

***** 佛事の常識・非常識 *****

Q: 足のしびれは、どうやってなおすのですか？ A: 本邦初公開のコツを伝授いたしましょう

先日お参りしていた男性がお勤め終了後に「足がしびれたのですが、どうやってなおすのですか？」と素朴な質問を投げかけて下さいました。そこでとっておきのコツを今回は紹介します。まず、血流が滞り足の指先までしびれた場合、膝を着いて上体を起こすと足先に血が流れ始めます。この時点で足がジンジンしていると思いますが、この姿勢のまま、足のつま先を直角に折り床に付けます。そして両足のかかとを椅子に見立ててお尻を載せます。その姿勢を横から見ると右上の写真のようになります。この姿勢を10秒程度保つとどんな強烈なしびれも元に戻るはずです。後ろから見ると、右下の写真のようになります。最も危険なのは、しびれがきつくて足が一直線になったバレリーナのようなつま先立ちの状態です。慌てて立ち上がろうとすると、転倒したり、足首を捻挫したりする原因になります。つま先とかかとを折り曲げて、しびれをほぐすのがコツです。今度しびれたらどうぞお試しください。



***** ハッピープレゼントクイズ *****

クイズに答えて景品をゲットしよう！！

正解者の中から抽選で5名様にお花の苗ポッドをプレゼント。

問: 先月「四国の料理は貧乏くさい」と発言してひんしゅくを買った

右の人物はどこの知事さんでしょうか？次の中から選びなさい。

- ① 東京都知事 ② カリフォルニア州知事 ③ 秋田県知事



答えの番号と感想と、住所・氏名をハガキか fax で徳成寺まで送って下さい。fax の受付は、朝8時～夜9時までとさせていただきます。

〒760-0017 高松市番町 2-13-25 宛て 徳成寺ハッピープレゼントクイズの係までふるってご応募下さい。毎月22日締切 当選者の発表は景品の発送に代えさせていただきます。

* 先月の答え、③の清水アキラでした。谷村新司さんのモノマネが得意でしたね。

***** 坊守の月イチブログ *****

吹奏楽のひびき 公開録音に当たった！



住職が毎回聴いているNHKのFMラジオ「吹奏楽のひびき」という番組の公開録音があると知って、早くから応募していたら当選していました。

なかなか週末にお出かけなんてできないのですが、何とか時間を作って出かけてきました。

今回はサックスのカルテット「ルミエサクソフォンカルテット」が出演しました。東京藝大出身の若くて美しい四人の女性がサックスを演奏してくれました。

サックスだけではたして場が持つのか？と思っていましたが、さすが、そこはプロです。ソプラノ、アルト、テナー、バス、それぞれの魅力を引き出す曲をたくさん演奏してくれました。ソプラノサックスの方のMCもとても素敵、質問コーナーも準備されていて、かわいい中学生がサックスの先輩方に素朴な疑問をぶつけていました。

会場は志度音楽ホール、地元の人もとたくさん来ていたので和んだ雰囲気も手伝って、とてもいい演奏会でした。