

【ほめる】……鈴木

最近の暗いニュースでは、常に相手をバカにしていたり、けなしが多々見うけられます。



うちの孫が泊りに来るたびに、ほめることと叱ることをしっかり区別してやる事を習慣にしています。孫の成長に合わせて、だめなことをしっかり叱り、正しく出来たことや、行動に対して大げさにほめています。ただし、娘が結構大きな声で叱るので、最近逆は娘の前では、ほめてばかりいます。

ほめるって、大切なことですよね。相手の素晴らしさを素直に認め、ほめることができることは大切だと思うのです。人の幸せを自分の幸せと考えることができ、自分だけでなく他人の幸せも一緒になって喜べる人になりたいと思います。人の成功を憎むのではなく、よかった、すごいね、と素直にほめられることは、相手のことを思っている証拠なのです。でも普段、仕事などで意外と、すごいね、素晴らしいね、よくできたね、とほめることがあまり出来ないような気がします。ほめる習慣を身に着けたいなと思います。

また、自分で自分をほめる習慣を持ち、どんどん自分で自分をほめたいものです。小さなことでも、今日努力したこと、達成できたことをどんどんほめていくのです。自分の素晴らしい部分をどんどん認めて、前向きになるのです。人はほめられると、脳内ホルモンであるドーパミンを分泌します。快樂ホルモン（幸せな気持ちになるホルモン）と呼ばれているもので、適量のアルコールを飲むとテンションが上がるのも、このドーパミンが分泌されているからです。

人はほめられると、この人から認めてもらったという感情が生まれ、喜びや安らぎと同時に、信頼関係が出来上がるのです。これからも、ほめることを常に考えていきたいです。



空き地1. 県庁前

1955年に完成した栃木会館旧館（1991年閉館）と1963年に完成の新館は2016年閉館し、現在は写真の様に空き地になっている。

栃木会館が出来る前は公会堂があり、ここで演芸会が催された。私が一番印象に残っているのはボクシングの試合がここであったことです。ボクシングと言えば、旧下野新聞の2階にあったTVで白井義男の世界マッチを見たことを思い出します。

旧下野新聞のあった所など、知らない人が多いと思います。まして、1954年に取り壊された公会堂が県庁前に立っていたことなど知る人はもう皆無かなー。因みに私は公会堂の直ぐ東で育ちました。

空き地は当面、利用計画はない。



観戦日記

初めて栃木県グリーンスタジアムに入り、初めてサッカーの公式戦を観戦した。たまたま1カ月位前にサッカーのチケット訪問販売員が我が家を訪れた。サッカーの公式戦は見たことがなかったので購入。払った金額はB席4名で4,290円。行ったのは弟夫婦と3人。

駐車場探しがなかなか捗らず、時間を要したが競技場まで徒歩10分少々でした。相手はJ2、4位のヴァンフォーレ甲府。強豪でしかも、対戦成績は過去9戦して栃木は勝ちなし。

座った席は相手が攻めるコーナー側。目の前で攻められっぱなしで気が重い状態が続く。

20分位見ていたが、反対側へ行って見てみようと思ったら、その間に栃木SCがゴール。肝心なところを見逃す。大型画面でリプレーを繰り返し見る。最後まで観戦するつもりはなくハーフタイムで帰参。翌日になって、地元新聞で1:0にて栃木SCが勝ったことを知る。スポーツ欄で大きく、詳しく報道されてました。

以前にアイスホッケー、昨年、(バスケット)Bリーグを観戦しているのでこれにて、地元プロスポーツ観戦は終了。他にプロ野球独立リーグ、栃木ゴールデンブレーブスがあるがこれは興味なし。

