

フィンネットワーク通信

2016年4月号

こんにちは！
フィンネットワークの赤木広紀です。

桜の季節になりましたね！



この季節は、入学、
進級、入社とフレッシュなエネ
ルギーが満ち溢れているので、
自然と何か新しいことを始め
たくなります。



最近、腹筋運動を朝晩するようになったのですが、し
ばらく続けると、朝起きたときの腰の痛みがかなり和
らいでいることを発見！

枕が合わないのか、フトンが合わないのかと、色々試
行錯誤しましたが、答えは外側にあるのではなく、ま
さに自分の中がありました。

ライザップのCMのように、ムキムキマッチョになろ
うとは思いませんが(笑)、心地よく動く身体づくりは
心がけていきたいですね。

それでは今月もよろしくお祈りします！

怖いときこそ、アタマから突っ込んでみる

3月末に、小学生の娘が初めてスキー合宿に行ったの
をキッカケに思い出したことがあります。

学生時代に、体育でスキーを習ったことがありました。

最初は、緩やかな斜面で練習するのですが、少し滑れ
るようになると急な斜面をまっすぐに滑り降りる直
滑降という段階に移ります。

デコボコはないので、コブに引っかかったりしないけ
れど、スピードが出てくると怖くなって腰が引けてし
まうことがよくありました。



腰が引けてしまうと、スキー板
を抑える力が無くなってコン
トロールが効かなくなり、最後
はコケるしか止まる方法がな
いんですね。

でも、怖くても、いや、怖いからこそ、へっぴり腰に
なるのではなく、アタマから前に突っ込んでいくと、
不思議なことに(本当は不思議でも何でもありませんが)
スキー板が安定し、コントロールも効くようになる。

怖いと感じたら、腰が引けてしまうのは、とっても自
然な反応です。

でも、この自然な反応に逆らって前のめりになったと
きに、逆に安定する。

スキーも人生も似ているのかも知れません。

「説得力がないんじゃないよ」

ある日の朝のこと。

娘がなかなか着替えないので「早く着替えなさい！」
と言ったら、

「今のパパに言われても説得されない」と一言。

「なんで？」と聞いたら、「パパもパジャマ着てるし」

普段、そう言い返してくると、腹が立って「言うこと
聞きなさい！！」と、よく怒ってしまうのですが、そ
の日は気分が良かったので(笑)、

「そりゃ、そうだ。確かに説得力無いね」と言うと、

「いや、説得力が無いんじゃないかと、その状況だと説
得されないだけだよ」と返してきました。

「ほお～、そうか～、ナルホド」と妙
に納得したので、先に自分が着替え
てからもう一度「着替えてね」と言う
と、今度は素直に着替え始める娘。



私たちは、ある状況でうまくいかな
いことがあったときに、

「自分には〇〇する力がない」と一般化してしまいが
ちですが、もしかしたら本当は、その状況でうまくい
かなかただけなのかもしれません。

思いがけず、子どもから教えられたある朝の出来事
でした。

次はアミーゴのコーナーですよ！→

アミーゴのゆるめる毎日

ファインネットワーク “福” 社長の朝比奈です。

2014年6月より、弊社ファインネットワークのサイトにて月1回、映画コラムを書いております。

その名を【アミストラはかく語りき】

原則として、最近観た映画のなかで、比較的新しい作品（上映中もしくは上映から2年以内）を取り上げてます。

ただし、映像が～、脚本があ～といった、専門的なことは一切ありません

あくまでも映画をサカナに、私独自の視点（独断と偏見とも言う）を大いに語るコラムです。



それはさておき、映画コラムを書いているせいでしょうか、日々、おびただしい数の映画を観ていると思われるフシがあります。膨大ななかから、選りすぐりをピックアップして、コラムに書いているとも。

確かに、映画は昔からの趣味です。ただし、観ている本数は、映画好きとはいえないレベルだったりします・・・。

コラムに取り上げるのも含めて、だいたい月に1～2本。多くても4本くらいですかね。

映画は好きですが、視覚や聴覚からのエネルギーを大量に浴びるせいでしょうか。鑑賞するのにエネルギーがかかるのですね。日々あわただしい中で、まとまった時間がとれて、かつ元気でないと観れません。

とにかく観た映画の中で、何とか書いています！

しかも、映画コラムの更新は新月の日と決めているので、その直前に観ることも多いのですが。

締め切りが迫り来る中で観た映画に限ってなんです。「うーん、悪くはないけど、コラム書きようがないな」と思わせる作品に出会うのが（笑）

締め切りを伸ばす、昔みた作品について書くなど、いくらでも逃げ道はあるのですが。

あえて、最近観た映画のコラムを、約束の日更新することを自ら課しています。

これが自分にとって良いトレーニングになりました。



好みを最優先にすれば、いくらで書けるのですが。それでは、自分の視点は広がっていきません。

自分が大事にしている視点を裏付けする作品ばかり選ぶことになるでしょう。

好みでは無い作品は、共感しにくいとも言えます。

それでも必死で何か書けるところはないだろうか・・・と考える中で、見つかるのです。いつもとは違う視点が、共感だけでは見落としてしまう視点が。

それが、作品を通して新しい気づきを与えてくれます。

4月は何の映画を取り上げるのか未定ですが、頭に汗をかきながら、書き上げている私を想像してもらえると嬉しいです（笑）

ことしの花粉症



毎年このシーズンは、マスクが手放せません。春の訪れを告げる目のかゆみは、例年は2月末からですが、今年は3月に入ってからとなりました。

毎年のことですから、すっかり手順は心得てます。

花粉症に効く目薬を買い、マスクを山ほど用意。目のかゆみが収まったら、次は鼻づまりへと移行するので、そのスプレーをかうのが常でしたが。



しかし、今年はどういう訳か、目のかゆみも例年ほどではありませんでした。

どうやら近畿地方の飛散量は例年に比べて少なめだったようですから、その影響があるのかもしれませんが。

もしくは、花粉症シーズンに備えて、花粉に効く漢方薬を朝晩飲んでましたので・・・それも効果を発揮したのかもですが。

いずれにせよ、軽く済むのは大助かりです。いや、まだヒノキ飛散があるので、油断は禁物ですが。

世間では、卒業式を迎えた女学生たちの袴姿がまぶしいです。私もいつか、花粉症を卒業する日を迎えるのでしょうか・・・。

ファインネットワーク通信

発行者：赤木広紀・朝比奈映夫

〒602-0853

京都市上京区宮垣町 94-102

TEL：075-951-6310

HP <http://www.finenetworld.com>

Facebook <https://www.facebook.com/finenetworld>

