

小岩とびるある記

(たまには明線あり)★はずき

照の湯 南小岩6丁目26-19
03-3658-4972

小岩を愛する皆様こんにちは。とうとう冬の足音がしてきましたね。風邪引かないよう、引いたら早めに治るようビタミンCがたっぷり摂取しましょうねwwwそうそう、一件告知させていただきます。

7月に大好評を博したあの!黒毛和牛の肉フェスが更にパワーアップして開催されます!どうしよう私もめっちゃ行きたい!

日程は11/3-4am11:00スタートです。
お問合せ・ご予約は03-5876-7556「cafe&barぼー」さんまでお願いしまーす!

あ、ちなみにこの二日間どうしても行かれない方もだめ元で相談してみてくださいね!

そしてもう一軒。本当に久しぶりにふらっと出かけた「焼き鳥一番」さん。焼き鳥としては初めての挑戦「玉ひも」を頂きました。卵になる前の卵黄の味が。。。ハマります。

黄味がこんなに美味しいなんて!栄養価も高いしリピート決定!他にもつくねやハツやら満喫!大きな声では言えませんが変態レベルの内容です。つくねは。。。せせり肉を二度挽きしてたり。玉ひもなんて普通串に指せない代物なんですって。今後は神店と呼んでしまおうかと笑。皆様も是非!

cafe&barぼー
月曜定休
火~木、日、祝日: 11:00~16:00
18:00~翌2:00(金土4:00迄)
南小岩5-15-20-1F
03-5876-7556

炭火やきとり一番 南小岩店
水曜定休 1700-0300(LO 02:00)
南小岩8-4-32
03-3671-2574



大家さん募集!

お問い合わせは株式会社大栄商事 電話 03-3671-3333

¥1,500/1時間 小岩駅北口徒歩2分 格安レンタル会議室

セミナー、教室、ワークショップ
料理教室、ヨガ教室、面接室
利用用途はご相談(^^)

西小岩 1-26-3 レンタルスペース こいわくん
大栄西小岩ビル4F
お問い合せは 080-3004-9201 はた
キョウ田中 小岩店のあるビルです メールは chappy81@gmail.com

相続税の申告、事前対策、贈与、確定申告、法人の設立・申告のご相談等承ります。
皆様の大切な財産を守ります。
お気軽にお問い合わせください。

高野豊税理士事務所

東京都江戸川区東小岩6-8-17-101
Tel03-5693-1690 Fax03-5693-1691
Mail:takano@takanotax.jp 初回の御相談無料です。



さまざまな
テーマで
講師を呼んで
勉強会を
しています。

毎月4~5回
不定期で開催

フェイスブックで「小岩寺子屋」で
検索してください。
お申込・お問合せもフェイスブックから

おもしろるる

松下 有美 FMstudioかわ パーソナリティ

★生放送中★
☆毎週土曜・日曜9時~12時
「南風30°」
緑の風に包まれて」
インターネットでも配信!
スマホでも聴けます!
リクエストはFAX:03-5622-7852
info@fm843.co.jpまで。お待ちしております☆
〒133-0056 江戸川区南小岩7-13-8 「南風30°係まで」
(手書きのお手紙・お葉書も大大募集中!)

現在産休中!

毎号★10000部!!★ 小岩を元気に! 手作りフリーペーパー by 大栄商事

コインタイムズ"173"



12月1日(金)発行号 次は30年2月2日(金)発行 PRESENTED BY 株式会社大栄商事 TEL:03-3671-3333

チョコ★ロード

個人事業主になってみた話③

前問まで
あらすじ
フリーター
「個人事業主」は
知ってたかな?

「開業届を出せば
誰でもなるん
だ」
「でもね、
開業届を出さ
ないとダメよ」

「事業の開始から
1月以内に
提出してください」

「なぬ!?」

「1月以内に
提出してください」

「開業届っていつ
提出するのよ」

http://jacowz.com

おかわしエイト

小岩で世界を体験しよう

BY 高橋銀針
ブログ「アウトドアめし」
http://plaza.rakuten.co.jp/genesis001/
第125回「小岩のネパール、
ペットガットレストラン食べるモモ」

「ペットガットレストラン&バー&ハラルフード」に入るとモモ(ネパール小籠包)をつくっているところだった。「モモ」はチベットなどで食べられる小籠包である。ネパールの料理は、インドと中国とチベットの要素が混ざっている。周辺国の影響を受けていることが食べ物からうかがえる。

ディナーセットの「チョイラセット」(チユラchura<干し飯>付き)を頼むと、時間がかかるので、「モモ」にした。作りたての「モモ」は、異様な旨さだった。

店主は、東京右半分辺りから千葉にかけてのネパール料理店にスパイスを卸している。スパイス卸し店には情報が集積する。何処にインド・ネパール料理店が出来たとか、コックの求人情報などがわかる。古のシルクロード文化交流も、こういった人と情報が行き交っていたに違いない。

小岩にはネパール食材店やネパールレストランが増えた。東京では大久保、小岩が熱い。ネパールを知る入口はすぐ近くにある。



BHET GHAT Restaurant and Bar and Halal Food
ペットガットレストラン&バー&ハラルフード
東京都江戸川区南小岩8-14-10

煮込み無料券

店内での利用のみ。 店内のみ 平成29年11月3日金曜日まで有効
地蔵通りもっ焼き植むら
TEL 03-5668-9494

2017.11/11 小岩理容 OPEN

オープン記念価格※ カットのみ 500円 ※2018年2月28日まで
総合調髪 1000円

小岩理容
江戸川区南小岩6-26-12 TNGビル1階 TEL: 03-3650-6600
平日 9:00~19:30 要付 年中
土日・祝日 9:00~19:00 要付 無休

スタッフ募集中!

日仏建物事情と生活記



ビスデザイン 代表 木村奈保
Mail info@bis-design.net
ブログ bis design blog
http://blog.bis-design.net

～フランスで運転～

ちょっと話題を変えて
今回は運転事情です。こちらに住み始めて2年近く経った頃、生まれたばかりの幼子をベビーカーに乗せ、1900年の開業当時のままかと思うような設備のバリの地下鉄で移動するのは至難の技でしたので、フランスでは普及していないオートマを買い、おっかなびっくり運転を始めました。フランスはとにかく道路標示がわかりにくい。どこか道路なのかわからない、車線はなく、そして特に表示がないところは全て右側優先というよくわからないルール。

ところで今から1年と少し前、右折時に車を左から潰される、という事故に遭いました。事故に遭ったのは5車線がぞろりと右折するところで曲がった先は4車線、カーブの車線は描きようがないという、カオスな場所。細かい事故状況はさておき、この時驚いたのは双方動いていたのに100:0という過失割合が存在することでした。実は無免許運転が多いフランス、恐ろしい運転をする人が山ほどいるからか、けっこうこの100:0があるらしいのです。

ちなみに、世界一難しい？とされる凱旋門広場は、車がきれいに並べば10車線くらいはあるのでしょうか。でも車線はなく、ロータリーでは稀ですが右側優先、放射状に集まる道路から出てくる車に譲らなければならず、結果、車と車が直角に十数センチの差ですれ違ふという酷すぎる状況。凱旋門での接触事故は前後ばかりが真横から追突される可能性が高いのです。ここでの接触事故は無条件で50:50だそう。確かにあんなにごった返したところでは検証しようもないでしょう。次回は日本人には不思議な事故後の処理についてです。

インフォメーションラボ通信

～毎週金曜日や土日の投稿も大歓迎します～
インフォメ ションラボ Informationlab
ワードプレスやスマホサイト、ライブ、SEO・ネット集客はインフォメーションラボの得意分野です。
メール: info@info-lab.jp ※外出が多いのでメールが確実です。
電話: 03-5879-9761

なぜ選挙の SNS 活用に成功したか

今回の選挙は、衆議院選挙ではじめてインターネットを使った選挙になりました。その中でもSNSの活用で巧拙が出たように思います。新しくできた立憲民主党のインターネット活用が秀でていたことはマスコミなどで話題になりました。設立は枝野氏が一人で記者会見をしました。一人の組織という印象を作り「応援したい」という気持ちを醸成させたのでツイッターのフォロワーが一気に増えて来たように思います。その「応援したい」という気持ちが続くように選挙期間中は、枝野氏の演説を大勢の人が取り囲む画像が繰り返し発信されました。同じ目線で語り共感している人が多いという画像で仲間意識が醸成されてゆきました。また、フォロワーの投稿画像なども公式アカウントが積極的に取り上げることで選挙活動が有権者にとって「自分事」になったのだと思います。この後は実際の政治活動の内容とそれをどのように発信してゆくかでこの勢いが変わってくるのかなと思います。

選挙は基本的には応援合戦ですので、このような応援したくなる仕掛けをいくつも入れてゆき能動的な共感が投票所に向かうモチベーションとなるようにしたことが今回のような選挙結果になったのだらうと思います。

小岩寺子屋じゅくちよう日記

小岩寺子屋長 はたひでき

先日の上小澤さんのダイエット寺子屋で学んだことで印象的だったのが「本当にお腹が減っているのか?」って部分だった。時間になったから食べる、とか美味しそうなお店があったから、食べるとか

動物本来の、空腹だから食べるってところから実はすごく離れてしまってる。習慣とか、欲望とかで食べてる。

たとえば昼時で周りにおいしいような店があると言うだけで(糖質制限ではあるが)食事しようとしていた。

こういうことをするから食べ過ぎて知らない間に脂肪が溜まるんだね。その脂肪はいつか減らすために何倍も苦勞して節制したり運動しなければならなくなる。

その時間はお金を稼いだら楽しんだりできないのだ。ならば、洗脳を解いて必要な時に必要な量だけ食べる習慣を身につければそういう無駄な時間は回避できる。楽しめたり稼げたりするのだからその時間は「資産」になる。逆に習慣や欲望で食べてしまうのは病気や治療費や稼げない時間を作り出すので「負債」そのものだ。太っていると自己評価も他の評価も下がるからそういう意味でも、負債。そんなことを考えてたら「今、食べるって損だな」と思い小さなチーズをつまんだら実際、空腹感もなくなってしまったので上小澤さんの教えは実証された。

Geckoのため息

《立石あたたため屋》
イトオテルミー療法師のはせがわと申します!

今年ももう11月。すっかり秋の装いとなりました。

今年是不安定なお天気続き。蒸し暑い雨続きの夏からストンと秋になり、大きな台風も来ました。気圧の変化にカラダがついていかず、不調を訴える方多いです!

そこで、皆様に質問です^^
背中丸まっていませんか?猫背になっていませんか?そして…背の調子は悪くありませんか?

というのもワタクシ先日胃を壊しまして…笑自分で触っても胃の辺りがとても硬かったのですが、それと同時に頭もボーッとしたりやたら眠いし、頭も重い。ある日ふと鏡に映る自分をみたらとても背中が丸くて、原因がわかりました。

胃が痛い背中丸く猫背になります。そうすると胸も圧迫感されて大事な「呼吸」が浅くなり、息がちゃんと出来てないから頭痛や眠気…という悪循環になっていたのですね。自分ことはなかなか見られないものです…反省しました(笑)

ゆっくりと湯船につかりリラックスした後、背中の下や肩甲骨の間に丸めたバスタオルを入れて横になりストレッチすると同時に胃も伸びて気持ち良いです。ぜひお仕事の合間などにも背伸びをしながら深呼吸してご自身のカラダの声を聞いてあげてくださいね^^

イトオテルミーの特徴は「7種類の薬草で作ったお香の香りとほっこりとしたあたたかさ」この時期は、ゆったりとお腹や背中をあたたため、足裏やふくらはぎから入れる熱と刺激で同時に内臓もあたたためリラックスしていただきます♪

効能: 全身の疲労回復、不眠、肩こり、腰痛、食欲不振、イライラ、むくみ、花粉症、皮膚炎など、

施術内容: 完全予約制
全身テルミー約60~80分 ¥5,000
部分テルミー約20分 ¥2,000
(追加施術約10分+¥1,000)

お問合せ・ご予約は《立石あたたため屋》はせがわりようこ 090-9145-1572まで



アパートの入居者募集・管理いたします

お問い合わせは株式会社 大栄商事
電話 03-3671-3334

何でもっと早く教えてくれなかったの?!



販促シナリオをつくるセミナー

増澤 美沙緒



2017年12月6日(水) 15:00-18:00
会場
レンタルスペース こいわくん
〒133-0057 東京都江戸川区西小岩 1-26-3
大栄西小岩ビル4F

講師 増澤美沙緒 すごはん・販促シナリオライター

プロフィール
1983年長野県生まれ。
2011年、いつものしごとをワクワクいっぱい「たのしごと」に変える、すごい販促を世の中に広めるため「すごはん」を設立。

全国の商店街や小売店を中心に開催している実践型の販促セミナーは「知識を得られるだけでなく、楽しさも見いだせるから継続して実践できる」と人気を集めている。

販促ヒント満載の「たのしごと販促ブログ」、
著書の『売れる!楽しい!「千両きPOP」のつくり方。』も好評。
『月刊商業界』、『月刊商工会』で連載コラムを執筆中。

参加希望の方はフェイスブック「小岩寺子屋」のイベントページの参加ボタンを押してくださいませお申し込み終了です。

参加費 6,000円税込 当日現金でお支払いください
持ち物 筆記用具
終了後に懇親会を企画しております
小岩駅周辺の飲食店 4000円程度



『AERAの占い特集』

先日、週刊誌のAERAで占い特集がやっていたので買ってみました。なんと19ページ大特集。戦後の占いブームに関する年表を見て、黄小娥さんの『易入門』と野末陳平さんの『姓名判断』は読んだとか、精神科医も占いに行くよとか、鎮リュウジさんの柔らかい感じの文体が変わらないとか、男性7人組占い師ユニットってまだ頑張っているんだとか、それなりに楽しく、でもまあ雑誌なので広く浅いかなと思いつつ読んでみました。

特集記事のタイトルが「占いを情報として役立てる」。不確実の時代に「信じる」「信じない」ではない「占いと」のつきあい方があるということで、未来は不確実で科学でも分からないから、占いを一つの情報としてポジティブに活かしているこうという観点でまとめられていたように思います。

しかし昔は凄いな占い師は「黙って座ればビタリと当たる」と言われたものです。AERAで取り上げられていた「癒系的要素」を持つ占いと「当てる」占い。現代は「癒し」の方向に向かいがちですがそれがいいとも言え切れません。人生には癒しではどうしようもないシビアな出来事も起こるからなんですよ。これは占いにおける一つの大きなテーマだと思います。

¥1,500/1時間
小岩駅北口徒歩2分
格安レンタル会議室

セミナー、教室、ワークショップ
料理教室、ヨガ教室、面接室
利用用途はご相談 (^_^)

西小岩 1-26-3 レンタルスペース こいわくん
大栄西小岩ビル4F
お問い合わせは 080-3004-9201 はた
〒164-0002 小岩店のあるビルです
メールは chappy81@gmail.com

遺言書専門行政書士の
朝飯抜いても
遺言書抜くな(笑)

Q 公正証書遺言を作ってもらいました。どのように保存したらいいのでしょうか？

A 公正証書遺言は公証役場から封筒に入れて渡してもらえますが、それを糊で封をしないでくださいと公証役場の職員の方はいいます。

いったん封をしてしまうと「中身がなにか」について公証役場の方は問い合わせに答えることができない...という理由です。

かと言って財産の行方が書いてある遺言書をいれた封筒に封がされていなければ、もし誰かが見てしまったら一大事になりかねません。

財産をもらえるつもりだと思っていた人がもらえない内容が書かれていたり、望まない内容だったりした場合たいへんなことになります。

このような事態を回避するためには封をした後、封筒に「遺言書」と書き、「自分がなくなった後に開封すること」と書き添えておくとういでしょう。

あるいは信頼できて比較的自分の家と関係のある第三者に預けておくか、遺言執行者に預けたり、財産の多くをもらう相続人予定者に預けておくのもいいかもしれません。

遺言書は専門家におまかせください！ご相談無料

行政書士 畑秀樹
080-3004-9201
email: chappy81@gmail.com

小岩でのお住まいさがし
アパート・マンション・戸建の賃貸住宅
マンションや戸建の新築・中古物件購入
おまかせください！
コイワタイムズの大栄商事が
応援させていただきます！

お問い合わせは株式会社 大栄商事
電話 03-3671-3334

ミッションは「人材」から「人財」へ！

ミッション実現のために前進中の社会保険労務士です！

ヒューマンレジャーサポートオフィス
社会保険労務士 山岡/増井
文京区千駄木 3-34-8-301
TEL: 03-6807-2326



こいわくん

(130) 今回のミッション: 天才棋士とブルース・リー

先日、NHKスペシャル「天才棋士 15歳の苦闘 独占密着 藤井聡太」が放送されました。

こちらを観ていたとき、ブルース・リーが出てきて驚きました！(私はブルース・リーのファンでもあります)

藤井四段が通っていた将棋教室では、子供達にブルース・リーの映画を鑑賞させているそうです。

燃えよドラゴンの1シーンでは「指先に全神経を集めろ さもないと栄光は得られん」というセリフが印象的でした。

そう言えば将棋の羽生善治棋聖は、勝ちを読み切ると指先が震えることがあるそうですが、極限まで全神経を集めているのかもしれない。

ちなみに、私が個人的に好きなブルース・リーのセリフは「考えるな 感じろ」です。

考え過ぎると行動が遅くなったり、行動すること自体を止めてしまったりすることもありますので、ときには経験等に基づいて直感で動いたほうが良いのかもしれない。ところで、将棋には駒を進める場合に作法のようなものがあります。

3本の指で駒を持ち上げ、人差し指と中指の間に駒を挟んで盤面に打ち込むようにします。

指先に全神経を集めて次の一手を指せば、たとえ間違っても後悔することなく、そこから学べることもありそうです。

将棋は頭脳の格闘技と言われますので、天才棋士とブルース・リーの共通点には思わず納得してしまいました。(山岡)

新築分譲住宅 江戸川一丁目

価格 **1,980万円** (税込) 都営新宿線 瑞江駅 徒歩12分
売主直売 仲介手数料不要

- 所在地/江戸川区江戸川一丁目46番12号付近
- 取引形態/売主 土地権利/所有権
- 価格/1,980万円(税込)
- 土地面積/35.64㎡(10.78坪) (正味)
- 建物面積/38.88㎡(11.76坪) (11月完成予定)
- 建築確認番号/第KS117-3710-00150号
- 設備/都市ガス・東京電力・公営水道・本下水

1,000万円台後半の新築分譲物件/仲介手数料不要/詳細は電話してね!

「買」と「技」にこだわる強さと温もりの家
大学の家

洋室 (7.8帖) DK (6.0帖) 小部屋収納 (2.7帖)

1階 2階 PH

※図面と現状が異なる場合は現況を優先とさせていただきます。

住まいのアドバイザー (一級建築士事務所)
小岩で40年 株式会社大栄商事
お問い合わせ 03-3671-3333 (代)

「ミート・クライミング」

仕事から秋はどうにも忙しい。
10月11日は休日が半分になる。
絶望である。社労士さんに相談である。



感想はこぼらへ
tantan.dairy@gmail.com

そんな時は肉を食べるのがおいたん流
ストレス発散法である。

JR 総武線の線路沿いにある大衆ビストロ・ヴィンゴ。
土日祝日のランチ限定メニュー「ローストビーフ丼」
おいたんは月に一度、このローストビーフ丼を食べに
行く。
ローストビーフ丼には高尾山と富士山があって、それ
ぞれ盛りつけの高さが違
う。おいたんはたいてい富士山に行く。
皿が見えなくなるほどに敷き詰められた肉、そして富士
の名に恥じない高さ。
ふもとからか、てっぺんからか、登頂方法を考えるのも
楽しい。
やわらかな赤身肉と甘辛ダレが染みだした白メシを口の中に
同時にイン。
まさに幸せの大噴火。次第に口の中いっぱい広がって
いく。

六分ほど食べたところで
付け合せの出汁を皿に流し
込む。ほとりの湖のよう
に
お茶漬状態になった残り
四分のローストビーフ丼を
かっこむと、満腹感と征
服感で心が満たされる。
会計を済ますとホールの方
がひとこと。

「いつも」ありがとうございます。」
この言葉が僕をまた山に呼び寄せる。

ごちそうさまでした。

イラスト 近藤彩



既婚者
しんぶん。
こいわん。

看板むすめは 知っている

こんにちは。
江戸川区のお隣で引越屋を
しています。
奥田商店、看板娘の奥田祐子です。



先日、江戸川区から江戸川区のお引越の依頼が
ありました。
車は2トンロングが1台と作業員が3名でした。
車は2トンロングが1台と作業員が3名でした。
(※階段作業だったり現在の住まいや引越先が
作業しづらいと作業員が増えます。)
荷物はドレッサー、箆、ソファ、サイドボ
ード、本棚、食器棚、
TV、冷蔵庫、レンジ、レンジ台、衣装ケース8個、
パイプハンガー、洗濯機、乾燥機、ベッド、洋服
ダンス、
プラケース10個、照明3つ、自転車2台、ダン
ボールMサイズが20個、Lサイズが15個とウ
ォッシュレットの工事がありました。
業者さんに取外と取付はお願いするのですがたま
にありません(^^)
9時からの作業で14時に終わりました。
江東区の引越ではなくても大丈夫ですでおかけ
くださいませ。
下見は無料です。



Koi Wa

濃い輪新聞

【コイワタイムズ読者のみなさまへ】
初めました。
フリーペーパー「濃い輪新聞」と申します。

古き良き商店街の街並みにお店を持つオーナー同士で立ち
上がりました。小岩をもっともっと知ってもらい、楽しんで
いただける情報誌にしたいと思っております。
耳寄りな情報、こんな企画をしてほしい、などなど・・・
読者の皆様からの情報もチャット形式で投稿して頂けます！

「濃い輪なんでもトーク」
koiwashinbun.com/handemo

恋輪街コン(コイワ街コン)やイベントなども沢山
行なっていきたいと考えております。ご要望など、
なんでも気軽に書き込んでください。

【小岩にお店を持つオーナーの皆様へ】
一緒に濃い輪新聞を盛り上げて頂けませんか?
掲載に関するお問合せ、歓迎しております。
koiwa-shinbun@blmana-selection.jp

【小岩の濃いキャラ、こいわん】
小岩の応援団長、濃い輪新聞の「こいわん」だワン。
小岩をもっと元気に！笑顔に！みんなでもっと繋が
って、小岩の「濃い輪」をつくりたいワン！小岩に
来いワン！

アロマ DE ハレバレ



完全予約制、女性限定サロン、アロマセラピーサロンClear Sky
葛飾区柴又1丁目 柴又駅徒歩3分、柴又地区センター徒歩1分
TEL 080-7018-0838 メール clearskyaroma@gmail.com
ブログ Clear Sky 柴又で検索してください。

柴又のアロマセラピーサロン Clear Sky アロマセラ
ピストしなです。
ハロウィンも終わり、街中は早くもクリスマスですわね。
クリスマスといえば、というアロマがあります。
フランキンセンスです。
旧約聖書に、キリスト誕生の際に、賢者が貢ぎ物の
一つとして、記されています。
古代から神事に用いられていた為、強いストレス
を感じた時に役に立つアロマです。
風邪をひいた時に、咳を抑える役割もあります。
香りは、抽出部位は樹脂ですが、僅かにレモンの様
な香りがして、好む方が多いです。
この時期、心身共にリラックスできる、オススメの
アロマです。
お試し下さいね。

アロマ講座は、当サロン、どこでも出張致します。
お気軽にお問い合わせ下さい。
精油は、確かな品質な物を選びましょう。

小岩寺子屋

フェイスブックで検索♪

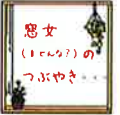
腰痛と肩こりが解消する！ 仕事でお疲れの方の為のヨガ講座

小岩ヨガ教室 開沼美樹(かいぬまみき)
第1・3・4土曜日 午後開催中
(江戸川区南小岩6-30-10 3F)
電話: 090-8461-6474
メール: inumiki@gmail.com
ブログ: http://ameblo.jp/inumiki0114/

運動習慣がない方が65%もいる?!

こんにちは!
腰痛と肩こりが解消する!仕事でお疲れの女性の為の
小岩ヨガ教室の開沼美樹(かいぬまみき)です。
ヨガの生徒さんから
『書き物ばかりしていたら、腱鞘炎気味になっちゃっ
た!なんか腱鞘炎に効くポーズありますか?』
とリクエストがありました(^^)
筋肉が長い時間硬直した状態が続くと、腱鞘炎が起き
やすくなりますので、まずは休息を取ることが一番効
果的です!

ホウレンソウのオヒタシ



社会人になってよく聞く言葉に「
報告(ホウ)、連絡(レン)、相談
(ソウ)」という言葉がありますが、
ちょっと前にツイッターである方の発した
「新人さんのホウレンソウに対して、上司の自分は
オ、ヒ、タ、シを心がけてる。」という言葉が話題
になっていました。

オ 怒らない ヒ 否定しない タ 助ける(困り
事があれば) シ 指示する。

なるほど!と思いましたが、「ホウレンソウをしましよ
う」とはよく言いますがその後の対応が大事。
対応を間違えると部下も報告をしなくなる。相談した
くなる上司にならなくてはという事ですね。

私には部下はいませんが、この言葉は子育てにも
通じるように感じます。
子供のホウレンソウに対して、頭から否定して怒っ
ていたら次から嘘をつくようになるかもしれないで
すね。
私なんてすぐ怒ってしまうので、オヒタシを心掛け
ようと思いました。

「ホウレンソウ」という言葉を聞いて久しぶりに思
い出した出来事があります。
昔介護施設に勤めていた時、朝の申し送り時の恒例
で施設長が誰かを指名して簡単な問題を出していま
した。

その日は新人の女の子を指名して「ホウレンソウ
とは何か?教えてください」と聞いたのです。
私は、その新人の女の子がハッキリとした通る声で
「野菜です!」と答えた時のキラキラとした瞳を
10年以上経った今でも忘れることが出来ません。

Interior Canon インテリア カノン

北小岩2-3-6 つるやビル1F
TEL 03-5876-8603
ブログ楽しく更新中
「小岩カーテン屋のブログ」で検索してね!



手首のストレッチなども効果的なのですが、指や手首の
コリ・硬直は、そこから繋がっている前腕・上腕、さら
には肩等に緊張感があることが原因があることも?!
ですので画像のような「肘と肘を触る」動作で腕〜肩を
ほぐして、緊張感を取り除きます。
肘を触ることが出来ない方は、背中の後ろで下向きの
合掌を作ってみてくださいね。
肘を触るより簡単 ver.のほぐし、となります。
書き物・パソコン作業の合間にポーズを取って
腱鞘炎を回避です!!



アパートの入居者募集・ 管理いたします

そろそろアパートを息子・娘に
任せたいが面倒な修繕や、賃料管理は
素人のあの子たちには無理かも・・・
プロに任せようか・・・
とお考えの方はぜひご相談ください。

お問い合わせは株式会社 大栄商事

電話 03-3671-3334