

見るみる



みるみる みーリング

2021 年 8 月発行 / 第 25 号

発行元: 一般社団法人みーる リカバリースペースみーる

(<http://recovery-mir.life.coocan.jp/>)

所在地: 〒577-0841 東大阪市足代3-1-22

TEL: 06-6732-3210 FAX: 06-4307-5666



目次 P1: おすすめの一冊

P2: 次に行く作業所・グリーンケア

P3~5: 関心の有無・プロ野球監督

P6: 私の希望・音楽談義

P7: 感情的になろう・オススメの動画と漫画

P8: 声がきこえる・クロスワード

音読会開始記念 見るみるみーリング編集員 おすすめの一冊

最近、みーるでは「自己表現活動」を大切にしています。木曜日の夕方は「音読会」「アウトプット会」が始まりました。ということで、読書好きなみーリング編集員とっておきの一冊をご紹介します。



「論理学 考える技術の初歩」

エティエンヌ・ボノ・ド・コンディヤック

考え方を書かれた本です。感覚印象という外から受けた印象の感覚の記されたものから始まり、少しだけの動物の感覚の違いや認識する心の構築の仕方、第二部では言葉によって還元される推論の仕方が書かれています。全体的に審美眼を磨く本となっています。 PN: ワラビーフラワー!



「五体不満足」 乙武洋匡

身体が不自由であっても人に頼らず全て自分で解決することは素晴らしいことだと思います。自分に置き換えた時に果たしてどれだけできるのか不安があります。どんな状況でも前向きに考えていく必要があります。そして達成した喜びを感じたい、そんな心境です。 PN: 貢司



「スマホ脳」 アンデシュ・ハンセン

北欧の IT 大国スウェーデンの精神科医のアンデシュ・ハンセンの著書。日常で何気なく使っているスマートフォンの中毒性がわかりやすく記されています。TV番組「世界一受けたい授業」でも特集さて、世界的ベストセラーにもなっています。 PN: XYZ



「スタンフォードの自分を変える教室」

ケリー・マクゴニガル

意志力について科学的にわかりやすく教えてくれる一冊。習慣化したいことややめたい習慣があるが、なかなかうまくいかないという全ての人にオススメ。タバコをやめるためのアプローチの一例が面白い。タバコの本数を減らすのではなく、今日吸った本数と同じだけ毎日吸うよう義務づけるのが効果的。様々なアプローチ掲載.. PN: けい



「ぼくを探しに」 シルヴァスタイン

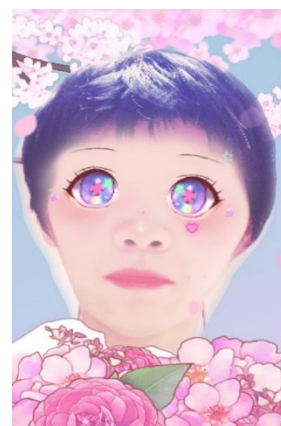
「何か足りない」と思うぼくが、足りないピースを探す旅に出かける絵本。山あり谷あり、数々の出会いの末に見つけた答えに、意外性と感動あり。そうきたかー! 「だめな人とだめでない人のために」という作者のメッセージが今の社会のありかたに響きます。 PN: さきやま



私が次に行く作業所(就労継続B型)について

私の相談支援員 Aさんと、私が次に行く作業所(就労継続B型)へ連絡を入れます。向こうの作業所のえらいさんに、いつ見学できるか予定を聞いて、いついつ来ても良いってなったら、相談支援員 Aさんと見学に行きます。先輩の利用者の皆さんが何の仕事をしているのかを見に行きます。私がこれなら出来る仕事かなと思えたら、向こうの作業所のえらいさんに、聞きたいことがあります。①体験の日程、②持ち物、③工賃の時給や月額何円か、④自宅送迎はしてもらえるか、⑤何時までに出勤してもいいか、⑥仕事開始は何時に始まって何時に終わるか、などです。次の作業所では、毎日挨拶することと仕事に集中することが私のテーマです。でも新しい作業所に行くと、仕事は1から覚えていかないとだめです。初めは職員さんから仕事を教わって、慣れてきたらその作業所で頑張っていきたいです。それと体調管理もして、自分の体調と向き合って、出勤が毎日出来るように心がけたいと思います。

P.N. kyōkyō



「グリーンケア」を知るまで ②

P.N オサム

隣人の自死を知り自責の念に苛まれる日が、しばらく続きました。それでも「みる」の通所を経て、何とか生活が出来るようになりました。ですが、思いもよらない症状が発症しました。初対面の方へ自己紹介をし世間話が交わされるようになりだすと、何故か余計な一言が止められなくなるのです。始めは人恋しきからくるものだから、少しおしゃべりが過ぎるくらいに考えていました。それでも以前、私の発言にて気分を害された方へ、何度も不愉快な思いをさせてしまう事が続いてしまうのです。自宅にて内省をしていく中、自分と同じ症状を繰り返してしまう心当たりが思い浮かびました。実家の母です。母が精神科への通院を私から指摘され、責任追及の矛先を向けられた際、話を濁すやり方がそっくりだと気付きました。それにより母は私の物心がつく前から、自らの兄の自死を防げなかった事を悔やんでおり、更に自らの父まで自死させてしまった事で、感情の整理がつかない状態で現在に至っている事実を、私自身、隣人の自死を防げなかった事を通し、初めて理解する事が出来ました（私自身 目の前の相手が自死してしまうのではないかと ネガティブな感情が沸き上がっている中で誰かと面談した際 ネガティブな感情がふくらまないよう わざと相手の神経を逆撫でている）（相手が怒っている＝相手の内側からエネルギーが沸き上がっている時は 少なくとも自死する事はない為）。

関心の有無について

関心が明確になる人は、個性が強くなるのだと思う。何故なら、関心は、自分の内側から発せられるものだからだ。もし仮に関心というものが無くなってしまうと、集合体的になってしまうだろう（人間が）。関心が無くなった状態で人と関わることは、それは本当の関わりと呼べず、人に何か関心があるから喋ることもあるし、関心というものが存在しない状態でコミュニケーションをとることは、ただ喋ってるだけ、になってしまう。何故、関心が無くなってしまうのか。関心の無いものに触れてしまっているからである。関心が無くなった場合に、関心を復活させる方法はある。関心の無いものにも関心を持つことである。関心が無くなってしまう代表的なものがある。それは、端末である。端末には自分の関心の無いものまで含まれている。いや、関心の無いものに関心を持つてしまうのかもしれない。よって、その端末すらも無理矢理関心を持たせれば、人間性は復活する。でもそれは、本当の自分なのか？という問いが立てられる。グローバルで全てを愛することは大切なことだと思うが、個人としての自分は存在できるだろうか。端末という人間の好き嫌いが生じる場所で、全てを愛することは、アウフヘーベンの思考と、好きなことをとことんできる、そういう思考みたいなものが共存できる環境なのだと思う。本当の自分なのか？という問いに対して、まず、知識と人間関係の二つがある。自分を構成しているのは、知識でも対人関係でもない。記憶である。よって、本当の自分は端末に関心を持って、変化しないというのが私の主張である。関心について述べていきたい。私達は随時、関心というものに大なり小なり揺り動かされている。好きなこと＝関心がある、とは若干の誤差もあると思うが、ここでは、明白に区別して考えていきたい。好きなことは単純に感覚的なものだが、関心があるは分析的である。故に、関心という言葉は学問界で使われるのかもしれない。関心がある＝分析するといった直接的なものではない。何かを分析しようとした場合、関心があると云ったような、対象物の表面の色、形などが情緒性を伴うものではなく、そこには混沌とした何か、見えないものを見ているような感覚に陥る。情緒を伴うのは何故なのか？それは、対象物と自分という存在に距離が生じ、そのままの関係でいられるからだ。

もし仮に、関心がある、と、分析する、の分野が哲学で証明するとき、関心の対象であるものが哲学という分析的なものに還元されると意味が表出する。

自分が目に見えないものを哲学してきた理由は、意味を持たせなかったからだし、まだ眠っていた意味という言葉の創造である。目に見えないものに意味があると思えたとき、それは人間性の出発である。現実の言葉が喪失してしまったとき、それは想いの喪失であり、つまり、現実際に際しての想い（現実存在する想い）（現実に対する想い）の喪失である。

関心がない時を考えたい。関心がないという状況は、関心がある状況を際立たせる。ただし、それは後付けである。ものすごく関心がある状況で、関心がないという状況をつくる。趣味というものは好きなものと、関心があるの両方が揃って成り立っている。関心が無いというのは、対象物と情緒の喪失である。いや、対象が情緒に関係していないと言った方が良さだろう。それは、まだ買ってない何かの商品のようなものである。興味があると関心があるの違いも明確にしておきたい。興味があるは個人的なものであり、誰かに言おうとするものではない。関心があるというのは、誰かに伝えたいという感情が湧く。それは興味があるは自分の内面に働くものであり、言わば個性的なものだからである。関心があるは、対象物との結び付きにより、何かしらの共通点の存在により、語るという情念が湧いてくる。意識するというのは、対象物を脳から引っ張りだし、現実へと向かわせるものである。私達が生きているこの世界は、言語的に計算機的な世界である。それは、左脳が創り出した産物と言っても過言ではない。私達が意識すべきなのは、言語であり、計算機なのである。つまり、左脳を意識するということである。

朝山布弥也より

XYZのプロ野球12球団の監督について セリーグ編

巨人	原辰徳
阪神	矢野燿大
中日	与田剛
DeNA	三浦大輔
広島	佐々岡真司
ヤクルト	高津臣吾

原辰徳は福岡生まれの神奈川育ち、父は三池工業高校、東海大相模高校の野球部で監督を務めた原貢、甥っ子は巨人のエース菅野智之というゴリゴリの野球一族です。自身も東海大相模高校、東海大学を経て81年にドラフト1位で巨人に入団、「巨人軍史上最低の4番打者」と叩かれながらもONが去った80年代のプロ野球を引っ張る活躍を見せました(通算382HR)。95年に現役引退、99年に長嶋政権に一軍コーチとして入閣、02年から監督に就任しました(第一期)。1年目でリーグ優勝と日本一を果たすも2年目は3位で終わり、「読売グループ内の人事異動」という名目で辞任、暗黒だった堀内政権が2年で終わると06年に

再就任(第二期)、15年に退任するまで10年間で6度のリーグ優勝と2度の日本一を成し遂げました。微妙だった由伸政権が3年で終わると19年にまたもや再就任(第三期)、全権委任監督として大幅な血の入れ替えを断行、賛否あったものの、2年連続でリーグ優勝を果たしています(日本シリーズはお察し)。契約最終年の今季は主力の故障者続出などでメンバーが揃わない中、上位に食い込んでいます。良くも悪くも実績と影響力が半端ないので後任監督は大変ですね…。(慎之助やろなあ)。矢野燿大は大阪市東住吉区(今は平野区)出身。桜宮高校、東北福祉大学を経て91年にドラフト2位で中日に捕手として入団、なかなか芽が出ず98年に阪神にトレード移籍すると、その後は遅咲きながら扇の要として活躍し2度のリーグ優勝に大きく貢献しました。10年限りで現役引退後は関西でローカルタレントやスポーツキャスターを務め、16年に大学時代からの盟友で、プロでも同僚だった金本知憲の監督就任と同時に阪神の一軍バッテリーコーチに就任、18年には二軍監督としてチームをファーム選手権優勝に導きました。19年から成績不振で辞任した金本に代わり一軍監督に就任すると、1年目は3位、2年目は2位、3年目の今季は開幕から暴力的な強さで首位を快走(攻撃も守備も破壊力バネえ)、16年ぶりのリーグ優勝へ向けての機運は高まっています。指導者としてもチームを黄金期に導けるか。与田剛は千葉県出身。木更津中央高校、亜細亜大学、NTT東京を経て90年にドラフト1位で中日に入団、1年目から抑え投手として活躍し、新人王と最優秀救援投手を受賞するも、以降は故障に悩まされ低迷、ロッテ、日本ハム、阪神を渡り歩き00年にひっそりユニフォームを脱ぎました。引退後はNHKの解説や評論家として活動する一方、09年の第2回WBC日本代表の投手コーチを務め、チームの大会連覇に貢献、16年から楽天の一軍投手コーチに就任し18年限りで退任すると、19年から中日の一軍監督に就任しました。1年目は5位、2年目は謎采配こそあったものの3位に順位を上げ、チームを8年ぶりのAクラス入りに導きました。契約最終年の今季は苦戦を強いられているものの、まだチャンスはあるはず(点取れなさすぎ…)。三浦大輔は奈良県橿原市出身。高田商業高校を経て92年にドラフト6位で大洋(横浜の前身)に入団、以降は先発投手としてプロ25年間で通算172勝184敗を挙げ、「ハマの番長」の愛称で慕われました。00年代のベ이스ターズはどうしようもない暗黒期に陥り、多くの主力選手が他球団へ移籍していく中、三浦だけは残り続け弱小チームのエースとして奮闘、ファンに愛される存在でした。16年に現役引退、19年から次期監督としてラミレス政権に一軍投手コーチとして入閣、二軍監督を経て今年から一軍監督に就任するも、開幕から順調に黒星を積み重ね下位に沈んでいます。既定路線とはいえ今季の戦力では正直厳しかった…(先発いない、捕手ドングリ、二遊間ポロポロetc.)。1年目から逆風が吹いていますがまだチャンスはあるはず。佐々岡真司は島根県出身。浜田商業高校、NTT中国を経て、90年にドラフト1位で広島に入団、91年にはリーグMVPと沢村賞を受賞しリーグ優勝に大きく貢献、投手として通算138勝153敗106セーブを挙げ、90年代のカーブを支えました。07年に現役引退、15年から二軍投手コーチに就任後は一軍のリーグ3連覇に影響しながら貢献すると、19年から一軍投手コーチに昇格、20年から緒方孝市に代わり一軍監督に就任しました。1年目は5位、2年目の今季も主力のコロナ離脱もあり苦戦を強いられています(5位広島、6位横浜って懐かしい並び…)。チームの世代交代を進められるか。高津臣吾は広島県出身。広島工業高校、亜細亜大学を経て91年にドラフト3位でヤクルトに入団、在籍13年間で最優秀救援投手を4度受賞し守護神に君臨、90年代の黄金期スワローズの中心選手として活躍すると04年からメジャーリーグに挑戦、韓国、台湾を渡り歩き12年に日本の独立リーグ(BCL新潟)で現役引退、通算286セーブを挙げ名球会入りも果たしました。14年から一軍投手コーチに就任、17年から二軍監督を務め、20年から一軍監督に就任しました。1年目は6位、2年目の今季は主力のコロナ離脱があったものの、下馬評を覆し上位に食い込んでいます。指導者としてもチームを黄金期に導けるか。

XYZのプロ野球12球団の監督について パリーグ編

ソフトバンク	工藤公康
ロッテ	井口資仁
西武	辻発彦
楽天	石井一久
日本ハム	栗山英樹
オリックス	中嶋聡

工藤公康は愛知県出身。名古屋電気高校(愛工大名電高校)を経て82年にドラフト6位で西武に入団、以降は常勝ライオンズの左腕エースに君臨、リーグ5連覇にも大きく貢献しました。95年に当時弱小球団だったダイエー(ソフトバンクの前身)にトレード移籍すると、99年にはチームを26年ぶりのリーグ優勝に導き、自身もMVPを受賞するなど現在の常勝ホークスの礎を築きました。00年に巨人にFA移籍すると、2度のリーグ優勝と日本一に貢献、04年に通算200勝を挙げ名球会入り、07年に横浜、10年に西武に復帰し29年間の現役生活に幕を下ろしました。15年から現役時代の同僚だった秋山幸二に代

わりソフトバンクの監督に就任、6年間で3度のリーグ優勝と5度の日本一を達成、18年と19年はシーズン2位からクライマックスシリーズ(以下CS)を勝ち抜き、短期決戦での勝負強さを発揮しています(選手層厚杉内)。契約最終年の今季は例年通り故障者が多く、苦戦を強いられています(死んだふり作戦かも)。実はDeNAベイスターズの初代監督に内定していたもののコーチ人事で折り合いがつかず、破談になったという黒歴史(?)があります。井口資仁は東京都出身。國學院久我山高校、青山学院大学を経て97年にドラフト1位でダイエーに入団、以降は盗塁王を2度受賞するなど球界を代表する俊足強打の二塁手としてダイハード打線の一角を担いました。05年からメジャーリーグに挑戦すると、ホワイトソックスとフィリーズで2度のワールドシリーズ優勝を経験、09年からロッテに移籍し日本に復帰、10年のシーズン3位からの下剋上日本一に大きく貢献するなど中心選手として活躍、17年に現役引退すると、そのまま監督に就任しました。3年目の昨季は終盤までソフトバンクと優勝争いを繰り広げ2位に浮上、今季も上位に食い込んでいます(現役時代師弟関係だった鳥谷の重用は賛否あるけど)。プロ入り前年にアトランタ五輪に出場、日本代表として銀メダルを獲得しています。辻発彦は佐賀県出身。佐賀東高校、日本通運を経て84年にドラフト2位で西武に入団、以降は常勝ライオンズの不動の二塁手として活躍、7年連続でゴールデングラブを受賞するなど守備の名手として鳴らし、96年にヤクルトに移籍、森祇晶、野村克也の両名将の下で現役を過ごし99年に引退後は、06年に王貞治率いるWBC日本代表のコーチを務め、大会初優勝に貢献しました。07年から中日の一軍コーチに就任、落合、谷繁の両政権で指導者経験を積み17年に西武の監督に就任すると、18年と19年にリーグ連覇を成し遂げました(CSは...)。5年目の今季は主力の故障やコロナ離脱もあり苦戦を強いられています。石井一久は千葉県出身。東京学館浦安高校を経て92年にドラフト1位でヤクルトに入団、以降は黄金期スワローズの左腕エースに君臨、5度のリーグ優勝を経験し自身も最優秀防御率と2度の最多奪三振を受賞しました。02年からメジャーリーグに挑戦、06年にヤクルトに復帰、08年に友達を作るため西武にFA移籍するとリーグ優勝と日本一に貢献、日米通算182勝を挙げ、13年にユニフォームを脱ぎました。18年8月に楽天のGMに就任するとFAやトレードを駆使して血の入れ替えを断行、敏腕ぶりを発揮し今季から一軍監督も兼任しています。奥さんはフリーアナウンサーの木佐彩子さんです。栗山英樹は東京都出身。創価高校、東京学芸大学を経て84年にドラフト外でヤクルトに入団、俊足巧打の外野手として活躍するも、メニエール病に悩まされ90年に29歳の若さでユニフォームを脱ぎました。引退後はスポーツキャスターや白鷗大学の教授を務めるなどインテリぶりを発揮、12年に指導者未経験ながら日本ハムの監督に就任、1年目にリーグ優勝を果たすと、5年目の16年には大谷翔平の投打に渡る活躍もあり、4年ぶりのリーグ優勝と10年ぶりの日本一を成し遂げました。近年は本拠地移転後初の2年連続Bクラスと低迷、今季も最下位に沈むなど苦しい戦いを強いられています(チームの士気が低い...)。来季は侍ジャパン監督の稲葉篤紀が新監督に内定しているので、早いけど10年間お疲れさまでした<(_)_>。中嶋聡は秋田県出身。鷹巣農林高校を経て87年にドラフト3位で阪急(オリックスの前身)に捕手として入団、山田久志、佐藤義則、今井雄太郎といったレジェンド投手とバッテリーを組み成長、当時の左腕エース星野伸之のスローカーブを素手でキャッチするなど(笑)ブルーウェーブのリーグ連覇と日本一に貢献、98年に西武に移籍すると、当時ルーキーだった松坂大輔の専属捕手として活躍しました。03年に横浜、04年に北海道に移転したばかりの日本ハムに移籍すると、選手兼任コーチとして4度のリーグ優勝に貢献、15年に29年間に渡る現役生活に幕を下ろしました。19年からオリックスの二軍監督に就任、20年のシーズン途中から色々あって一軍監督代行に昇格、今季から正式に一軍監督に就任すると、二軍でくすぶっていた選手を一軍の戦力に育てるなど手腕を発揮、チームを交流戦優勝に導きパリーグでも7年ぶりの単独首位に立ちました。長い暗黒期から抜け出せるか注目ですね。

私の希望

自分の生活についてどうして対応していくか考え直す時期になりました。

食生活、余った時間の過ごし方を考えることにします。

そして決められたことに対して守っていきたいと考えています。決められたこととは、①生活リズムを崩さないこと、②スケジュールを守って過ごすことです。以前は趣味で一人でカラオケに行ったり、磯釣り三重県尾鷲市に行ったりしました。車に乗るのも趣味でした。今はもう車に乗れませんので、それに代わる趣味を持ちたいとおもっています。

62歳ということはもう若くないのであせりがあつて迷ってしまう時があり、難しいと考えています。ただ、今、しっかりと気持ちの整理をしないといけないと考えています。

毎日の決められた生活を実行していかないといけないと思います。

そして自分の生活の満足感をもって進んでいくようにしたいと思います。

そして悔いのない人生になりたいと考えています。それが今の私の希望です。今いちばんの希望は、娘に孫ができたことです。

PN・貢司



★けいちゃんの音楽談義 ～ぼくの音楽リレキ書 ⑩～

個人的ベスト 10 紹介

PN：けい

やあ。今回は僕が一番好きなバンド、BUMP OF CHICKEN(以下 BUMP)の楽曲の中での個人的ベスト 10 を紹介するよ。どの曲が優れているかなんてことを比べること自体がナンセンス(どの曲も素晴らしいと思ってる)なんだけどね～。なので、敢えて選ぶなら、とか、今の気分なら、という感覚ぐらいに思って聞いてほしい。それでは……。

順位	曲名	一言コメント
1位	ダイヤモンド	僕が BUMP の虜になった曲の一つ。デビューシングルにしてエース的存在。
2位	メーデー	優しさとかっこ良さが共存している深い歌詞。
3位	天体観測	BUMP の代表曲。昔、この曲の歌詞を読み解いている時に悟りを開きかけた。
4位	モーターサイクル	リズムやループが面白い！ 少しネガティブでクールな自分に浸れる曲。
5位	プレゼント	初めて聴いたときは泣いた。次に聴いたときも泣いた気がする。
6位	ガラスのブルース	BUMP の原点。藤原基央さん(vo> 担当)が初めて日本語で作詞作曲した曲。
7位	セントエルモの火	どう言っているのかわからないけど、とにかくカッコいい。
8位	K	物語調の歌詞の作品として有名な曲。当時、ネットでも話題になった。
9位	pinkie	サビに入る瞬間だけでも聴く価値あり。
10位	車輪の唄	軽快で聴きやすい。BUMP をあまり知らない人にもおすすめ。

こんな感じかな～？ 割と有名どころもおさえたのでまだあまり BUMP を知らない人にもおすすめだよ。10曲にしぼるのはかなり難しいけど BUMP 好きな人とこういうの語り合えたら楽しいだろうなあ～。

ケロロの感情的になろう



ケロロは感情的です。ケロロは感情に囚われて攻撃的になります。ケロロの感情は、思考や性格や行動にも影響されます。感情で嫌な気持ちになると、差別的な発言やタイトルの本を本屋に行って大量に買ってしまいます。ケロロは感情コントロールやアンガーコントロールが下手くそです。



感情はどうやって怒るのでしょうか。人間の脳には記憶と感情があります。記憶と感情が変化すると、不安やパニックになります。また、強迫観念を持って思考が偏ってしまいます。怒りとは、自分自身を恐怖から守ろうとする本能のようです。

B型就労継続支援で訓練を受けているときも感情的になります。個別支援計画を書いてくれるスタッフにも様々な課題を言われます。感情的になって、暴言を仕事にはいたりしてしまいました。作業はするけど、感情がボロボロ。そういうのは、仕事と私どっちが大事という駆け引きです。そういう交渉は仕事に入りません。

逆に感情がないとどのようになるのでしょうか。感情がない生活は女性を含め多くの人が不安になります。特に女性はコミュニケーションや会話やしぐさに囚われる人が多いようです。人間の半分は女性です。その中で論理のみに囚われてはいけません。感情が豊かであることは、相手に同じ気持ちを同意したいと同じことです。つまり、言語によってのみ、人は直接あるがままの記憶と感情を共有できるのです。

感情を正しく使うにはどうすればいいのでしょうか。そこには、認知行動療法や精神療法があります。神経言語プログラムとは、人間が耳で聞くと脳で聞くと二つがあります。耳で聞くと、音声や音量のことです。



脳で伝わるとは音と記憶の関係や、言語の表現の意味上の関係です。感情は脳や神経で全身を駆け巡ります。

みーるはリカバリースペースです。みーるには、感情トレーニングというプログラムがあります。感情トレーニングで、ベキ思考などがあります。関心がある方は気軽にみーるに来てください。



キスタクの

おすすめの動画と漫画

こんにちは。キスタクです。今回は、おすすめの動画と漫画を紹介していきたいと思えます。

まずは、おすすめのまんが、「呪術廻戦」ジャンプコミックス、作者 ^{あきたみ げげ} 芥見下々 から。

主人公の ^{いたどりゆうじ} 虎杖悠仁が呪術高専に入学して、様々な呪術を身に付ける、という設定の作品です。

実は、おすすめしていながら、4巻までしか読んでいませんので、内容はあまり説明できません。すみません。おすすめのYouTube動画ですが、ロバート馬場こと馬場裕之さんの「馬場ごはん」という料理の動画が一番のおすすめです。馬場さんのトークとお料理の説明がおもしろい。音楽の動画では、ウーバーワールドの曲、シンガーソングライターの川崎鷹也さんの曲、動画再生回数が凄いことで有名な、Adoさんの「うっせえわ」という曲などがおすすめです。

機会があったら、ぜひ視聴して見て下さい。

P・N

キスタク



©芥見下々 集英社

声が聴こえる3

最近の「スティグマパルス」はロシアが主流である。「君がパニックやうつにならないように他国のスティグマをジャミングしてあげる」など、音声が届いてくる。「ロシアに来て男を磨かないか」「君にはスパイのセンスがある」なんて誘い文句まで聞こえてくる。私が他国のスティグマを「ジャミングしてくれてありがとう」と言うと、「どういたしまして」と返事が頭の中に伝わってきた。「我々は君のような人間を探していたんだ」と、いいことも言ってくる。ロシアが欲しい能力を私は持っているらしい。「私の何が欲しいの？」とたずねると、「君のすべてが欲しい」と返事が返ってきた。ロシアって国はつくづく恐ろしい国だと思ったりもした。今は中国。ドイツ・ロシアで私の頭の中に「ジャミングバリア」というものを作って、私を守ってくれている。「ミッションのための」ロシア渡航をすすめられたりもしているが、「観光旅行のためのロシア行なら大歓迎だが、ミッションで行く気はない」と、断ってはいますが・・・ね。



PN・ナベ



9/15(水)にみーるのブログの
みーる日記で答えを発表します
ので、お楽しみに！

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

縦のカギ

横のカギ

1	2	D		9		3	F
	A						
6		7					
	11						
4					8		
5	C	10	B		E		

1日本一の自動車メーカー 2あらいぐま4文字

2卓球、テニス 5みんな生きてる2文字

3羊料理 6便利な入れ物3文字

4くちゃくちとかむ 7映画。沢尻エリカ

7香りが立つ 8得意教科？不得意教

9宝石の単位 10海の鶏

11〇〇〇〇ご覧あれ