

タカッチさん 160km 見事完走！



ゴール後は感動の涙と祝福の嵐

気味のお体のダイエットのた
タカッチさんは、最初メタボ
い喜びを爆発させました。

走！ゴール後のタカッチさん
んはご家族や応援者と抱き合
走！ゴール後のタカッチさん
んはご家族や応援者と抱き合

中澤「ですよね♪」
こんな感じでトレイニングや
サプリメント関係の話で盛り
上がる私たちですが、マラソ
ンランナーのタカッチさんが
ついに2013年夏の『ウル
トラ・トレイル・マウン
富士(UTMF)※』を見事完
走！ゴール後のタカッチさん
んはご家族や応援者と抱き合

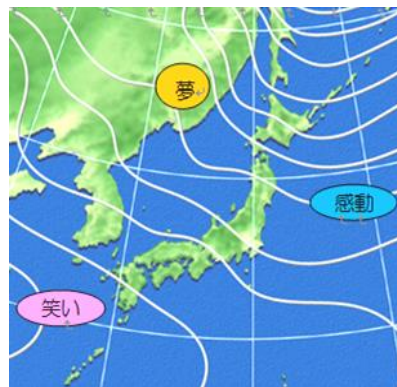
中澤
「一番美味しいと思うものって
何ですか？」
タカッチさん
「それはやっぱり練習後のプロ
テインですね」

ボディデザインなかわにこ
通院の『BDファミリー』の皆様。
寒中お見舞い申し上げます！
さあ2014年ついに始まり
ました♪どんな一年になる
のか楽しみですね。前号から始
まりましたレイボン・Tさんの
コラムに加えて当院受付の池永

院長のぐあひあつ

院長の投稿もあり、
UPした内容となっておりま
す☆☆
中澤の思いつきで始まったこ
の新聞。読んでいただいた方が昨
日より、元気な気持ちになっ

※『ウルトラ・トレイル・マウン
ト・富士(UTMF)』
3日間で、富士山麓を一周する。
海外選手を含む千人以上が参加
する日本最大規模の国際トレイル
ランニングレース。走行距離は
161km。累積標高差は
約9164m。制限時間46時間。
夜中は真っ暗な中を走ります。



大陸から今年最大級の夢気圧が近づき、日本列島では感動の竜巻が発生する見込み。特に花住坂周囲では感動の涙・鼻水警報が発令されているため、ティッシュやハンカチをお忘れなく。西からの笑い前線の影響で夕方からは、笑顔があふれるでしょう。

たあずきさん、雅彦部長、サッチー！そして全面サポートしてくれたくみ姐！夜中までランナーズアツプデートで追っかけてくれた皆さん！心から感謝しています。私は幸せだ〜！！！！！！！！！！」
タカッチさん、おめでと〜うございます！

頂ければ幸いです！！
素晴らしい2014年も皆様の毎日に、そしてこの町に「夢と感動と笑い」が溢れますように♪きつと馬くいく2014年！楽しんでいきましょう！！
2014年3月 中澤克夫

夢への旅立ち



青森へ

大阪の中学校に通っていた**バドミントン**プレーヤーの井上君(写真右)。この冬、中一にして一つの大きな決断をされました。それは、『親元を離れ**青森**のバドミントンの**強豪中学**への編入!』でした。現在、監督のご自宅に下宿しながらハードな練習に明け暮れる毎日。日本一に向かって頑張ってくださいね!

『今でしょ』

2013年度の流行語年間大賞『今でしょ』『お、もて、な、し』『じえじえじえ』『倍返し』この4つの言葉が受賞したそうです。皆さんも普段からよく耳にする言葉だったと思います。その中の1つ、大手予備校講師の林先生の言葉「今でしょ。」は、実はもともと塾、予備校業界ではよく使われていた言葉でした。昭和時代より**受験生へ迫る1つの言葉**というのがある、その内のひとつが「今でしょ。」なのです。3つの言葉「じゃ、何をするのか?」「これでしょ。」「なぜするのか?」「こうだからだ。」「いつするの?」「今でしょ。」最後の決めゼリフが、「今でしょ。」なんだそうです。

受験生に関わらず、この言葉は気持ちの切り替えができ、自らの**向上心**を高めていけるチャンスを与えてくれるように感じますね。皆さんはどの流行語が一番印象的ですか?

レイポン・T

世界一周へ

『タッチラグビー』という競技の日本代表のエース奈良秀明選手(写真左)。三度のW杯に出場し2007年、2011年W杯では**日本代表**のMVPを連続で獲得し、3連続**世界4位**の原動力となった伝説の選手です。30歳を迎えても更なる高みを目指して会社を退職し、『**タッチラグビー世界ツアー**』を行っています。最初は**世界で最もハイレベル**なオーストラリアのチームでプレー。その後は、強



豪国のニュージーランドやヨーロッパ、アジア諸国などをプレーしてまわり、その経験を今後の日本での

タッチラグビーの普及、強化につなげていくご予定です。そんな奈良選手に中澤が質問!
日本一と言われる程の選手になれた秘密は?

「タッチラグビーが**好きで好きで**たまらないからですかね!! 毎日の様にタッチのビデオ見ていましたね!! 笑」

一番嬉しかったことは?

「一番となると難しいですが、タッチを通じて日本だけでなく、**世界各国の選手と出会えた**ことは自分にとって大きな財産です。また3度W杯に日本代表として、プレーできたことも誇りに思っています。」

次は2015年のW杯でのご活躍&メダル獲得!!!
頑張ってくださいね♪



世界一のオーストラリアでプレー



幼稚園に招かれ1日先生。マオリの挨拶『Hongi(ホンギ)』※お互いの鼻と鼻をつけて、鼻から息を吸います。お互いの息吹を感じ、同じ大地に生きる人間であることを感じます。



毎日朝方近くまで働かれる**歯科技工士**の荻野さん。その根性とスタミナには中澤、全くかないません(笑)何でそんなに頑張れるんですか?

「私の作成したものが患者様にバッチリ合っていて喜んでおられたと聞いたときや患者様の歯のコンプレックスを解消できた時が**嬉しい**です☆歯を長く健康に保つためには毎食後の歯磨きと定期健診が大切です!」皆様、歯は大切に♪

ハンドボール

全国大会3位!

薪小女子、大住中女子(春夏連続)、洛北高女子が2013年の全国大会で**3位に入賞**されました!(^_^)おめでとうございます!



椋平さん(洛北高)は2年生ながらご活躍!



春夏連続で全国優秀選手に輝いた南さん(大住中)



キャプテンとしてチームを引っ張った藤本さん(薪小)

お宝発見



先日、中学一年生の息子の部屋を掃除しているとこんな物を**発見!**
今年ドラフト一位で**巨人に入団**した小林選手の大学時代の直筆サインボールです。

2年半前ぐらいに学童野球の方から、同志社大学の野球教室に参加した時に書いてもらった様で、指導もして頂いたとのこと。その時に**握手**してもらったと喜んでいました。これまでは雑に放置していましたが、今では我が家の宝物になりました。(笑)
いつか息子も誰かにこう言ってもらえるように、夢に向かって頑張つてほしいですね。池永

レンタルスペース推奏

フアラ教室

大住池ノ谷にある『レンタルスペース椎奈』ではフラダンス教室が開催されています。この教室では太ももの内筋を意識しながらステップを踏むことで身体のパランスが整い**膝や腰などに良い**そうです。皆様、楽しみながら元気にレッスンを受けています♪



Kaioloha の名の通り、『穏やかな海』『心の幸せ』を求め**笑いの絶えないレッスン**ですのでご興味のある方は是非お問い合わせください!
また、レンタルスペース椎奈では他にも、ピアノ教室、ボイストレーニング教室、語り部教室なども開催されており、20帖キッチン付きの、このお部屋は2時間2000円(冷暖房費別)レンタルできます。



連絡先
080-1444-5091
spacewakana@gmail.com
椎奈さんまで

卒業パーティーのご案内

3/30(日)16時から、この春にご卒業される高校生以下の学生患者様を対象に、卒業パーティーを開催致します。なぜ、このパーティーを毎年、企画するのかと時々患者様に聞かれます。わたくし中澤、今は「先生って元気だね」と言われることもありましたが、昔は暗い学生時代を過ごしたこともありましたが、陸上部で結果が出なくて。今になって思うんです。自分の可能性をもっと**信じれば良かった**。自分の事をもっと認めて、自分の良い所もちゃんと見れば良かったと。当院にはたくさんの学生患者様が来られます。これからの人生の中で、迷うことや壁に当たることもあるかと思えます。そんな時に私のようになって欲しくない、と**勇気と自信**を持ってどんなことも乗り越えていけるように応援がしたい。そして、もっと**一人一人の良いところ**を伝えたり、**素晴らしい可能性**を信じられるお手伝いがしたいと思ひ、このような企画をさせて頂いておられます。幸いにもこの想いに共感し、手伝ってくれる素晴らしい仲間のお陰で、私一人では出来ない素晴らしいお祝いができそうです。自分の子供だと思って、今年も心を込めてお一人一人にお祝いをさせていただきます。

車の事なら**城陽モーターズ!**
アフターケアはお任せ下さい☆
城陽市久世八丁18-3

お客様担当直通
090-1143-5461
伴さん