

ブレイクタイム VOL.6



いつも元気な、ナースちゃん
です。みんなも元気に
がんばっていますか！





癒しの石！



ストレスフルな毎日に、もう心身ともにクタクタというあなたにパワーストーン「翡翠 ヒスイ」を紹介したいと思います。日本では新潟県糸魚川市でしか採れない石ですけど、人間と翡翠との出会いは縄文時代に始まり、国内最古の翡翠は約 7000 年前、山梨県でも天神遺跡から出土した大珠(たいしゅ)も、約 5000 年前のものだそうです。この頃は間違いなく縄文人たちにとって翡翠は特別な石として意識されており、日本最古のパワーストーンともいえますね。

ヒスイを探してみよう！



山梨から一番近い日本海
で、ヒスイは探せるよ！

今回はヒスイの見分け方を特
別に紹介します！





新潟県の糸魚川・青海地域の河原や海岸でひすいに出会うためのコツ！

- ・ 実績のある場所で！・・・これまでひすいが発見されている河川(姫川、青海川、小滝川など)や海岸(糸魚川市押上～青海町～富山県朝日町宮崎)！。

- ・ 白っぽい石を探そう！・・・ひすいの原石の大部分は白色で、一部に緑色や紫色、青色のきれいな部分があるよ。
- ・ 重たい石を探そう！・・・ひすいの主要構成鉱物であるひすい輝石の密度は約3.2g/cm³もあるんだ。他の石やり重いからね！。
- ・ 角ばった石を探そう！・・・ひすいは硬い！。海で拾う石はみんな丸いよ！。
- ・ ヒスイもどきを見分けよう！・・・糸魚川・青海地域でひすいによく間違えられる石として、石英(碧玉など)、チャート、変質した酸性火山岩、ロディン岩、軟玉、クロム含有白雲母があるよ。糸魚川フォッサマグナミュージアムでは石の鑑定もやってもらえるから、持って行ってみてね！無料だよ！

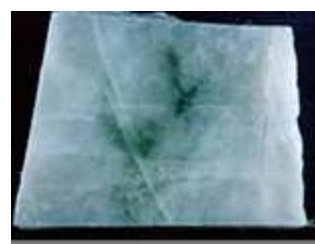
良かったら、探しに云ってみてください！



ヒスイ峡



海岸



糸魚川のヒスイ



今日のお勧め本！

「蟹工船」 [小林多喜二](#) 作

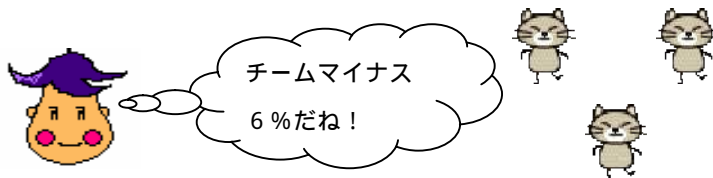
この作品は、日本プロレタリア文学の代表的作品とされています。昭和四年の作ですが、当時は発禁処分になるなど何かと話題の本です。最近になって様々な方面から紹介され、20代の若者世代に密かなブームになっています。この作品には通常存在する「主人公」が無く、無産階級の半ば騙されて働かされていた若者たちが、虐げられている中、団結し立ち向かっていく過程が描かれています。メッセージとして、どんな状況でもあきらめない心というものが感じ取れる、時代を超えて今もなお若者たちの心を掴むのかなと思わせる作品です。何かに行き詰まってしまっているとしたら、この作品を紐解いてみてください。

ペンネーム：ぴよこちゃん

🐱 休日の風景 🐱

いよいよ本格的な夏！、うだるような暑さもますます厳しくなってくることが予想されますね。そんな中、皆さんはどのように一日を過ごされていますか？。今回は、ちょっとしたエコな休日の1コマをご紹介します。

休日といっても、起床時間は5時30分！朝からランニング！最近では暑さのためか、すれ違う人の数もちょっと少なめ。それでも朝から散歩をしながらゴミを拾われている方達と、挨拶を交わすとすがすがしい気分になります。人生の諸先輩方に学んで、自分も環境にやさしい生活を送ってみようかなって思えてきます。



今日も暑くなりそうなので、家族で涼しいところに出かけようと白州・尾白の森名水公園（べるが）にでかけました。休日なのでたくさんの家族連れがいたけど、自然の中で名水に親しむって涼しくていい感じでした。エアコンの効いた中でダラダラしていると体もだるくなって辛くなってしまいますよね。休日にはちょっと足を伸ばして自然と親しむのもエコな生活かなって思います。



夕方、娘と犬の散歩。近所のどんぐりの並木道がいつもの散歩コース！木陰ってすごく涼しい！って思いながら視線を犬に向けると何故か足を引きずっている……。立ち止まってみてみると、犬の肉球の間にどんぐりがスッポリはまっていた……。犬には悪いけど、娘と大笑い！

犬との散歩の後、今度は息子とお買い物！ちょっと涼しくなってきたので、自転車でお買い物！当然、エコバック持参！大きくなった息子に、近所の近道やいつも通っている抜け道を教えてもらってのお買い物！息子も大きくなったんだなって思わず関心させられたお買い物。息子が持っていたエコバックの中にちゃんと、食品トレイが入っていて買い物前にちゃんと分別して出していた。えらい！。



夕食前に、庭のハーブを採ってきて冷たいハーブティーをみんなで飲んだ！我が家の生活って結構、エコなんだなって思わず関心！ふと、屋根に付いているソーラー発電を思い出し、今日の発電量は！・・・17,8kw！今日の太陽の恵みもいっぱい！それでも涼しく一日を過ごせたとしたら、なんだか得した気分！地球に優しく、ちょっと気持ちがほっとしたエコな休日でした！

ペンネーム：ウッドストック！