

# やかやか通信

にこやか おだやか さわやか



GRANGE  
premium kobe elegance



○ KOBE PRECIOUS PEARL & CO., LTD.

貴方の笑顔のために



発行：株式会社コウベ・プレシラス・パール  
〒650-0033 兵庫県神戸市中央区江戸町 98-1  
Tel: 078-333-8071 Fax: 078-333-8070  
info@kobep.com http://kobep.com  
ネットショップ https://pkobe.jp  
発行責任者：松田 泰英

NOP 法人 WA ネットワーク神戸様の協力で、この会報を発送させていただいています。

縁は求めざるに生ぜず。  
内に求める心なくんば、たとえその人の面前にありとも、ついに縁を生ずるに到らずとしるべし。  
教育哲学者 森 信三

## 海外に誇れる日本文化 松田 泰英

元陸上自衛官で、現在カンボジアで地雷除去の活動をされている NPO 法人国際地雷処理・地域復興支援の会理事長の高山良二さんのお話をお聴きました。

高山さんは、1992年に PKO 活動でカンボジアへ行かれて、帰国後家族を残して単身カンボジアへ戻って活動されています。まさに退路を断たれての決断です。

カンボジアには約六百万個の地雷があります。高山さんは二千個の地雷を除去されましたが、工程は手作業で行われ危険と隣り合わせの気の遠くなる作業です。

講演ではカンボジアで一緒に活動されている現地の方とインターネットをつないで、生の映像を観ることができました。現地の子供たちが、片言の日本語を話して、とても素直で可愛いかったのが印象的でした。

高山さんが重要視されているのは、支援しているカンボジアが自立すること、そのためには日本の土台を伝えることが大変役に立つとのことでした。

スリッパをそろえる、ゴミを拾う、電気を消す、約束を守る、時間を守るなどの生活の基本です。

海外で重要なのは、理解されない事を理解するです。

高山さんは、今の日本に危機感を持たれていました。

本来世界に誇れる歴史と文化を持っていながら、自虐感が強い今の日本に自信を取り戻させることを、今後のライフワークにされるとのことでした。



決めるのも、行動に移すのも早い方と感じました。



現地の芋で、焼酎の製造販売事業もスタート。

## コウベ・プレシラス・パール冬の展示会

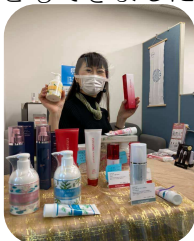
コロナ禍の影響で昨年の夏の展示会を中止しましたが、1年ぶりに冬の展示会を再開しました。感染が収まらない中での開催で、本当にお客様が来場してくださるのか心配でしたが、多くの方が来場していただきホッとしました。

共同出展、初日、二日目を担当したみきしほ先生は、ワンポイントメイクアドバイスが好評で、皆さん表情が活き活きとされました。三日目の田中典子先生は湘南から参加され、各自の体質をチェックしてから薬膳アドバイスに皆さん真剣に聴かれていました。三日間通して開催された平川宣子教室ニット展は毎日多くの方が来場されました。

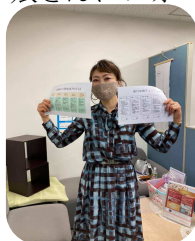
35年ぶりに中学からの同級生と再会することもできました。娘さんにフォーマルのアコヤ真珠ネックレス&ピアスのセットをプレゼントするということでした。

「真珠といえば松田」と思い出し、調べて来てくれた事がとても嬉しかったです。

久しぶりにお会いした方、お話を花が咲いて笑顔でいっぱいになりました。次回6月の夏も楽しい展示会を目指します。



みきしほ先生



田中典子先生



華やかなニット



好評の和紙のお土産

## NEWS

### ★ひょうごふるさと館イベント

神戸阪急百貨店の新館にある「ひょうごふるさと館」のイベントに出店しました。ふるさと館では、食品を中心に兵庫県を産地とした商品が販売されています。今回はネットを見て当社のことを知っている方が多かったです。ペンダント、ブレスレットなど、価格帯の高いアイテムが人気でした。



### ★アコヤ真珠浜揚げ



例年 12 月から養殖された真珠をアコヤ貝から取り出す「浜揚げ」作業が行われ、加工業者による仕入、入札の時期になるのですが、今年はコロナ禍の影響で入札が遅れています。品質は例年と同じぐらいと予測されます。二年連続で稚貝の大量へい死があったので、将来的には大きなサイズが少なくなると予測され、今後の各サイズの相場に影響が出てきそうです。

### ★クリスマスゴミ拾い

昨年 12 月に開催された三宮掃除に学ぶ会は、今回も但馬掃除に学ぶ会の西村徹さんの呼びかけの「クリスマスはプレゼントをする日。クリスマスに地域のゴミを拾って、美しい環境、地域の皆さんにプレゼントしましょう」に応じて、サンタの格好で三宮駅周辺のゴミ拾いしました。



## 社長のトライアスロン

トライアスロンを始めて 17 年ほどになりますが、毎日欠かさず続けているのがストレッチです。動的ストレッチと静的ストレッチを組み合わせ、腹筋、腕立て伏せなどの自重トレーニングなどを約 15 分ほどしています。

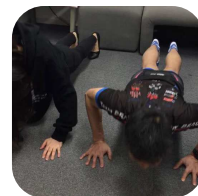
新しく覚えた運動を加えていくので、ストレッチにかかる時間が以前よりどんどん長くなっています。

朝起きて最初のことなので、ストレッチすることによって眠っていた身体が起きて血流が良くなります。肩関節、股関節の可動域を広げることに重点をおきますので、その後のランニングが走りやすくなります。

手を抜いて形式だけでやっていると、すぐに腰痛など身体のいろいろな部分に悪い影響が出てきます。伸ばすところはしっかり時間をかけて伸ばし、しっかりフォーム意識して続けていると身体も変化して効果がわかります。

私は普段は真珠の選別やパソコンに向かっていることが多く、座りっぱなしで筋肉や関節が長時間固定されて固まっています。ストレッチをすることで、固まっている筋肉や関節をほぐして、緩めることができます。

ストレッチの種類はたくさんあり日々増えていますので、いろいろ組み合わせて、体調がすぐれるような自分に合ったストレッチをすることが大切です。



やり方が大切



ストレッチポール

## おすすめスポット

### 恵比寿屋

神奈川県藤沢市江の島 1 丁目 4-1 6

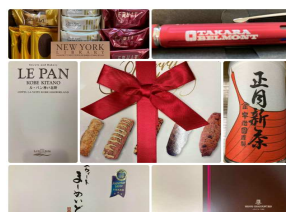
Tel: 0466-22-4105



湘南江の島にある料理旅館です。創業 400 年の歴史があり、伊藤博文も宿泊されたそうです。施設自体は古さを感じますが、ローケーションが良く、海も富士山も観ることができます。料理は近所の漁港から仕入れた海の幸をふんだんに使っただけでなく、しっかり手が込んでいて、品数も多かったです。夕食、朝食ともボリュームたっぷりでした。



## ありがとうございました！



### 西宮掃除に学ぶ会

第 228 回 2 月 21 日 (日)

AM8:00~10:00

西宮神社トイレ掃除

参加費 500 円

### 三宮掃除に学ぶ会

第 164 回 2 月 24 日 (水)

AM6:00~7:00

三宮駅周辺街頭掃除

### 広田参道を美しくする会

毎月第一、第三日曜日

AM8:00~9:00

廣田神社境内参道清掃