



今回は、「切手になった犬たち」について皆さんにご紹介したいと思います。

【秋田犬】



左: 1953年から途中、1989年に青色へ変わりました

2002年まで 49年間、同じデザインが使われました。

右: 渋谷の銅像をバックにした秋田犬のハチ公の切手です

参考: 日本郵政

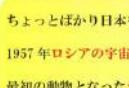
【タロとジロ】



樽太犬の3兄弟(タロ、ジロ、サブロ)のうち、南極地氷観測隊同行したタロとジロの2匹です。22頭の仲間の犬と共に南極に取り残されながら共に生存し、1年後に救出されたことで有名になりました。

参考: 日本郵政、ウキベディア

【宇宙犬 ライカ】



ちょっとばかり日本を離れてこちらはロシアの切手です。

1957年ロシアの宇宙船に乗って地球軌道を周回した

最初の動物となったライカの切手です。



参考: ウキベディア

【寄付金付き 2018年 年賀状】

入居者の牧野さまより「さくらに似ているね！」

と教えて頂きました。雪の中を楽しそうに駆け回っている

姿がさくらによく似ていますね。

1月2日の大雪の日のさくらです⇒



参考: 日本郵政

骨の健康「神頼み」

高齢になれば多くの人は骨は脆くなります。それでは手の骨を丈夫にする方法は、次の3つの内どれか一番効果があるでしょうか?

- ① 脇立て伏せて筋肉をつける
- ② 握力運動をする
- ③ 神様に頼む 答えは③の「神様に頼む」

神様に頼むしか手立てはないのでしょうか?

「骨への衝撃は骨を丈夫にする効果があります」との研究結果がありますが、拍手を力強く打つ衝撃が骨を丈夫にするのです。

朝は、東、昼は南、夕は西の太陽を望んで拍手を打ち、

「骨を丈夫に」と祈ります。

皆さんも毎日、太陽に向かって拍手を打ちましょう。

丈夫な骨になりますよ。

効果的な拍手を打つ方法



押すはゆっくり深く
拍手は力強く

初詣などは、「二拝 二拍手 一拜」の神社が多いですが、

拍手の数が 3回、4回、8回 の神社もあります。

健康の為には沢山打ちましょう。

両腕を肩の高さまで大きく開き、力強く打つことです。

ゆっくりと深く押さえすれば、良い前屈運動になります。前屈の前に

力強く足踏みして地面を踏み固めましょう。四股の要領です。

(産経新聞より)

相撲でも 拍手を打つ場面がありますね (NHKテレビより)



下肢の骨に伝わる衝撃で骨が丈夫になります。

転んでも、骨折しない丈夫な骨造りに頑張りましょう！

相葉記



第 11号 平成30年4月号

桜の花見会

平成30年3月28日

桃塚古墳の桜は、満開でした。昨年より7日程早く咲きました。



弁当とビール・お茶などの接待で、花見は最高でした。



撮影・相葉・中山さん

ひいらぎ祭・マグロの解体

平成30年2月20日 70数名の参加者で35Kgのマグロを解体、昼食会で♪ (撮影・相葉・佐々木)



居住者の有志による
握り身による
解体(ジヤリ)の準備



見事なマグロですね



見事な手さばきで解体

