

週刊すず辰 (第361号) 令和1.10.15

火曜だけ18:30まで。

◆ちよっとまじめな話:父がぎっくり腰になったなら。◇

今週も、“すず辰(すずたつ)”が厳選しました農家さんの野菜(果物)たちをお買い上げいただきありがとうございます。ぜひおいしいもの好きなお友達・お知り合いにもお声かけください。お客様の輪が八百屋の力になります。

●今週のピックアップ商品○(来週もあります。)

皮ごとパクリのマスカット。



自宅で長男が「マスカット食べたい」と一言。はい、そういう季節ですね。シャインマスカット、岡山から入っています。種がなく皮薄くそのままパクリとおいしいマスカット。なかなかの高級品で、家に持ち帰るとしたら、売れ残りのときのみ。ご自身へのご褒美にいかがでしょうか。

大粒の藤九郎銀杏。



岐阜の名産、藤九郎銀杏。大粒で皮薄く、味が良くて評判の品。毎年入れますが、その粒々感に見惚れてしまいます。地元のお店では、殻を割って塩水につけておき、じっくり煎ります。土瓶蒸しにするお店も。家庭では難しいという方は、茶封筒に入れてレンジで温める方法も。殻に割れ目を入れて、茶封筒に入れて600Wで約40秒。足りなときは、10秒増しで。

▲すず辰のこぼれ話▽ 次の京とうふは10/15、17、19、24です。

台風19号の猛威。

今季最大級の台風として、先週大々的に報道されていた台風19号。上陸地点になりそうな、東海・関東地方だけかと思っていましたら、長野や福島・宮城等他の地域まで大雨による河川の氾濫により被害が大きく広がりました。

報道で、知人がいる地域の名前が出る度にドキドキ。東京時代に一時期住んだ二子玉川のマンションは見事に浸水地域になっていました。娘に「君が生まれたところやで」とTVの映像を見ながら言ってみたり。

台風や地震等、毎年のようにどこかの地域が被害に遭う災害列島日本。被災地の早い復興を思います。そして“できる限りの備え”は大事ですね。

先週の木曜、見事にギっくり腰になり、きゅうきょ休養となりました。こども食堂の打合せをしていた席で、いきなり右腰にピキッと痛みが走り、あーやべっ！、と思ったらだんだん痛みがひどくなり。会議後立とうとすると腰に力が入らない！？ 自宅近くに整形外科があるHさんに車で送っていただき、レントゲンとって、ブロック注射して、電気刺激を加え。恐る恐る車で帰りまして。。

家で寝ていましたら帰宅した長男・次男。腰が痛くて立てないことを伝えると、次男(7)「父だいじょうぶ!？」と駆け寄り来て、何とも優しく(笑)。イタタタタッと立ち上がると身体の前から支えようとしてくれたり。その日の寝しなにも「明日はなおってね」とふとんまで来てハグしていく次男。

長男(9)は静かに笑っていましたが、いつもに増していろいろ手伝ってくれました。当日夕方、痛い腰をガマンし車を運転。塾に長女(12)を迎えに行くと、「えへ、ギっくり腰〜?! おじさんや〜ん。うける〜!!」との言葉。

毎度三者三様でございます(笑)。※翌10/11(金)、鍼を打って無事開店しております。歩けますし、階段も大丈夫ですが、座って立ってるときに、腰に手を添えないと少し怪しい感じで。学生時代の水球の後遺症で元々腰が悪いのと、2年前の手術後に右腰を痛めたのと、そしてちよっと季節の変わり目で筋肉が固まっていたところで、ちよっと姿勢が悪く、局所的に強い力が合わさってボキッと。。

ギっくり腰といっても、子どもらはいまいちピンとこないようで、「だっこして」といってくる次男。「だっこはムリ」というと、「じゃあ大好き(ハグの意)で」と。

今で座っていると、後ろから寄りかかってくる長男。「あかんあかん、腰腰〜!」いうと、「あっそうか!」と体を離す。でもふとした拍子にまた…。

今朝長女も洗面台で髪をとかしている後ろに立つと、不意に後ろに倒れてきて! 「ムリムリムリ」と叫ぶ羽目になりました。どうも一応歩いているので治った風に見えるようです。

身体を温めつつ、傷んだところをほぐし動かし、ぼちぼち治したいと思います。

すず辰マガジンがウェブで読めるようになりました↓



《すず辰について》
鈴木辰徳(辰年:43歳。12.9.7歳の3児の父)がH23に開業。「野菜で笑顔を結ぶ」をモットーに、作る人と食べる人の笑顔の架け橋となるべく、素敵な農家さん、野菜果物のおいしさ楽しさをご提案。路面での販売“マルシェすず辰”を経て、H25/3/25念願の店舗オープン! マンガ“八百森のエリー”絶賛応援中!
函館市本通1-24-3(店舗) 店前・店横駐車可。
平日11時半・土曜12時半開店 17時閉店(日祝日休み)
TEL/FAX:0138-76-9865 メール:suzutatsu831@ncv.jp
HP:<http://suzutatsu831.com/>