスとはイギリス貴族の館

かつての貴族や領主のお屋敷を改装、増築又は敷地内に新築し、ホテルとして運営されております。古い石造りの館と大きな門構え。この機会に英国ならではの伝統と歴史を感じながら優雅なひとときを過ごしてみませんか。



アルベトンマナー(利用ホテル一例)

マナーハウスとはかつて貴族や領主の館として使用された建物を利用したもので、外観は当時の面影を残していますが、内装は改装されたモダンな部屋やレストランとなっている場合もございます。予めご了承の上ご参加ください。また、客室タイプ及び宿泊棟のご要望は承っております。

立地にこだわりました! 3・4・5泊目ロンドンでは観光に便利な大英博物館まで徒歩圏内のホテルに3連泊

※目安:燃油サーチャージ2,000円(7月21日現在)が別途必要となります。※国内空港施設使用料、旅客保安サービス料及び海外空港諸税が別途必要となります。

イギリス人気の観光地にご案内!

シェイクスピアゆかりのストラットフォード・アボン・エイボン

コッツウォルズ地方

大英博物館

世界遺産バス

バッキンガム宮殿にて衛兵交代式

ロンドン市内マップ (おひとり様1枚)

イギリスガイドブック (おひとり様1冊)

旅の記念に英国ポストカード (おひとり様1枚)

素敵なプレゼントをご用意

日	地名	スケジュール
1	東京(成田)発 ロンドン着	11:30:空路、ヴァージンアトランティック航空直行便にてロンドンへ。 14:25:着後、ホテルへ。 [機中泊] ロンドン コッツウォルズ地方 のどかな田園風景が広がるコッツウォルズ地方(リトルベニスと呼ばれる村ポートン・オン・ザ・ウォーター、イギリスで一番美しい村といわれるパブリー)。 午後:その後、ストラットフォード・アボン・エイボンへ。 着後、シェイクスピア生誕の地として有名なストラットフォード・アボン・エイボン(シェイクスピアの生家、アンハサウェイの家)。
2	ストラットフォード・アボン・エイボン	午前:バスへ。 着後、風呂(bath)の語源となった街世界遺産バス街景観光(バス寺院、2000年前の浴場遺跡、ローマ浴場、三日月形の建物、ロイヤルクレセント)。
3	ロンドン	観光後、ロンドンへ。 [機中泊] 午前:ロンドン街景観光(世界三大博物館のひとつ 大英博物館、イギリス王室公式の宮殿 バッキンガム宮殿にて衛兵の交代式見学(注1)、ロンドン塔、スタワーフリップス、ミックペンと)ロンドン3区にてショッピングへご案内。 午後:自由行動。 人気の街ロンドンにて思い思いの時間をお過ごしください。 (注)ウィンザー城観光 (注)ロンドンアイ乗車体験とレストランディナー [機中泊] 終日:自由行動。ロンドンでのひとときを思い思いにお過ごしください。 (注)南イングランド・カンタベリー・ドーバー・ライオン観光 [機中泊]
4	ロンドン	13:45:空路、ヴァージンアトランティック航空直行便にて帰国(機中泊)
5	ロンドン発	
6	東京(成田)着	09:00:通関後、解散。 [機中泊]

観光に便利な大英博物館まで徒歩圏内のホテルに3連泊

お申し込みはお早めに!

090-4214-0640まで