マッコウの食べ歩き：　波止場食堂

オール500円！　沖縄そばがオススメ！

沖縄ソバの好みは人によって好みが変わり、勧められても「普通？」と思ったり、勧めてみても反応がイマイチだったりする事があります。ダシが好みでも麺が好みじゃないとか。ここのソバのダシはチキンベース？だと思います。ダシと麺のバランスがいい感じ^^　　そばにおにぎりがついて500円！もちろんソーキものってます！！　安すぎでしょ！！

場所は屋慶名の大通りを港に直進して海岸線の道に突き当たる前の左にあります！この裏手にもいこい食堂があり、ここもいいですよ！屋慶名は最近かね食堂もできて激戦区になりましたね。

はぴわくクラブ　5月、6月

私は120歳までワクワク楽しく生きたいと思っています。こう言うと「動けなくなるよ！」ってほとんどの方に言われます。ですが、そうならないように今から努力すれば、その可能性は低くなると思っています。実際に122歳まで生きられたジャンヌカルマンさんは、かなり健康だったという話しです。成せばなる成さねばならぬ。この言葉が好きです。今のうちからハピワクを追求しつづけると120歳になった時には！と考えるだけでも楽しくなります。その為にはそれをよりいっぱい感じれるための感性が必要と思っています。その感性をを磨くために色々挑戦しています^^。

その挑戦して学んでいる事を無料または格安でシェアしていきたいと思っています。

アロマテラピー、カラーセラピー、心理カウンセラー、筆文字（遊書）、速読、太極拳、きじポ作成、ジョギング、ネイチャーゲーム、マジックなど色んな資格をとったり、講習会を受けたりしてます。

健康には何が良いのか？と、ストレス、食事、睡眠、運動などの本を読んでいますが、一番大事なのは楽しい！という気持ちではないかと思っています。そういう楽しい！という気持ちを少しでも一緒に高めれたらいいかな～と思って、ぴわくクラブを行います^^／主に日曜日の6時くらいにやる予定！

はぴわくクラブ5－1　遊書（筆文字）

場所　：　不思議整体！うるまカイロ
時間　：　18:00～19:30
日時　：　5月12日　日曜日
申し込み・問い合わせ先
　電話番号：080－1545－5637
　メールアドレス：matsukou@urumachiro.com
人数　：　　限定5名
料金　：500円と筆代500円、または無料）

　1万円コースを継続中か回数券を購入された方は優待券を差し上げます。優待券をお持ちの場合は筆代のみお願いします。もし、毛筆の筆ペンをお持ちならお持ち下さい。
その場合無料となります！

持ち物
　筆ペンをもっている人はお持ち下さい。

遊書は習字のように、正しくなければ×を付けるというものがなく、どんなものでも正解！なので楽しいです。書いている人が楽しければOK！
私はやり初めては間もないですが、空き時間を探してはやってます。5分の空き時間があれば、気分転換になりますよ^^やり方はとっても簡単ですぐ楽しめます。いい言葉を書いてると、それだけで元気になれます。お気軽にご参加下さい。

「枠をはずしてワクワク楽しむ」
沖縄で主に活動している感動筆文字職人の新垣幸之さんが筆文字の講習会で言っていた言葉です！
私もそうですが、何か行動しようとした時、何かの枠（制限、理由）を知らず知らずに自分につけてしまいがち