

葉隠塾長日記

巷には、美容や健康に良いとされる食べ物やサプリメントがたくさん紹介されています。気にしすぎるとキリがないので、私自身は適度な運動を継続し、通常の食事をバランスよく、食べ過ぎなければ大丈夫だと思つてますが、我が家では嫁さんの心に刺さった食品と、たくさんサプリメントを取り入れています。初めは「にんにく卵黄」だけでしたが次第に増え始め、「黒酢」「ヌックママ(ペトナムの魚醤)」「ビフィズス菌」「コエンザイムQ10」、牛乳には「青汁パウダー」、炊飯器には雑穀と、以前流行った「にがり」を今でも入れています。さらに、アーモンド、クルミ、プラム、玄米酵素、ヤクルト400 W:「一日に玄米四合と味噌と少しの野菜」しか食べなかった宮澤賢治はどうなるのでしょうか? (笑)。また「オレガノ」が風邪の引き始めに良いと聞くも、けっこういい値段がするので私がネットで買わされますが、「もったいない」と言つて私は飲ませてもらえません(笑)。最近ではジョギング中に知り合った方が、近所でカフェをオープンしたのでお邪魔した時に「オリゴ糖が花粉症やお通じにいい」と勧められたので、インスタで大量に買つて母娘でせつせと飲んでいきます。そんな二人を横目に、私は運動後のプロテインは欠かさず、また週末のおひとりさまランチは、野菜スムージーと完全栄養食「ベイスプレッド」を食べっていますが、家族からは呆れられています。果たして何が健康にいいのでしょうか...? 楠精工は、皆さまの繁栄をサポートする「サプリメント」でありたいと思つています!

三浦光広

葉隠塾日々想々

彦坂 訓(ひこさか さとる)

毎日暑い日が続いております。今年の夏も相当暑くなりそうですね。六月下旬から三十度超えが当たり前で、スポットで三十五度を超える地域もありました。それに加え、梅雨時の湿度でムシムシな日々ばかりでした。そんな中、五年ぶりにインドネシア出張へ行きました。到着してビックリ! 気温も湿度も日本より涼しく快適でした。相当暑い国なのに...: それだけ日本が暑いんですね。

森 大輔(もり だいすけ)

パリオリンピックが始まりましたね。最近の日本は、以前に比べサッカー、バレーボールなどメダルへの期待値がかなり上がっていますね。特に男子バレーボールは、世界ランキングもトップクラスまで上り詰めたということで、血のにじむ思いで這い上がってきたんでしょう。しかしながら、男子バレーボールって一点入ること、まいど毎度、喜びすぎなくらい喜びますけど...: なんて(。・_・)

左藤 史隆(さとう ふみたか)

六月下旬に受けた健康診断以降、血圧を下げる為に、嫌々ながらですがウォーキングを始めました。携帯のアプリで歩数が測れるので、歩いた記録を見るとちょよとした達成感も得られ、何とか一ヶ月続けることが出来ています。先日、嫁と一緒に歩き、アプリをお互い見てみたら、歩数だけでなく歩幅も表示されており、嫁より歩幅が二十センチ短いことにショックを受けました。脚の長さ?

岡 洋次郎(おか ようじろう)

七月末、二ヶ月ぶりにバイクに乗りました。猛暑の中、ひたすら熱風を浴びながら高速道路を走っていましたが、滝のような汗をかくことでサウナ気分を味わえる、実に健康的なツーリングでした。空冷エンジンが止まらなくて良かったです...

大平 和彦(おおひら かずひこ)

新紙幣が発行されてから一ヶ月以上が経ちましたが、未だ見たことはありません。今月姪っ子の結婚披露宴(1.5次会)があり、嫁に新札を頼みましたら残念ながら諭吉さまでした。渋沢さまが拝見できるのはいつのことでしょうか?

今月もお楽しみいただけましたか?

来月もよろしくお願ひします!



楠精工株式会社

- ・社員数: 40名
- ・ご提供できるもの: 各種ダイホルダー及び治具・自動化装置 設計製作 (ダイホルダー部品、プレス部品、ハンマー部品、切断刃、中間ビーム他)
- ・スローガン: お客様の喜ぶことをしよう!
- ・住所: 名古屋市熱田区三番町4-13
- ・連絡先: 電話 052-651-7138 / Fax052-653-0020
- ・URL: <http://www.kusunoki-dieholder.co.jp>