

# ありがとう新聞

2009年(平成21年)  
7月15日 水曜日  
第8号

発行人  
ありがとうカフェ  
今帰仁  
沖縄県国頭郡  
今帰仁村崎山174番地  
電話 0980-51-5168  
ありがとうカフェホームページ  
<http://www.arigatou-cafe.com>  
mail: kei-jo-narigatou-cafe.com

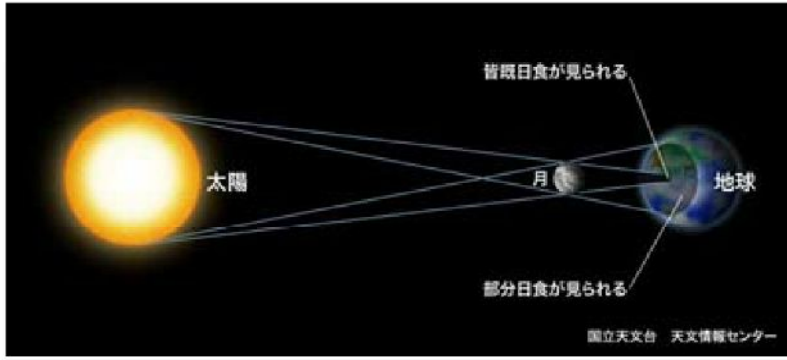
500円ランチ  
毎週木曜日  
大好評開催中  
7月16、23、30日  
ありがとうカフェ今帰仁

## 奄美皆既日食！7/22

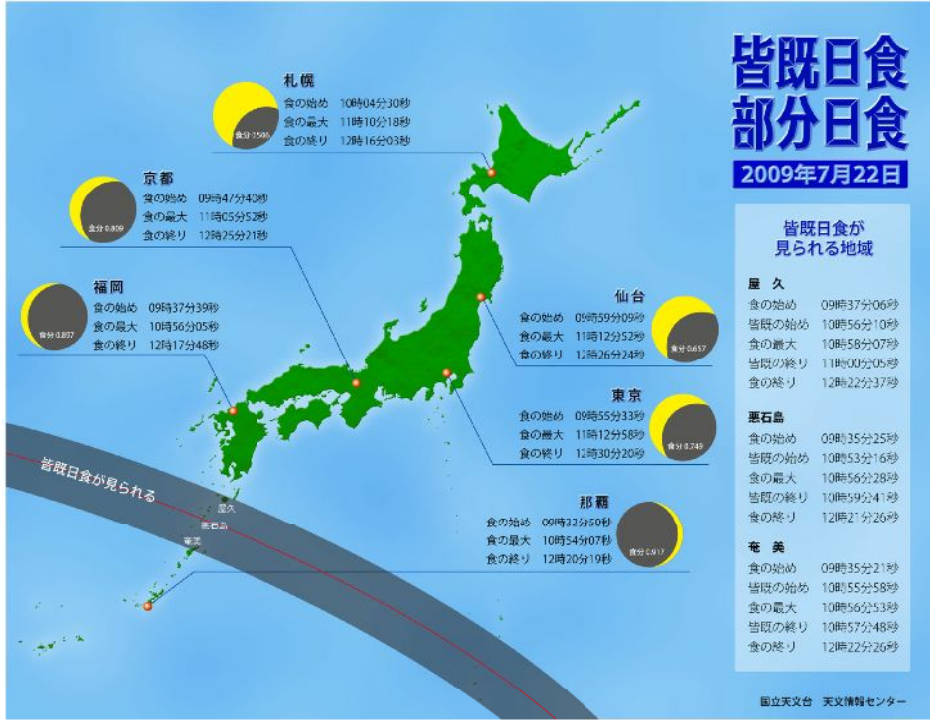
日本国内では46年ぶりとなる皆既日食が、2009年7月22日午前10時57分ごろに鹿児島県のトカラ列島(十島村)、種子島南部、屋久島、喜界島、奄美大島北部などで観測できます。

「日食」とは、月が太陽の顔を横切るために、月によって太陽の一部(または全部)が隠される現象です。太陽が月によって全部隠されるときには「皆既日食」と呼ばれます。今回は一部の地域でこの「皆既日食」が見られます。また、太陽のほうがりより大きく見えるために月のまわりから太陽がはみ出して見えるときには「金環日食(または金環食)」と呼ばれません。太陽の一部しか隠されないときには「部分日食」と呼ばれます。

今回の日食は、日本全国で部分日食を見ることが出来ます。また、ごく一部の皆既日食帯と呼ばれる地域の中では、皆既日食が見ら



れます。部分日食は、一般的にこの皆既日食帯に近いほど、大きく欠けて見られます。例えば、九州以北であれば、大きく欠けて南に行くほど大きく欠けて見られることとなります。



日食の欠ける深さを「食分」という数値で表します。食分0.1とは、太陽の直径の10%まで太陽面上に月が入り込み、太陽が欠けることを意味しています。札幌では食分が0.505

と約半分ですが、東京では0.74と約3分の2まで月が入り込みます。また福岡で0.897、那覇で0.917と、それぞれ深い部分日食となります。

今帰仁村でも90%以上の食分になります。

太陽はたいへん強い光と熱を出しています。部分食のときには、太陽の一部は月によって隠されていますが、光や熱が強いことに変わりはありません。正しい方法で観察しないと、目を痛めたり、最悪の場合失明したりする危険性があります。

肉眼で直接太陽を見ると、たとえ短い時間であっても目を痛めてしまいます。

また、下敷きやCD、フィルムの切れ端、すずをつけたガラス板、サングラスやゴーグルなどを使って太陽を見るのもいけません。見た目ではあまりまぶしく感じなくても、光の遮断が十分なものや、目に見える赤外線を通しやすいうちに網膜が焼けてしまう危険性があります。

望遠鏡や双眼鏡は、太陽の光や熱を集めて強くするため、肉眼で太陽を見る以上に危険です。

安全な観察方法は、ピンホールを利用する、木もれ日を見る、手鏡で移す、専用の日食グラスを使う、望遠鏡を使って太陽投影板に投影するなどです。詳細は、国立天文台のHPで。(参考文献/引用…国立天文台ホームページ)

### ブルーボトル販売

リウマチ、憂うつな気分にも効果あり。奇跡の浄化水「ブルー・ソーラー・ウォーター」を作るのに便利な720mlのブルーボトルを販売いたします。現在予約受付中(7月下旬販売開始予定) 600円/1瓶  
お問い合わせは、ありがとうカフェ今帰仁まで

# やんばる 夏休みイベント情報

暑い夏到来、そして子どもたちは長い夏休み。でも、冷房の効いた部屋に閉じこもっていないで、家族で遊びに行きましょう。

## 【海洋博公園】

夏休み最初のイベントは、7月18日の「海洋博公園サマーフェスティバル」です。目玉はなんと、いつても、花火大会。20時から21時まで、約1万発の花火がエメラルドビーチで打ち上げられます。水中花火、尺玉など見応え十分。ただし、駐車場の確保、終了後の渋滞も大変なので、見に行く方は事前の情報収集と対策を練りましょう。

この日は、エメラルド・



ビーチでのアトラクションや、コンサートなども開催されます。

その他の海洋博公園のイベントは、ウミガメ展、ハス乗り体験会、マンタ展、熱帯果実展など盛りだくさん。日程・詳細は各自確認してください。

## 【夏祭り】

夏はやっぱりお祭り。各市町村で夏祭りが開催されます。

本部海洋祭り（7/19日）、20日（月・海の日）谷茶公園・渡久地港）、名護市夏祭り（7/25（上）、26（日）、名護漁港）、今帰仁村まつり（8/8（土）、9（日）今帰仁の駅そーれ）

## 【ありがとうカフェ】

今帰仁村崎山にあるありがとうカフェでは、以下のイベントを予定しています。

・7/11日（土）〜23日（木）アトリエピピ（仲間浩美）ツールペイント作品展

・7/20日（月）〜8月20日（木）夏休み小学生パソコン教室

・7月23日（木）ツールペイント教室  
※詳細はありがとうカフェまでお問い合わせ下さい。

## ホ・オポノポノの効果？

第7号で紹介した「ホ・オポノポノ」実践してみましたか？

「ごめんなさい」「許してください」「愛しています」「ありがとう」「愛しています」の4つの言葉を唱えるだけです。効果が、なかなか難しいし、効果の確認も難しいですね。本（小冊子）に載っていた効果を紹介いたします。

ハワイの州立病院から精神病棟が消えた。I・H博士が病棟に勤務し始めた日から「自分」の内面を癒し始めた。収容者に対して診察もカウンセリングも治療行為もせず、来る日も来る日も、「自分」を癒した。「ごめんなさい」と「愛しています」を何度も

何度も言い続けた。2、3ヶ月後、手足を縛られていた人たちが、自由に歩けるようになり、多量の投薬も必要がなくなった。そして、4年後、すべての収容者が退院。病棟が閉鎖された。

セミナー会場を確保するため、抽選会に行き、一番人気の高い時間帯でしたが、抽選を待つ間ずっと4つの言葉を唱えていると、偶然その時間帯の希望の会場が開いていた。

トイレにアリの巣ができてこままって、ホ・オポノポノを唱えたら次の日にアリがいなくなった。

等々、いろいろ効果があるようです。ブルー・ソーラー・ウオーター（ブルーボトルに水を入れて太陽の口にあてるだけ）も、体力があがり、疲れにくくなるなどの効果があるようです。

信じることで、続けることが必要だとは思いますが、ホ・オポノポノがすぐにわかる小冊子（400円）をありがとうカフェで販売しています。

## 【編集後記】

7/22の部分日食楽しみですね。晴れるといいな。ありがとう、愛します。

やんばるの緑豊、自然になごむ心あり。

一期一会にかよう情あり。

## ありがとうカフェ今帰仁

〒905-0422 沖縄県国頭郡今帰仁村崎山174番地

TEL 0980-51-5168

定休日 金曜日

営業時間 11:30~日没

駐車場 8台

子供のプレイスペースあり

会合、夜の食事予約承ります。

オードブル、弁当承ります。

## 【メニュー】

ありがとうセット(玄米菜食ランチ)	800円
ついてるセット(+スイーツ・ドリンク)	1250円
感謝そば(軟骨ソーキ)	600円
しあわせ丼(軟骨ソーキ丼)	800円
スイーツドリンクセット	600円
ケーキ(マクロビオティック)	350円
ドリンク(炭酸コーヒー、紅茶など)	350円~

その他、セットメニューもあります。

