

## なんだ・かんだ

### ◆ 健康 ◆

「ワーク・ライフ・バランス」ならぬ、「ワーク・ライフ・ハピネス」は、当社の目標の一つです。私たちは、1日の大半の時間を仕事に費やしています。この仕事の時間を充実して楽しいものにすることができればと思うと共に、私生活の面においても充実した時間を過ごし、幸せな人生を送りたいと思います。そして、その為が一番の基本となることは、心身ともに健康であることだと思います。

事業者には従業員の健康状態を管理する義務があるので、当社でも社員に毎年健康診断を受けてもらい、検査結果を会社に提出してもらっています。そして結果を確認して、再検査や診察を受けるよう指示のあった社員に対して、個人的に指導をしています。

ご存じの様に、検査内容は、肥満・血圧・肝機能・糖代謝・脂質(コレステロール)等々、主に成人病の原因となるモノで、診断結果は、当年を含め3年間の数値が出てきます。また、それぞれの項目毎に、○要経過観察○要治療○要精密検査○治療中とランク分けされて報告がなされますが、全く悪いところがない者はほとんど無く、どこかの項目が要経過観察になっていて、年々少しずつ値が悪くなったり、前年までは問題なかったのに、1年で急に悪くなっている者もいます。

この結果はもちろん社員個人に届いているわけですが、数値が多少悪くなってきても自覚症状が余り出ない場合が多く、かなり悪くなくても、危機感が無く、ほったらかしにしている者もいます。

特に40歳を過ぎるころから数値に変化がある様に感じます。調度、女性は37歳、男性は42歳が厄年ですが、中高年期への過渡期に当たる歳で、男性の場合は社会的にも責任が重くなり、女性の場合は子育てあるいは主婦として非常に多忙な時期でもあり、精神的・肉体的にも疲労などが多くなる年齢で、身体に変調がきたして行くのではないのでしょうか。

また、最近では身体的な健康と共に、精神的な健康(メンタルヘルス)に付いても重要なモノとして、国でも指導・対策に力を入れるようになって参りました。その理由は、①自殺者が14年連続3万人を越えた。②精神疾患が5代疾患の第1位になった。③精神疾患に関わる労働災害認定が増加している。からだそうです。

2011年に、厚生労働省によりメンタルヘルス対策の充実・強化等を目的とした労働安全衛生法の一部を改正する法案が作成され、事業者に対して、メンタルチェック(ストレスチェック)の実施や希望者への医師による面談の義務化等が審議されているそうです。アンケートによると働く人の約6割が何らかのストレスを抱えていると言う事で、長時間労働等の過酷な勤務や各種のハラスメントが、原因となるそうです。

社会的な問題になった先例でも、当社は関係ないと思っている会社がほとんどだそうですが、企業の大小を問わず、今後ケアしなければならない問題だと思えます。

肉体的にも精神的にもいつまでも健康で、仕事も私生活も充実感して楽しい生活を送る事が出来ればと切に思えます。



今年も宜しくお願ひ申し上げます

「旧年中は大変お世話になりました。ありがとうございました。本年も相変わらず宜しくお願ひ申し上げます。」機を逸した挨拶ではありませんが、本年の初号と云う事で改めて「挨拶させていただきます。」  
さて、昨年の末から今年にかけてとても寒い日が続いています。13日には北海道でマイナス29.5℃を記録するなど日本を大寒波が襲っています。ここ清水町でも16日にマイナス3℃とこの冬の最低を記録しました。ここ何年かの中で一番寒い朝でした。  
経済では昨年末の日経平均は1万6291円と前年末から56.7%上昇しました。年間の上昇率は1972年の97.9%以来、41年ぶりの上昇率だそうです。安倍首相は先月30日に、東京証券取引所の大納会で「来年もアベノミクスは買いた」と挨拶しましたが、今年に入り大発会で、16000円を割り、その後「新興国不安」や「中国の理財商品」等の問題がある中、1万75000円の中で動いているようです。今年は2万円まで上がるという強気の予想も出ています。このまま、株も景気も、消費税増税の山を越え、天馬のように空高く駆け上がって欲しいものです。

代表取締役 服部 敏一郎

## 機能性塗料⑩

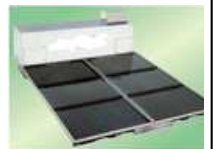
### ● 赤外線選択吸収塗料 ●

この塗料は、主に太陽熱温水器の集熱板内部に塗られる塗料で、ソーラーペイントとも呼ばれ、太陽光を効率よく熱エネルギーに変換する選択吸収膜の技術です。

太陽が発する光の放射スペクトルの中で、赤外線は物質に当たると、分子の運動を増幅させ、温度を上昇させます。選択吸収塗膜とはこの赤外線を最大限に吸収し、かつ、蓄えた熱エネルギーの放熱によるロスを最小限に抑えることができる被膜です。

赤外線の吸収率だけで言えば、カーボンブラックや金属の酸化物を使った一般の黒色塗料の方が高く、太陽熱をよく吸収しますが、集熱板の温度が上昇すると、それ自体の熱放射率が高くなり、かえって熱損失が大きくなってしまいますので、結局集熱効率が低くなってしまふという問題が発生してしまいます。

ソーラーペイントは一般黒色塗料と同程度に太陽光線を吸収し、一旦温度が上がっても、集熱板自体の熱放射率が低くなるので、熱が逃げ無いという特性を持っているため、効率的に太陽の光でお湯を沸かす事が出来るのです。



### ■ 増税前の買い物 ■

(社員ブログ: 総務部 芹澤達也)

まず、定期券、回数券、各種予約チケット、前売券等、増税前に購入し増税後まで使い続けることができるものです。例えば、定期券ならば3月末に6か月定期を買っておくと、値上げ前の値段で乗り続けることができます。

この他のオススメは、家電の買い替えです。エコ家電と呼ばれるモノは、10年前と比べると、消費電力量が約40%も削減できるそうです。見逃しがちですが、家計の中の固定費である電気代にも消費税がかかるからです。

そして、支払いにはクレジットカードを有効利用。2回までの分割払いと、ボーナス一括払いは利息がかかりません。増税を賢く乗り切りましょう。

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思えます。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ  
静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL <http://www.chikiri.com/>

## なんだ・かんだ

### ◆ 異常気象と備え ◆

2月半ばの週末に日本各地に降った大雪はすごかったです。静岡県東部は山間部を除き毎年それほど雪が積もる事はありませんが、今回は当社社員で三島に住んでいる者も、雪かきをしなければ車を出せませんと遅刻して来たり、箱根が通行止めになった為に起きた国道1号線バイパスの大渋滞にはまって、1Km進むのに30分近く掛かって、やっと会社にたどり着いた者も居ました。

特に御殿場や小山では大変雪が積もり、張り出しのベランダやカーポートが雪の重みでつぶれてしまい、修理の問合せが多くありました。山梨をはじめとして、大雪で孤立世帯が出た地域では、一晩で道路に雪の壁が出来て車が通れなくなってしまうほどの積雪で、映像などを見るとそのすごさが見てとれます。

日本での度重なる大雪と同様に、世界各地でも「異常」が起きています。アメリカでは昨年・今年と強い寒波の影響を受け、モンタナ州やミネソタ州では、1日の最低気温が-30℃を下回り、低温や強風による大きな被害が発生しました。

この寒波の影響を受け、米国各地で大規模な停電が起きたほか、航空機の遅延や欠航など交通機関への影響が生じました。また、十数名の犠牲者も確認されています。

また、英国では、南部で高波の様な洪水が起きて内陸30キロ付近まで水没してしまいました。水につかった畑が海水の塩分にやられて、農作物に影響が出てしまいました。

日本では今回の様に例年余り雪が降らない地域に非常に多くの積雪があった為、交通機関は乱れ、何時間も道路が通行止め状態になったり、孤立してしまう地域がいくつも出てしまいました。異例の事とは言え、この混乱振りを見ると、以外と日本は自然災害に弱いのではないかと思います。特に有事の際の備えとして作られた第二東名が真っ先に通行止めになってしまったのには驚きました。また、今回の大雪で、東京電力の電線が雪の重さに耐えられず停電したり、東横線では雪でブレーキが効かずに事故が発生したりしています。

この様に異常気象と言われるような現象が世界各国で発生し多くの混乱が起きていますが、これが3.11の様子に千年・数百年に1度の「異常」なのか、それとも、数年に一度はこのようなことが起こるのか、明らかになっていませんが、今後こうした気候が続くとすると、日本の鉄道、高速道路、空港は自然災害に対して弱過ぎると思います。

新幹線や高速道路は東北地方など雪が多い地域では、積雪に対して強いのですから、技術的には十分対応できるはずですが。

冬の大雪だけでなく、夏の大雨に対しても、気候が「異常」か否かを明らかにする事も重要だと思いますが、実際に被害が出ているのですから、「異常に対する対策」を考えることも重要だと思います。

米国のケリー国務長官は「世界の気候変動がもたらす地球への脅威は、デモや伝染病、貧困や大量破壊兵器の拡散より大きい」と指摘、世界各国が最優先課題として対策を急がねばならない」と述べています。



2月中旬は週末毎に大寒波が日本を襲い、各地で雪の被害が続出し、雪の為に孤立してしまう地域まで出てしまいました。私は寒いのが大の苦手、やせているせいか寒さが身にしみて、社内でも一人ジャンパーを着て仕事をしています。今後平年並みか少し暖かくなる様でホッとしています。春が待ち遠しいです。

いよいよ2月も終わり、今年度はあと1ヶ月を残すところとなりました。今期は「アペノミクス」と言う事で、期のはじめの春先は円安・株高となり、持てる人の消費が進み高級車などの超高額高級品が飛び売れました。上場企業も昨年3月決算は軒並み回復し、今期に入っても好調を持続していました。

一方当社では、曇りの波に乗り遅れ、春先のスタートに大きく躓いたものの、夏を過ぎた頃から少しずつ回復してきました。年度末は毎年かき入れ時となります。来期は消費税アップもあり、厳しい歳となる事が予想されるので、その分今期で何とか稼いでおきたいと思っています。

毎年年度末は、1年を何とか乗り越えて来た安堵感と、来期への不安と期待が入り交じった複雑な気持ちになります。

代表取締役 服部 敏一郎

年度末をむかえて

## 機能性塗料⑩

### ● 滑り(潤滑)塗料 ●

いわゆるフッ素塗料がその代表です。例えば、我々の生活の中で言えば、テフロンコーティングのフライパンに塗られている塗料と言えばピンと来るでしょうか。

フッ素樹脂コーティングの表面は、他の樹脂に比べ接触角が非常に大きく(表面に付いた液体が潰れずに玉の様に転がる)、濡れにくい性質を持っています。つまり樹脂表面に接する物質が粘着したり、接着することはまずありません。水も油をはじく他、ほとんどの物質が固着しないので、飛躍的に汚れにくくなります。

その他、各種金型、ホッパーやガイド、攪拌機のペラなど、製品加工後に製品と接触する部品への残渣付着防止や製品搬送の滑り性を良くする為に使われます。

また、汚れた場合の洗浄も簡単に出来るため、大幅に洗浄時間を短縮するほか、洗浄に必要な水、溶剤、洗剤なども大幅に減少します。

以前、この塗料を滑り台に塗って製品化して販売したらどうかと売り込みをしたのですが、採用されませんでした。残念!



### ■ 花粉症 ■

(社員ブログ：建設部 松田和己)

立春も過ぎ本格的な春が始まります。私は花粉症なので、これからつらい季節となってしまいます。今日は花粉症についてお話しします。

鼻水や目のかゆみなどの辛い症状を抑える為に、薬を服用される方も多いと思いますが、薬を服用すると車を運転している時に眠気が起きたり、集中力低下といった副作用が出てしまいます。

花粉症も早期の対策が有効だそうです。薬に頼らずに、この寒く、花粉がまだ少ない時期からマスクをしたり、規則正しい生活をする事も対策になるとのことなので、皆様も早めの対策で対処してみてくださいはいかがでしょうか。

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/



## なんだ・かんだ

### ◆ 電子書籍・電子雑誌 ◆

日本国内の書籍・雑誌販売市場は、年々減少が続いています。しかし、その中で昨年の電子書籍・雑誌の販売額は、約1,000億円とまだ全体の6%程度ですが、こちらは年々増加を続けていて、今後3年で倍以上になると予想されています。

電子書籍の販売サービスをしているストアは、20以上あるようですがその中で、下記の4つを比較してみました。

サービス名	BookLive!!	Reader Store	Kindleストア	楽天kobo
運営	凸版印刷	ソニー	アマゾン	楽天
蔵書数	約11万8000	約7万8000	約7万4000	約11万
iPhone/iPad	○	×	○	×
Android	○	○	○	○
Windows	○	×	×	×
同時利用端末	5台	5台	無制限	非公表

まだ出版されている本がすべて電子書籍になっているわけではなく、無い方が多いくらいですし、サービスによっては、購入しても見ることができない端末があるので注意が必要です。また、1冊購入すると複数の端末で読むことができるので、家族などでシェアしたり、端末を交換しても、ダウンロードした書籍は引き継ぐことができます。

紙の書籍と電子の書籍との大きな違いは、やはり価格です。紙の書籍は、出版社が決めた定価で店舗が販売できる「再販制度」の対象ですが、電子書籍は、原則適用されません。国内の販売サービス会社は、出版社に配慮して、おおむね低下の8~9割程度ですが、アマゾン(Kindleストア)は大幅に安く、半額を切るものもあります。

電子書籍が広まる事により大きな影響を受ける書店も黙っていません。全国に200店舗を持つ「文教堂」は、「空飛ぶ本棚」というサービスを昨年末から始めています。書店で雑誌を購入すると、専用のアプリで同じ雑誌の電子版を端末で見ることができるというものです。外出時は重たい雑誌は持たず、スマホ等で読んで、家でゆっくり読むときは紙の雑誌を見ることができるといいます。文教堂はこのサービスによって雑誌売上が8割も増えたということです。このサービスは、文教堂が契約している出版社の出している約60誌に限りますが、大半は売上が5割アップしているそうです。

また、凸版印刷では、雑誌の一部分だけ切り抜きのように購入できるアプリを開発し、現在14の雑誌が参加しているそうです。アプリの画面には、電車の中刷り広告のように、雑誌の見出しが表示され、見たい記事をクリックしてダウンロードするという仕組みで、1本50円からということです。紙媒体の関連会社も生き残りに必死です。

電子書籍の端末も色々あり、私はアイパッドを使っているのですが、ちょっと重たくて長時間の読書には向きません。また、スマホでは、小さすぎて読み辛いですね。友人がKindleの電子書籍専用リーダーを持っていて見せてもらったのですが、アイパッドと比べると重さや文字の見え方など、断然読書には向いています。

電子書籍はこれからどんどん増えてきますが、関連して色々なサービスが出てくるのではないのでしょうか。ちょっと楽しみです。



09049 - 237951

### ■ 今後の建設業 ■

(社員ブログ：建設部 吉川裕之)

先週10数年ぶりに依然仕事でお世話になった方にお逢いし、昔話に花を咲かせる事が出来ました。

会社の規模は違っても互いに様々な問題を抱える中で、今後どの様に建設事業を進めて行けば良いか考えさせられました。

建設業は、高齢化に伴う職人不足や建設資材の高騰など益々厳しい状況に置かれてくると思います。現状にとらわれず、あらゆる面でアンテナを広げ仕入先や下請業者などの選択枠を増やし、営業面でも少しでも多くのお客様の要望に応えられるような、システム創りを皆で心がけて行ければと思います。

### 年度末をむかえて

今年3月に入っても寒い日が多くありましたが、24日からの最後の週は寒気の南下もなく、全国的に暖かい日が多くなって、東京では25日に、昨年より9日遅く、平年より1日早く桜の開花宣言が出されました。この勢いで桜前線が急進北上し、4月の声を聞くとともにお花見を楽しめる所が多くなりそうです。ただ、花粉の飛散が本格化すると共に、春らしく朝晩と日中の寒暖の差が大きくなりますので、年度末の忙しい時期に体調を崩さないようお気をつけ下さい。

桜の便りを聞くと共に、家庭では卒業・進学、そして、会社では年度の切り替わりの時期となり、正月とは違ったこれから新しい年の始まりを感じて、期待と不安の入り交じった心境になります。

今期は、アベノミクスの波に乗り遅れてしまった感があるので、その分を巻き返す為に、現在来期の計画を立てているところです。特に来期は、当社が大正14年に創立してから、90周年という節目の年となります。式典など特別な事はしませんが、10年後の100周年へ向けて何とか弾みのつく年にしてほしいと思っています。

代表取締役 服部 敏一郎

### 機能性塗料⑫

#### ● 導電性・絶縁塗料 (樹脂) ●

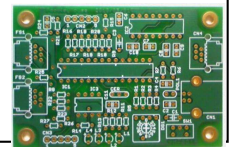
##### ○導電性塗料

「電気を通す塗料」で、電気を通す素材として「金属粉、カーボン、銀粉など」、を「アクリル、ビニル、エポキシなど」の樹脂に混ぜ合わせた塗料です。

半導体工場など、人体に貯まった静電気が製品を壊してしまわないように、この導電性塗料を床に塗布し、静電気が人体に帯電しないようにしています。当社でも何回か工事施工させて頂いています。また、ある特殊電線では、電線と金属端子の圧着部に接着剤として塗布し、万が一圧着部で断線しても電気が流れるようにしています。

##### ○絶縁塗料

「電気を通さない塗料」で、電子部品や基板の表面に塗布して、配線の接触によるショートや腐食から守ります。同様の目的で、モーターなどのコイルに使われるエナメル線などの絶縁用としても使われています。また、この塗料をスプレーにしたモノがあり、電気配線の接点部分に噴射して、酸化被膜、不純物などの汚れを取り除いて、更に薄い被膜を形成する事で、湿気による絶縁不良を回復させます



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

## なんだ・かんだ

### ◆ 心のあり方が人生の価値とクオリティを変えていく ◆

致知出版社が出している書籍で、「プロフェッショナルへの道」という本があります。活躍する職業はそれぞれ違いますが、その分野で名の通った10人の方々に、道を究める(求道)の体験をインタビュー形式で綴ったもので、そこかしこに金言がちりばめられています。

今回その中から、有名アスリート、ビジネスパーソンや個人向けのメンタルトレーニングを行っている、久瑠あさ美さんの話から、私の心に響いた言葉をご紹介します。

**○使命感を持った人間はとにかく強い。撃たれようが、スランプだろうが、心の次元がそこまで高まっていれば決して諦めません。だからこそ、その道で成功できるのです。心が定まっていれば、運命を展覧させていくことができる**

良く天命を知るといいますが、自分のやること、目標の定まった人間はとて強く、多くの困難があっても、決してあきらめず、成功するまで試行錯誤を繰り返します。オリンピックに出た方のインタビューを聞くと、皆「思いは叶う」と口を揃えて言いますが、一流の人間は、この「思い」がはっきりしていて、強いから「ふれない」のです。当たり前のことですが、まず目的をしっかり持つことが何より重要だということです。

**○私はクライアントの性格を変えようとか、意図的に精神を強くさせるという事は絶対にしません。必要なのは、自らの内側にある潜在能力は自分が持てる以上に素晴らしいのだと自覚することだと思っています。**

自分を疑うことが最も悪いことで、自分自身の才能を疑うにはいけない。野球選手が、自らの感覚を信じられなくてスランプに陥ったときには、あれこれ思い悩まずにバットを置くことが重要だということです。トップの人間が落ちる時は、積上げてきた「根拠のある自信」が揺ぎ崩れていくので、まずは「根拠なき自信」「勘違いの才能」を持つことが重要。そうした自分を信じる勇気が運命を切り開いていく源泉となるということです。

**○私は、心のあり方が人生の価値とクオリティを変えていくと思っています。目に見えるもの、形あるものは有限ですが、人間の内にあ**  
**る心の世界は無限です。1人の心が高まると、それに影響を受けて、**  
**周りの人達の心も高まっていく。**

心を強く持ち、掲げた目標を常に意識し、そして自分に自信を持って、必ず目標を成し遂げることを信じることは、大変難しいことだと思います。おそらくそういう人がいる組織は、その人の持つ目に見えないパワーが周りの人に連鎖して行ってやがてその組織を変える力になるのでしょう。

こういった本を読むといつも「やるぞ!」と思うのですが、その思いを持続させていくことが大変難しい。

持続させることができる人たちが、ひとかどの仕事を成し遂げるのでしょう。意志薄弱な私ですが、高揚した今の気持ちを、事を成すまで持続するよう頑張ります。



今年、桜の便りを聞いたかなと思つたら、あつという間に通り過ぎてしまい、ゆつくり見る事が出来ませんでした。しかし、考えてみると桜の時期は毎年こんなモノなのでしょう。以前は、花見をしたり、子供の入学式等もあって、桜を意識する事があったのですが、ここ数年は「桜」を意識することがないまま、開花の時期を過ぎしてしまっているように思います。桜だけでなく、四季の変化を楽しむ余裕を持ちたいと思います。

さて、この契通信も今回で100号を迎える事が出来ました。2006年1月に初刊を出してから8年余り、何とか休刊する事もなく継続してきている事が出来た。当初は、読んでいただけの読者さんと不安もあつたのですが、感想や激励のお言葉をいただくようになり、これが大変継続する励みとなりました。

私の尊敬するお寺の住職様は、やはり毎月対外的に「説法」という形で出稿しているのですが、30年余りの間に、400号近く書かれています。この方と比べれば、まだまだですが、やはり感慨深いものがあります。

これからどれだけ続けていくことができるかわかりませんが、60歳までは頑張ろうと思っています。お付き合いの程宜しくお願い致します。

代表取締役 服部 敏一郎

晴れて100号。感謝・感謝!

## 機能性塗料⑬

### ● 抗菌塗料 ●

塗料に抗菌剤を練り込んだモノで、被塗物の表面に、大腸菌O-157やMRSA等院内感染の原因となる各種細菌や酵母等に対して、抗菌効果のある塗膜を形成する塗料のことを言います。

10年ほど前に、抗菌製品に対しては、その抗菌特性・安全性の基準が明確でない状況で製品が販売されていたため、消費者からの各種のクレームも出ていました。そこで(社)日本塗料工業会の製品安全委員会、抗菌塗料の製品管理のためのガイドラインが作成されました。

「塗料における抗菌性は、塗装した塗膜表面における細菌の増殖を抑制する事。(黒ずみ等の原因であるカビ等の「真菌類」は、「抗菌加工製品」における「抗菌」の対象とする細菌には含まれない)とその製品認定の為の検査方法を含めて、「抗菌塗料」と銘打つ為のガイドラインが決められました。

使用用途としては、食品工場等で食中毒防止対策として、洗浄できない箇所へ。病院内の細菌感染予防対策として処置室・病室・廊下等へ。また、公共の施設や一般住宅などに於いて、多人数が接触する物からの接触感染を防ぐ目的で、ドアノブ・水道栓・インターホン・タッチパネル等へ。使用されます。



### ■ 将来の事 ■

(社員ブログより:営業部 笠井和茂)

私には2人の子供がいます。長男はこの春から高校へ進学し、次男は中学2年に進級したので、子供達にはあまり手がかからなくなってきました。

ここ何年か、週末には学童野球のコーチをとしてグラウンドで汗を流す日々を送っていますが、少子化などチーム事情等もあり、数年後にはコーチを引退し週末に自分の時間が持てるようになるかと思っています。

この10年野球ばかりで自分の時間はほとんど無かったのですが、近い将来その自分の時間を有意義に過ごす為、何か新しい事を始めてみたいと思っています。まだ色々と模索中ですが決まったらブログで発表したいと思っています。

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思つています。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/



## なんだ・かんだ

### ◆ 睡眠 ◆

先日睡眠について多くの著書を出していらっしゃる、菅原洋平氏の講演を聞きました。私は寢床に入って数分で眠りについてしまうので、睡眠の悩みはないのですが、母が毎日眠れないとぼやいているので興味を持って聞いてきました。少しだけご紹介させていただきます。

- ★今まで睡眠の常識と思っていたことが、そうではなかったこと。
  - 「眠っていなくても、少しでも寢床に横になって体を休める方が良い。」は間違い。「眠っていないのに寢床にいる時間は出来るだけ減らす。」
  - 「眠れなかった翌日は出来るだけ仮眠をして睡眠を補わないといけない」は間違い。「眠れなかった翌日は、出来るだけ眠らないようにする」
  - 1日15分の早寝を1カ月続けると、1か月に7.5時間(1日分)が増える。睡眠は、1か月の睡眠の絶対量が重要。
  - 規則正しい生活のためには、就寝時間を揃えるよりも、起床時間を揃える。生体リズムは、起床時間によって眠くなる時間が決まる。
  - 年齢を重ねるほど長い睡眠は必要なくなり、18歳をピーク必要睡眠時間は下降し、55歳以降は、大きく減る。
  - 深い眠りは、眠り始めの3時間だけしか出現しない。
  - ★睡眠改善のポイント
  - 寢床に眠りに関係ないものを持ちこまない。脳は場所と行為をセットで記憶するので、寢床で寝る以外の行為はしない。睡眠の質が落ちる。
  - 睡眠効率を85%以上にする。(実際に眠っていた時間を、寢床についていた時間で割る。)15分眠れなかったら寢床を出る。最初の3時間で深い眠りに落ちなければ、いくら寝ても駄目。
  - 4-6-11睡眠の法則。朝：起床から4時間以内に太陽の光を見る。休日の2度寝はダメ。昼：起床から6時間後に目を閉じる。30分以内の昼寝は作業効率を高める。夕：起床から11時間以後は絶対に寝ない。姿勢を正し、背筋を伸ばし、肛門を閉め体温を上げる。夜：寝る前に起きる時間を口に出して唱える。夜中に起きてても時計を見ない。
  - 就寝時は、手足・首・仙骨(尾体骨の上)を温めて頭を冷やす。入浴は就寝直前だとかえって寝付けなくなるので、1時間程度前にする。
  - 就寝時に部屋を明るくしない。睡眠導入ホルモンのメラトニンが減ってしまふ。真い部屋がダメな人は、青い色の光ほどメラトニンが減るので、赤色の電球にする。また、光は瞼を通して体内に入ってくるため、直接光が目当たらない様に、天井灯よりも足元灯などにする。
  - 寝れない寝れないと口に出す人がいるが、この睡眠記憶は信用しない方が良く、眠れないと思ひこむことで不安を抱き不眠症になってしまうこともある。1日の睡眠ノート(寢床に入っていた時間・寝ていた時間・眠気があった時間・昼寝)をつけて、睡眠の事実を確認する。
  - 1日の出来事(飲酒・運動・昼寝等)を記録して、睡眠の状況を見てみると、睡眠リズムの原因が分かることもあるそうです。
- 眠れないとぼやいている母は、私が帰宅すると夕食を食べながらうたた寝をしていたり、起床時間も一定でないようです。この話をして、少しでも睡眠が取れるようになればと思います。ただ、大分高齢になっているので、眠れないのは致し方ないのかもしれませんが。



### ■ 休日の出来事 ■ (社員ブログより：建設部 大高茂樹)

先日、久しぶりに「ロッテリア」に入って食べたのが、1か月間限定の「大勝軒・元祖つけ麺バーガー」。ラーメンの麺をパーティに見立てたバーガーを、つけ汁で食べるというものでした。その麺のパーティの枚数で並は1枚、大盛2枚、特盛3枚というメニュー構成で、私は「大盛」を注文しました。割り箸もついてきて、はたしてどうやって食べるのだろうという、食べ方のアドベンチャー感は面白かったです。感想は○バーガーとラーメンを同時に食べた感じ。○麺はおいしかったが、パンを挟む必要があるのか?○特盛で750円の値段なら普通に大勝軒にいけるな。と後から思ってしまう所が少し残念。焼きそばパンがあるならラーメンも!という発想と現実に製品にしてしまう所は素晴らしいと思う。見事に企業戦略にハマって注文してしまいました。

## 五月、過ごしやすい季節となりました

緑がとても映える季節となりました。当社でも来月6月から10月までクールビズとなり、ネクタイを外しての勤務となります。ただ、ゴールデンウィークを過ぎて、花粉の飛散も治まり、とても過ごしやすい日が多くあるのですが、突然突風が吹き、大雨が降り、雷が落ちたりする日があるかと思えば、朝はそれほど暑くないのに、昼から急に気温が30度近くまで上がり、体調を崩す方もいらっしゃいます。この気候の変化に体のコントロールが難しく、体調を崩す方もいらっしゃいます。皆様もお気をつけ下さい。

さて、消費税が増税されて2カ月が経とうとしています。さすがにデパートや車の販売などの売上は落ちてきているようですが、今回の増税は過去の2回の時と違い、消費低迷も長引かず、夏以降復調するだろうと新聞各紙でも伝えられております。補助金や財政出動など国の種々の施策もありますが、売る方も買う方も賢くなって、それほど大騒ぎしなくなりました。他の国での増税時では、肅々と実行され、大きな混乱はないそうです。日本はマスコミが騒ぎすぎるんですね。来年の10%への移行時も、大きな消費の減退もなく、静かに実行されるように願っています。

代表取締役 服部 敏一郎

## 社員復職

### ● 森 直子 ●

2度目の出産そして、育児のため1年間お休みを頂いておりました、建設部の森直子が今月の19日から復職をしました。一言ご挨拶を。

産休、育児休暇で一年間お休みをいただいておりますが、この5月19日より復職いたしました。一年間子育てに専念する事ができ、まわりの皆様には大変感謝しております。去年5月に第二子となります女の子を出産しました。毎日の生活はとても大変ですが、4歳の長女が妹の世話や身の回りの事など、お手伝いをしてくれるおかげで、とても助かる毎日を送っています。次女もすくすくと成長し、今後の二人の成長がとても楽しみです。

社内では事務的な仕事を主に行っております。今までとは違う目線でリフォーム等のご提案をお客様にすることができればと思っております。まだまだこれからもまわりの皆様に、ご迷惑をおかけすることが多くなってしまふと思いますが、今後ともよろしくお願い致します。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思ひます。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

## なんだ・かんだ

### ◆ 建設業界の人手不足 ◆

国交省によると日本の建設投資額は、1992年度の約84兆円をピークに、2010年度には半減して42兆円を割り込んでしまいました。2000年に入り、財政再建が叫ばれ、毎年3%づつ公共投資が削られ、更に政権交代後の民主党政権では、「コンクリートから人へ」の理念の元「仕分け」という手法を使い、「工事」への投資は大胆に削られ、社会保障や子育て支援等に優先的に予算が回されてしまいました。

また建設業では、入札の電子化や工事書類の電子納品化が進んだこと、そして、建設現場に専任技術者の常駐が義務付けられ、一人で複数の現場を管理する事が出来なくなったため、結果として、パソコンを扱えない父ちゃん母ちゃんて営んでいるような工事業者や、技術者の数が限られる中小企業は事業継続が難しくなってきました。

こうした状況の中、建設業界では新卒の採用を減らし、人も減らし、賃金を抑制したり生き残りを図りました。また、廃業する業者も増え業者数も激減してしまいました。

結果建設業の就労者数は、1995年に650万人強をピークに下がり続け、昨年当たりからは、400万人を割って、ピーク時の2/3以下に減ってしまいました。更に10年後の2025年には、240万人にまで減ってしまうという予想も出ています。30年で就労者数が6割減と異常な減少スピードです。

ところが、下がり続けていた建設需要でしたがここへ来て、震災復興や東京オリンピックに向けた投資などで回復しつつあり、今年度の建設投資の見通しも50兆円近くになるという予想も出ています。

一方人手不足が常態化している建設現場では、問題が発生しています。技能伝承ができず、現場作業者の経験不足による単純なミスによって大きな事故や建築物の品質の低下につながっているのです。

建設業の品質は、多分に現場の職人さんの技能や管理技術者の能力によるところが多くあります。鉄筋の配筋・圧接・コンクリートの打設・杭打ち・鉄骨の立て方等等など一つ間違えば、建築物の所定の強度が得られず、解体して作り直さなければならない事態にもなりかねません。実際、東京青山で大手ゼネコンの施工した高級マンションで、鉄筋の配筋の問題が完成直前に発覚し、解体再建築になったという事例もあります。

今後、業界で頼みの綱とされているのが外国人労働者ですが、以前は、ブラジルやペルーからの日系人が建設現場の労働力を担っていましたが、リーマン・ショック後、彼らは真っ先にクビを切られてしまいました。ここ数年、再び日系人を受け入れようという動きもありますが、過去の不信任感があり、なかなか人が集まらない状況のようです。特に静岡県は、就労者数の母数となる、県内人口の減少が、全国2位、外国人の減少に至っては、は全国トップと言う事で、更に厳しい現実があります。

昨年当社では、消費税増税前の駆け込み特需があり、多くの引き合いを頂きましたが、ほとんどの職種で職人さんが足りなくて、受注できなかった物件がかなりありました。こういった状況が常態化していくと言う事です。早い内に、有能な人材の確保と、教育によるスキルアップをすることが重要課題となります。



### ■ 契通信の配信について ■

当通信もお陰様で100号を出稿する事ができました。8年余り前にお客様を中心の60名余りの方にFAXで第1号をお送りして依頼、現在FAXで215名、メールで42名、合計257名の方にお送りしています。

一応、お断りをした上でお送りしているのですが、FAXでお送りしている方については、こちらの一方的な配達物にもかかわらず、紙を利用して頂いているという申し訳ない気持ちと、転勤などで部署が変わって、送り先に宛名の方がいらっしやらないのに送られてくると言う問題があります。

配信をメールに切り替えを希望される方。また、既に宛名の方がいらっしやらないなどで、配信停止をご希望される方は、お手数ですが、メール・FAX・お電話でご一報下さい。次号より反映させて頂きます。

## 夏風邪に注意

6月の初旬に梅雨入りをしてから、梅雨らしい日が続いています。静岡東部ではそれほどではありませんでしたが、西日本各地や関東では激しい集中豪雨や雹が降り被害も出ていました。今後はこの様な天気は、異常気象とは呼ばれなくなり、日本の平均的なモノとなっていくのでしょうか。

5月6日と諸団体の総会開催時期で、私も終末を中心に総会・懇親会が続きました。また、その間に私的な用事も重なり、土日を除く家で休むという日がありませんでした。特に疲れているという意識はなかったのですが、先週咳と微熱が出て、身体がだるい日が続いたので念の為に病院へ行くと、「気管支炎」になりかけていると診断され、2〜3日休みなさいと言われてしまいました。幸い1日だけお休みをいただいただけで、熱が下がったので良かったのですが、医師には、後1週間咳と熱が続いたら肺炎だよと脅されてしまいました。寝不足で身体が弱っている時に、窓を開けたまま寝てしまい、朝方の冷え込みで風邪を引いてしまったようです。まだ咳が少し残っていますが、夏風邪は治りにくいと言います。風邪は万病の元、皆様もご留意下さい。

代表取締役 服部 敏 郎

## 社員ブログ

### ● 潮干狩り ● 総務部 芹澤達也

6月14日の土曜日、家族で千葉の富津海岸へ潮干狩りに行ってきました。その日はちょうど大潮の日で、かなり沖に行っても膝下ぐらいしか海に浸からず、また天気も大変よくて絶好の潮干狩り日和でした。ふと見上げると遠くにいつも見慣れた富士山を見る事が出来ました ^^;

さて、肝心の潮干狩りですが、家族4人で2時間ほどでバケツ3杯、重さにして10キロ程取れました。おかげでしばらく我が家では、毎晩あさり料理がならびそうです。

そこで、アサリの栄養価について少しお話しします。あさりには鉄分・ビタミンB12が豊富に含まれており、貧血気味の人や低血圧の人、妊産婦には最適な食材と言われています。また、タウリンが豊富で、血中コレステロールを減少させ血液をサラサラにし動脈硬化の予防、肝臓機能の促進、アルコール障害の改善、糖尿病の防止など多くの効果が認められているそうです。

あさがりこんなにも栄養価の高い食べ物とは知りませんでした。成人病が気になる皆さん、是非あさを食べてみては如何でしょうか……。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/



## なんだ・かんだ

### ◆ 物忘れ ◆

最近、特に物忘れがひどくなってきて、「認知症」かな?と不安になる事がよくあります。「物忘れ」とは、「人の精神活動が普段の状態と多少異なっていたり、幾分衰えていたりする状態」を言い、「認知症」は、「一旦発達した知能が、何らかの原因により脳が破壊され、再び持続的に低下した状態」と定義されるそうです。

不安になって、「認知症外来」を受診する方の中で、40・50代の方は、認知症以外の原因である事がほとんどだそうです。後で、「ああ、そうだった。」と思し出せるなら認知症の心配は無いそうです。

ちなみに次の設問のいずれにも当てはまらなければ、認知症の可能性は低いそうです。

①食べたものではなく、食べた事そのものを思い出せない。②何度も同じ事を言ったり、聞いたりする。③いつもの道で迷子になった。④むしろ家族の方が心配している(私はここ数年、お酒を飲んだ後に①に当てはまる事が多いのですが、それはどうなのでしょう?)

記憶力は、20歳代をピークに、加齢とともに減退しますが、記憶力以外の能力は、様々な体験から積み重なり、知能全体は50歳ごろまで伸び続けます。しかし60歳ごろになると記憶力をはじめ知能の周辺機能が衰えはじめ、判断力や適応力が衰え、知能の老化が始まります。そして65歳ぐらいを過ぎるとますます物忘れが多くなりますが、この物忘れは良性的健忘です。しかし認知症の物忘れは、さまざまな知能の障害を伴い、そして日常生活に混乱を来し、進行していきます。

#### ★認知症以外の物忘れの原因

- ①加齢の物忘れ：約束の時間や場所、人の名前が思い出せないなど、記憶の一部だけを忘れてるのが、加齢による正常な物忘れです。
- ②ストレス・疲労：ストレスや悩み、オーバーワーク、疲労、睡眠不足などで頭が充分働かない為物忘れが増える。
- ③栄養不足：ビタミンB群などが不足すると、疲れやすい、頭が充分働かないなどの症状がでる。10代20代の女性に多い。
- ④うつ病：うつ病の為記憶力や集中力、注意力などが低下し、覚えられない。思い出せない状態になる。
- ⑤更年期障害：女性ホルモンのエストロゲンは脳の情報伝達にも関わり、これが減る更年期には物忘れも増えやすい
- ⑥甲状腺機能低下症：甲状腺の機能が低下すると、記憶力低下や眠気、無気力なども現れやすくなる。女性に多い。
- ⑦てんかん：けいれんは伴わず、数分から数十分間、意識だけもうろうとなるタイプがある。40代以降の発症が多い。

私の場合は、①・②・③が当てはまりそうですが、この様なもの忘れを予防する日常ケアは、①頭を使いながら運動する。②青魚、緑黄色野菜を積極的に食べる。③6時間以上の睡眠と30分以内の昼寝。④人と直接会話する。⑤脳トレをする。⑥生活習慣病を予防する、治療する。の6項目です。

人間生きていく上で、「忘却」も大切ですが、家族や周りの人に迷惑を掛けない為にも、頑張って記憶の減退に抗ってみようと思います。



### ■ 夏期休暇のお知らせ ■

**夏期休暇：8月12日(火)から8月15日(金)まで**  
4日間を夏期休暇とさせていただきます。

今年は、各メーカー様は8月9日から17日に掛けましてお休みとされる会社が多いと思われます。お客様の生産に支障を来さぬように対応していくつもりですが、万一の場合もございますので、直接生産に関わる製品につきましては、生産計画をご確認の上、弊社担当とお話していただきまして、メーカー休暇中の製品供給の確認をしていただきたいと思います。

ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

### 高校総体

昨年よりも約2週間遅れ、しかし平年並みに梅雨が明け、連日暑い日が続いています。更に大暑を過ぎて各地で35℃越えの猛暑日が続いて、余りの暑さに「溶ける」という表現がびっぴりたり暑い日です。今年も熱中症で搬送される方が多いようです。皆様もお気をつけください。

さて、8月に入ると直ぐに、高校生のスポーツの祭典、全国高校総体(育大会 インターハイ)が開催されます。今年も南関東 東京 神奈川 千葉 山梨)が会場となっています。この大会に、わが母校のポルト部女子のダブルスカル(二人乗り)が出場をします。春に行われた、全国高校選抜大会でのペアは、四十数年ぶりで全国優勝したので、O.B.会として、我々おじさんにも、笑いながらハキハキと自分の言葉で話が出来、物おじしない、大物然とした性格の子達です。

ポルトは河口湖が会場なので、O.B.会としてバスを用意して応援に行きます。私もこのツアーに参加するつもりです。そして、若い子のパワーをもらって帰ってきます。

代表取締役 服部 敏 郎

### 社員ブログ

#### ● 食生活での暑さ対策 ● 建設部 松江和己

大型の台風8号が過ぎてから暑い日が続いています。特に夜は寝苦しくなり、クーラーを利用して睡眠される方も多いかと思ひます。しかしあまりクーラーに頼りすぎた生活をする、外出した時など、体のだるさを感じてしまいます。

そこで、いろいろな暑さ対策があるかとは思ひますが、毎日摂る食事の内容を工夫していく事で、気軽に実行できる暑さ対策を一つ紹介させていただきます。

それは、食事を夏野菜中心にするということです。夏野菜は、水分やカリウムを豊富に含んでいるので、体にこもった熱を外に放出し体を冷やしてくれる効果があるということです。

夏野菜の代表としてはトマト、きゅうり、なす、とうもろこし、ピーマン、ゴーヤ等があります。

これらを摂ることで、夏バテによるだるさや夏風邪を未然に防ぎ体にこもった熱を放出してくれるので睡眠導入をスムーズに行えるということです。

皆様も野菜中心の食生活を送ってみてはいかがでしょうか。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方につきましては、その旨ご一報頂きたいと思ひます。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ  
静岡県駿東郡清水町卸団地 73  
Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534  
E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

## なんだ・かんだ

### ◆ 残心 ◆

先日、私の取っているメールマガジンを読んでいて、「残心」という言葉について書かれた記事がありました。

【残心(ざんしん)とは日本の武道および芸道において用いられる言葉。残身や残芯と書くこともある。文字通り解釈すると、心が途切れないう意味。意識すること、とくに技を終えた後、力を緩めたりくつろいでいながらも注意を払っている状態を示す。また技と同時に終わって忘れてしまうのではなく、余韻を残すといった日本の美学や禅と関連する概念でもある。(ウィキペディア)】

その記事では、弓道を例に説明していました。弓道では、級や段の試験の際には、もちろん矢のあたりの本数も関係するのですが、道場に入るときから、弓に矢を添え、構えて、矢を射り、その後もきっちり自分の放った矢の行く先を見届けてから、元の体制に戻り、一礼して道場を退出するまでの所作の美しさに重きをおいて判定されるそうです。

武道における「残心」について調べてみると、技を決めて相手を倒した後も、たとえ相手が完全に戦闘力を失ったかのように見えても、それは相手を油断させる偽りの姿である可能性があるため、心身ともに油断をせずしばらく相手の様子をうかがう必要がある。油断した隙を突いて反撃して来ることも有り得るからだ。完全なる勝利へと導くのが「残心」である。としています。

武道とは少し違いますが、野球のピッチングやバッティングそして、ゴルフスイングのフォロースルーも同じ残心に関連しているように思います。投げ終わった後でも思いはキャッチャーミットに投げ続ける。バッティングやゴルフスイングでも、インパクト→フォロースルーでボールが飛んでいってもそのボールに思いを乗せ続ける。このようにするとフォロースルーが大きくなり、飛距離や方向性の精度も上がるそうです。ゴルフで名プレイヤーは打った後のフォロースルーの姿はとても綺麗だと思えます。岡本綾子しかり宮里藍しかり。

武道やスポーツの世界だけではなく、普段の生活や仕事上の所作においても、この「残心」という考え方は当てはまることが多いのではないのでしょうか。例えば、挨拶やお辞儀一つとっても残心のない礼は、いくら丁寧に行ったとしても、外形だけで頭を下げた心のこもらないものになってしまいます。それが、感謝や謝罪を伝えるときの所作であればなおさらだと思います。また、よく電話で話が終わった後、相手を受話器を置いたかどうか確かめもせず、こちらから「ガシャン」と乱暴に切ってしまう人がいます。それまでいくら丁寧な対応をしても、電話の相手はそれまでの慇懃な態度が、作られた虚偽であったと思うでしょう。

やり終えたあと、「終わったあー！」と、すぐに気持ちを終らせてしまうのではなく、取り組んでいた時の一生懸命な気持ちをしばらく「残」すことにより、その行動はより強いもの、より良いものになり、もっと良い結果につながるということです。メールマガジンではこのことを、「心を丁寧に残す行為」と表現していました。とても素敵な言葉です。この言葉を心に留めておきたいと思えます。



今年の夏の集中豪雨はすさまじいものがあります。気象庁では、7月30日から西日本を中心とする日本の広範囲で発生している豪雨に対して、平成26年8月豪雨」と命名しました。8月初旬の台風12号による四国の大雨、その後台風11号による四国、近畿、東海の大雨、8月半ばには近畿、北陸、東海の大雨、そして多くの死者行方不明者を出している広島の大雨と、豪雨災害が続発しました。この大雨で水につかたり壊れたりした住宅は21日まで確認されているだけで全国各地で9115棟に上っているということです。被害にあった方々に対し、同情の念を禁じえません。

さて、先月号に書きましたが、全国高校総合体育大会 インターハイに、わが母校のホート部女子のダブルスカル(二人乗り)が出場したので、応援に行ってみました。準決勝で3着までが決勝に上がれるのですが、なんと写真判定、数センチ差でからも決勝進出を決め、決勝では4位。惜しくもメダルを逃してしまいましたが大健闘でした。OBとしては嬉しい限りです。今後の更なる活躍を期待したいと思います。

代表取締役 服部 敏 郎

高校総体

## 社員ブログ

### ● 調理男子 ● 建設部 田口茂紀

打倒速水もこみちを旗印に、調理男子を極めるべく、なんとかという料理教室に通い始めました。

私、基本的にカッコウから入るので、通販で買った真っ赤なエプロンでイタリアンシェフをイメージし修業をしています。教室には女性が多いのですが、リタイアしたオジサンも多く、皆で奥さんに捨てられても「独りで生きて行こう」と励ましあって精進努力しています。

料理というものはけっこう奥が深く、味付けの順番、加熱の温度、切る大きさ厚さなど微妙なサジ加減で仕上がりに差が出てきます。そうして悟った事は、料理は物理・化学といった学問である事です。決して勘を頼りに作業してはいけません。基礎的な事を十分熟知し応用して行かねばなりません。料理研究家の変なおばちゃんも、立派な学者さんだったのですね。

これからは精進努力研究を重ね、いつかは新しいメニュー・コース料理を開発し、ノーベル物理化学賞の栄冠を勝ち取り、日本料理界に新たな旋風を巻き起こしたいと思っています。



### ■ TOTOリモデルクラブ ■

先日、TOTOリモデルクラブ発足20周年の記念事業の一環として、長くりモデルクラブに加盟している会社に対しTOTO株式会社さんより感謝状が授与されました。一般の会社という所の、永年勤続に対する表彰ですね。弊社も正会員店としてTOTOリモデルクラブに加入し10年と言う事で、賞状を頂きました。

TOTOさんのリフォームサイト「リモデル.jp」の施工事例にも工事の事例を掲載しています。是非ご覧下さい。

法人向けと共に、個人のリフォーム工事に対しても、信頼・安心の会社としてこれからも頑張っていきたいと思えます。

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方につきましては、その旨ご一報頂きたいと思えます。次回からの発送を中止させて頂きます。

・ 株式会社チキリ  
静岡県駿東郡清水町卸団地 73  
Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534  
E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/



## なんだ・かんだ

### ◆ コンシェルジュ ◆

先日、日本橋高島屋のコンシェルジュ、敷田正法氏のお話をお聞きする機会がありましたので、「コンシェルジュ」について書かせて頂きます。

「コンシェルジュ」、最近よく耳にする言葉ですが、フランス語では、本来「アパートの管理人」という程度の意味だったのが、その後ホテルの職域の一つとして、宿泊客の様々な相談や要望に応える接待係の総称として呼ばれる様になったそうです。その仕事は多岐に渡り、各種のチケットの手配、道案内やレストランの紹介、時には人探しや物探しまで、あらゆるお客様の要望にお答えする係のことを言うようです。

敷田氏の話す、最高のおもてなしとは、いつもお客様の立場になって考え、行動すること。まず第1に、外見、身だしなみ、挨拶、態度、言葉遣い、接客の基本を徹底すること。そして、お客様との対話を大切にすること。笑顔で、お客様の目をしっかり見ながら、そしてその場の空気を読んで話をすること。第2に、お客様に的確な情報を提供すること。自社の取扱商品や関連商品を熟知することはもちろん、自社で扱っていないモノも、お客様へ情報提供するくらいでなければならない。

例えば、葛飾北斎の浮世絵が欲しいとやってきたフランス人のお客様。これも日本橋高島屋には売っていません。銀座の木版画店をご紹介しますにも、おそらく住所だけお教えしてもたどり着けないと考えた敷田さんは、タクシーに同乗し、免税の手続きまでしてあげたそうです。感謝して帰国したそのお客さんは、再来日時に店にきて、山ほど買い物されたとのことです。

《心を尽くしたおもてなしは、ちゃんとお客さまに届く。そして必ずまた店にお越しいただける》との信念からそうされているのだそうです。

コンシェルジュの世界では、「ありません、できません、知りません」は禁句。「ありません」とお答えすると、会話が終わってしまいます(選択肢のある商品の案内出来る様に)。「できません」とお答えすると、期待を裏切ってしまう。(出来るだけお客様の期待値に近づけた対応を)「しりません」とお答えすると、夢を壊してしまいます。(すぐにネットワークを利用して調べる)

それでは、最高のおもてなしをする為にどうしたらよいか。

①問題解決能力を養う。【読む】：新聞、雑誌、話題の本、専門誌(特に知らない分野のものも見ると)そして、【聞く】：同業他社、異業種との交流でネットワークを広げる。更に、【自分で考える】：物事を多角的に見て、自分の意見を持つ。②幅広い知識を習得する。【ジェネラリスト】：幅広いネットワークを構築し、情報を収集し多くの引き出しを持つ。【スペシャリスト】：自らの資質や性格を知り、特定分野で自己を確立する。ということ。

「コンシェルジュ」と言う制度は、近年ホテルだけではなく、観光案内所や駅、百貨店、病院、銀行など、多くの業界・企業に広がっています。我々の様な商社の営業マンなどにもぴったりと当てはまる考え方です。顧客満足(CS)という言葉が流行りましたが、このCSを得るための行動指針といったところでしょうか。当社でも「コンシェルジュ」的な営業を心がけたいと思います。



### ■ クールビズ期間延長 ■

ここ数年、6月1日から9月30日まで、地球温暖化対策として、節電の目的でジャケット、ネクタイをせずに仕事をする「クールビズ」を実施しています。最近、公官庁や銀行などで、この期間を前後1ヶ月伸ばして、5月1日から10月31日にする会社や団体が増えています。

9月も後半に入り、朝晩は22~23℃で、過ごしやすい日が多いですが、日中はまだまだ熱く、30度近くまで気温が上がります。

今年は、当社でも期間の終わりを1ヶ月遅くして、10月31日まですることにいたしました。軽装でお伺いいたしますが、ご理解のほどお願い申し上げます。

## パール婚式

8月の荒れた天気のもと、9月に入ると暑さが戻るといわれていましたが、結局それほど気温も上がらないまま、彼岸を過ぎてしまいました。ここ数年、彼岸を過ぎて厚い日が続いていましたが、今年は何年とは違い、曇天の日が多く、日照時間が短かくて、野菜の生育が悪く価格が高騰しています。野菜の高騰は、このところの円安も関係しているのかもしれない。消費税増もあり家計にはちょっと厳しい状況です。

さて、わたくし事ですが、今月で結婚30年を迎えました。結婚25年で金婚式、50年で金婚式というのは良く知られていますが、結婚30年は、パール(真珠)婚式と言われていたそうです。

大学を卒業し、翌年結婚をしました。早いものであれから30年も経ってしまいました。その間、良い時も悪い時もありましたが、なんとかこまめやってくる事ができたのも家族の支えがあったらばこそだと思えます。これから家族全員それぞれがいろいろな人生を歩いて行くと思いますが、皆健康で充実した時を過ごし、20年後に笑顔で金婚式を迎えることが出来るように願っています。

代表取締役 服部 敏 郎

## 社員ブログ

### ● SUP始めました ● 建設部 酒寄通保

新しい趣味を始めました。サーフィン(パドル)を使って漕ぐ乗り方が生まれ、近年になり、再び注目を浴びるようになったものです。正式名称は、スタンダップパドルサーフィンと言いますが、通称SUPと呼ばれています。

長距離を移動する事も可能であり、波や風の無いフラットな海水面でも楽しめる事から、ハワイでは子供から高齢者まで許容範囲の広いマリンスポーツとして注目されています。

このスポーツは誰でも直ぐに乗れるようになりますが、但しボードを回転させる時等に、ちょっとした技術とバランス感覚が必要になります。

私は、今年の5月末から乗り始めましたが、練習ではすいすいとボードコントロールが出来るのですが、いざ本番で波に乗ろうとするとあわててコケてしまっています。何事にもそうなのですが、普段からの地道な練習がいかに必要か改めて感じております。

未だに練習(平水面での)は、つまらないですが.....



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方につきましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ  
静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

## なんだ・かんだ

### ◆ ポート ◆

本通信でもここ何回か触れさせていただきましたが、私の母校のボート部の女子ダブルスカル(二人乗り)が長崎国体で「準優勝」の栄誉に輝きました。春の高校選抜大会で「優勝」夏のインターハイでは「4位」そして、今回の国体で「準優勝」と素晴らしい成績を収めてくれました。OBとしても本当に嬉しい限りです。

そんな中、来月15日に市民スポーツ大会の一環で3年前から始まった、市民ボート大会「狩野川レガッタ」が開催されます。そしてこの大会の準備と運営は、全て我々ボート部OB会が担います。今年で3回目なので、ある程度慣れては来ていますが、数ヶ月前から準備を初め、大会1か月前は、ボートに乗ったことのない方が多く参加するので、2週間続けて土日の4日間で事前練習をするのですが、これが結構大変です。

大会に参加する一般の方は、半分くらいがこれまでボートを漕いだことがない初心者の方ばかり。最初に、陸上でエルゴメーター(スポーツクラブに良くある、健康器具のローイングマシーンに近いもので、漕いだ距離やタイムなども分かり、実際に座るシートが前後に動いて水中での水の抵抗も感じられ、よりボートを漕ぐのに近い感覚を得られる器具)を使い、各部の名称、コックス(漕がずに舵をひいて指示を出す人)からの指示の出方、漕ぎ方等のレクチャーを受けてから実際にボートに乗ります。ここで使われるボートは、「ナックルフォア」と言っており、競技用のもではなく、重くてスピードは出ませんが、安定も良く漕ぎやすいボートです。競技用のボートは軽くてスピードが出るのですが、安定が悪く、初心者ではとても漕ぐ事が出来ません。また、当日は、エントリーした4人で漕いでもらいますが、いきなり初心者4人では漕ぐ事が出来ないで、経験者(OB)が最低一人同乗します。岸を離れてはじめて漕ぐと、人によってはとてもうまく漕ぐ事が出来る人もいれば、エルゴメーターで練習した体の動きを全く再現できない人もいます。しかし、どうにもならないと思えた方でも、大抵30分ほど練習すると何とか格好がついて、そこそこ漕げるようになります。

ボートは、単純な動きの反復運動ですがこれが結構疲れます。しかし、毎年参加される方も、初めてボートに乗った方も練習を終えて陸に上がる時は、皆口を揃えて「楽しかった」とおっしゃいます。この一言を聞くと、アッ苦勞してやってきて良かったと思います。

秋晴れのすがすがしい空気の中、川面にボートを浮かべ、皆でオールを合わせ、声を出し、汗をかいて漕ぐのはとても気持ちの良いものです。

ボートは、数あるスポーツの中でも気軽に楽しむことが出来ないスポーツです。まずは船とオールがなければ出来ません。この船が高い。一人乗りから8人乗りまでありますが、100万からしますし、後は、ボートを置く場所もかなり広い場所が必要です。また、ボートを水面に下ろすにも人手が必要です。

こんなスポーツは他にあまりないと思います。こういった市民大会のような場でしかめったに体験できません

皆様も是非来年、エントリーして頂いて体験をしてみてください。



### ■ 家電販売 ■

10月半ばに、家電販売の大手、ヤマダ電気さんの子会社「ベリーズヤマダ」という会社と契約を結び、家電の販売ができるようになりました。ヤマダ電気さんの店頭価格より少しお安く販売できると思います。取付工事や保証は、ヤマダ電気さんと同等のサービスをご提供できます。

当社は、家電販売を主力にしているわけではないので、製品についての商品知識は、専門の業界の方にはかないませんが、購入するものが事前に決まっている場合など、一度お声をかけてください。お値段などで、メリットがあるようでしたらご利用頂きますようお願い申し上げます。尚、商品名を変えての販売はできませんのであしからず。

## 年度後半のスタート

今月も台風18号が上陸し静岡県を直撃しました。静岡市内では、住宅地などで浸水があったり、東海道線も由比興津間で土砂崩れにより寸断され、復旧に数日かかるなど、各地でかなり被害がでました。その一週間後にも大型の台風19号が上陸しましたが、これはそれほど被害は出なかったようです。それにしてもここ数年の異常気象はすごいものがあります。異常気象で災害が起る度に、これからは、これが普通になるのだと思ってしまうのですが、どのように対策すれば良いのか悩んでしまいます。

さて、20日発表された日銀短観では、東北を除き前回7月の判断を据え置きました。東海は「回復を続けている」という判断で、他の8つの地域よりも回復の度合いが良いようです。静岡県内の百貨店売上高も増税後初のプラスに転じ上向き加減です。また、トヨタ自動車も最高益で、協力会社への年2回のコストダウン交渉をせずに、利益を還元するということが、こういう話を元に、良い方向へ向かってくれると良いと思います。

当社でも、前期の最終月である9月は、久々の予算達成となり、一息ついたところです。後期に向け更に気合を入れて頑張ります。

代表取締役 服部 敏 郎

## 社員ブログ

### ● 防犯まちづくり講演会 ● 営業部 中島真二

富士市防犯まちづくり講演会に出席してきました。講師は清水奈保さんでした。

犯罪者には定住型(アマチュア)・通勤型(セミプロ)・非定住型(プロ)の三段階の型があるそうです。アマチュアは自転車で動ける距離約3km圏内。セミプロは自動車あるいはバスなど公共機関で動ける距離約30km圏内。プロはあらゆる移動手段で日本全国で活動するそうです。

では犯罪者はどのような心理(気持ち)で犯罪を起こすのか?その心理は獲物との距離によって変化するそうです。プロは、500m先から。セミプロは、200m先から。アマチュアは、20m先から獲物を捕らえて狙いを定めているそうです。そして、その距離が6mから2mに短まった時をデスゾーンと言ひ、一番危ない距離だそうです。

これらをまとめると犯罪者を自分の20m以内に入れさせないようにすることが望ましいという事です。特に子供や女性は半径20m以内に犯罪者を入れないよう心がけることが必要だそうです。

尚、空き巣では玄関前にカーポートがある家庭ではカーポートの上に乗って2階に侵入するケースが多いそうです。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思ひます。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/



## なんだ・かんだ

### ◆ 創立90周年を迎える事が出来ました

皆様感謝申し上げます ◆

実は、当社は今年で創立90年になります。

本来ならば、記念すべき年なのですが、以前から創立100周年は何かしら会社としてやらなければならないと思っていましたが、90年というのは、何か中途半端でことさら記念事業など、特別な事をやるつもりはありませんでした。

ところが、一昨日沼津商工会議所の90周年記念事業の中で、創業記念表彰ということで、表彰を受けました。これは、商工会議所の職員の方で中学校の先輩がいて、是非とお声を掛けて頂いたので、表彰を受けることにしたものです。100周年の企業が3社、90周年の企業が当社を含め3社、80周年が2社、その他多くの企業が表彰を受けました。その席で、皆さんから「おめでとございます」「すごいですね」と口々にお声を掛けて頂いて、改めて、この「創立90周年」と言う事実について考えさせられました。

当社は、私の祖父「服部義雄」が、大正13年(1924年)5月(一説では2月と言う話もあるのですが)に沼津市の現在の宮町という地で「チキリ商店」という名前で「船具屋」として創業致しました。それより以前は、沼津の魚市場(現在の永代橋あたりに在った頃。)で魚の仲買をやっていたようですが、色々あった様で、仲買を廃業して今の会社を創業したと聞いています。

余談ですが、会社のマーク「・」が「ちぎり」と言われ、昔からの問屋に多く残る、いわゆる「屋号」です。古くから伝わる木造建築の技法で、2枚の板を突き合わせた部分に蝶ネクタイ形の溝を切り、ここに同じ形の楔を打ち込み板を固定する技法。この楔の形「・」がチキリのマークです。二つの板を契る(結ぶ)という意味で「チギリ」。濁音が取れて、「チキリ」となったそうです。チキリはお客様と仕入先や業者様を「契る」会社です。当社にぴったりな屋号です。

その後、昭和20年には戦争で空襲に遭い、一時は社屋が全焼してしまいましたが、廃墟の中から再興し、昭和37年株式会社に改組して現在に至っています。但し、船具の卸販売から始まった業態は、90年の間に様々に変化し、取扱商品も増え、お客様も海の関係から陸上の工場が中心になり、土木や建築等の工事の請負もする様になりました。一時は、車の部品製造にまで手を出しましたが、数年で撤退しました。

90年の間に、良い時期もあり、悪い時期もあり、様々な事が起こったわけですが、それでも今日何とか会社の存続を維持できているのは、第一にお客様があったればこそ。永きに渡りお客様にご利用頂いたお陰だと、改めて感謝の気持ちが湧いてきました。第二にこれまで当社で働いてくれた多くの従業員の皆さんが一生懸命働いてくれたお陰です。

口先だけで言うのではなく、今回の受賞に際し改めて痛感した次第です。

襟を正し、これまで当社を支えてくれた、お客様そして従業員の皆様に感謝申し上げます。そして、100年150年と継続していく様に頑張りますので、今後とも宜しくお願い申し上げます。



早いものでもう来週は12月。師走です。気温もだんだん低くなって参りまして冬の到来を感じさせます。特に日の出の時間が遅くなりました。私が朝出社する時間は、少し前まで明るかったのに、最近では真っ暗で外灯を付けなければ、足下が見えない状況です。見えないと言え、政治も見えません。消費税10%への増税がどうなるか注視していた所、まさかの解散総選挙！えっどうして?という感じですね。

アベノミクスの影響はどうかと問われれば、上場企業の好決算がその効果とすれば、当社にとって、又、地方の内需型の中小企業にとっては、ほとんど影響がない。と言ったのが本音だと思いますが、もしアベノミクスがなければもっと悪かったかもしれないし、あのまま民主党政権が政権を維持していたらどうだったのか、想像は付くものの、確かな所は誰にも分からない事です。

いずれにしても、政治にも景気にも左右されない盤石な経営基盤を作っていくかなければならないと言ったことです。

代表取締役 服部 敏 郎

冬も近づき、解散 総選挙

## 社員ブログ

### ● パースデーケーキ ● 建設部 大高茂紀

11/9 は下の女の子の誕生日。今年もケーキで祝おうと計画していましたが、ありきたりではつまらないと、イラストを描いてもらえるというケーキ屋さんに頼むことにしました。

1週間前に妖怪ウォッチのイラストを渡して、当日受け取りに行きました。出来上がったケーキは、チョコレートクリームで輪郭を描き、水あめ?で着色したソースでそれぞれの部位を入れ、少し盛り上がった立体的な出来上がりでした。その素晴らしい絵のうまさで感動しました。

たまたまお店にいた親子連れの男の子がケーキを見て、奇声を発しながら「お母さん、今度の僕の誕生日には、あのケーキがいい。あれにして!」と母親にせがんでいました。お店のお姉さんも、これから購入する私も、なにかうれしい気持ちになりました。

家に帰って、子供はもちろん家内も写メを撮りまくりました。そしておいしく頂きました。

値段は書き込み料込で4,000円と今まで誕生日ケーキの中で、一番高額でしたが、価格以上の喜びを味わえた一時でした。



### ■ 社員の結婚 ■

建設部：松江和己

今日11月29日大安の土曜日に、当社建設部の松江和己が、結婚式を挙げました。お相手は看護師をしている女性で、とても素敵な女性でした。

結婚式も家族や親戚そして二人のお友達が心から二人を祝福し、祝辞や余興は大変暖かいものを感じました。

特に、新婦のお父様への感謝の手紙で涙、そして結婚式の締めのお父様のお父様の挨拶は、朴訥とした語り、心からの言葉が列席者皆の心を揺さぶり、また涙。そして大とりは新郎の松江和己。お世辞にも上手なおしゃべりではありませんでしたが、優しい彼の人となりが見れたとてすばらしいスピーチでした。二人の未来に幸あれ!おめでとございました!!

本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方に付きましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させて頂きます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/

## なんだ・かんだ

### ◆「欲求がない男は、一流になれない」◆

井上裕之著 フォレスト出版

先日読んだ本ですが、男女雇用均等が唱えられている今、一部の女性から非難を浴びそうなタイトルですが、本の中身は、男女問わず当てはまる内容です。以下、「一流になる」為の極意を要約でご紹介致します。

先ずは、高い理想を持つと言う事。高い理想を持てば、大きく高いエネルギーが生まれる。お金も、仕事も、人も、理想を高く行動し情熱のある人の所に全て飲み込まれていく。反面、低い理想しか持てない人には、それなりの小さなエネルギーしか生まれない。理想が低くて、行動がない人のところには結果は生まれてこない。

高い理想というのは何かというと、それは自分が生きていく意義、つまり「ミッション」である。「ミッション」は、自分が生きるべき方向性を示してくれるものであり、これがあるから「なりたい自分」の姿を思い描くことができるし、具体的な目標を定めることができる。「自分は何のために生きているのか」、常にミッションを自分に問うことが、「成長」につながる。人生は成功ばかりではなく、試行錯誤の繰り返しだが、同じ試行錯誤でも、自分の中に「ミッション」という方向性を持っていれば「自分軸」がぶれることなく成長していける。

「ミッション」を達成する為には、「努力」と「言葉」と「潜在意識」の重要性について意識しなければならない。

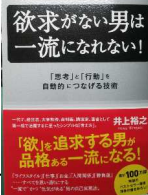
真剣に学び「努力」して得たものを行動に移せばそれは価値に変わり「成長」につながる。大きな努力には、多くの結果がもたらされる。結果はいつか必ず帰ってくるとわかっているのだから、それを信じていけばいい。自分への投資にリスクはない。

人間が「言葉」にした事は一つ一つエネルギーを持ち、善悪を問わずすべて形となって現れる。過去の自分の考えが「原因」となって、今の環境と言う「結果」を生み出している。言葉が持つエネルギーの影響力は思っているよりもずっと大きく、更に人から言われる言葉より、自分が口にしたり、心の中で思う言葉の方が影響力は増大する。

また、自己の「潜在意識」において「いいことを思えば、いいことが起き、悪いことを思えば、悪いことが起きる。」つまり、後ろ向きの思考や発言が潜在意識にたくさん入っていると、ミッションの到達性が悪くなる。「潜在意識」を意識し始めると、悪い言葉やマイナス思考に敏感になっていく。悪い言葉、悪い環境、悪い人、悪いものに触れなくなり、「よりよく」を求めるので、理想の自分に成長できるチャンスを引き寄せる。「できると思えばできる」のメカニズムが形成されていく。

そして、言葉や思考だけではなく、付き合う人間についても「良い」人と付き合った方がよい。大勢のどうでも良い人と交流を持つよりも、自分に新たな刺激を与えてくれる人や尊敬できる人を選んで会った方が、たとえ人数は少なくても質の高いエネルギーの交換になる。

日頃欲求が薄く、物事に余り執着しない、別名「ジャマイカ人」(じゃー、まー、いーか) 妥協の権化の私には、昔から、努力しても会得できない難しい部分ですが、一流になる為に、これからは、自分の人生の意義を追求し、もう少しこだわりを持って生きていこうと思った次第です。



### ■ 年末年始の休暇 ■

本年は明日12月27日(土)まで営業致します。

年末年始休暇: 12月28日(日)から1月4日(日)までの8日間とさせていただきます。新年は1月5日(月)より営業致します。又、1月の第2土曜日ですが、昨年は営業致しましたが、今年はお休みさせていただきます。

メーカーによって、年末年始の受注及び製品出荷可能日が異なりますので、お得意様におかれましては、当社営業と年末年始の注文についてお打ち合わせいただき、生産や業務に支障の無いようお願い致します。

ご迷惑をお掛け致しますが、宜しくお願い申し上げます。

### 1年を振り返って

先週は、爆弾低気圧の影響で北日本を中心に大荒れの天気でした。私の住む静岡県東部でも、かなり強い風が吹いて、外壁塗装中の現場が気になり何回となく足を運びました。また、この低気圧が過ぎた翌朝は、天気が良く晴れ渡ったのですが、放射冷却で大変冷え込みました。私の出社時点で、車に付いた外気温を計る温度計は、「マイナス3.0℃」。この数年で最も寒い朝でした。この寒さは、瘦身の私の身には「たえええええ」

さて、今年一年を振り返って皆さんいかがでしたでしょうか。私は、仕事の上では、昨年よりも今年の方が、少し良いようです。しかし、個人的には、いっばいあるウィッシュリスト(カテゴリー分類毎の願望リスト)の項目で達成できたモノは数えるほどしかありませんでした。特に、「健康大格」「学習」面での目標については、「ほとんど達成できていません」。例えば、「脳トク」を受ける「常に「ありがとう」と言えるようになる」(1冊の読書)等々、来年こそは、達成できるように頑張ります。

今年1年、契通信にお付き合い頂きありがとうございました。来年は、発行10年目に入ります。引き続きお付き合いの程お願い申し上げます。皆様も、良い歳をお迎え下さい。

代表取締役 服部 敬 郎

### 社員ブログ

#### ● ヒートショックにご用心 ● 建設部 森 直子

先日介護保険を利用して、手摺の取付や段差を解消する住宅改修工事を行いました。

浴室の床も平らに仕上げ、そこにはサーモタイル(商品名。他にも違う名前と同じ効果のあるモノがあります)という足が触れたときにヒヤッとしないタイルを貼りました。これは、電気などのエネルギーを使うことなく、タイル自体が中空バルーンを含んだ独自の断熱層を持ち、浴室の不快感な冷たさを解消してくれると言うモノです

冬場、室内の温度変化によって血圧が急に上昇したり下降したり、脈拍が速くなったりする状態のことを『ヒートショック』といいます。1年間にヒートショックが原因でなくなる方は推定1万4000人以上とされています。そのうち約1万1000人が65歳以上の高齢者で、交通事故による死亡者の約2.4倍だそうです。

ヒートショックの原因は急激な温度差です。浴室や脱衣所に暖房をつけたり、材質を変えたりと、暮らしの工夫で温度差をできるだけなくし、ヒートショックを予防しましょう。



本レターのご提供に付きまして、ご不要・ご迷惑という方につきましては、その旨ご一報頂きたいと思っております。次回からの発送を中止させていただきます。

株式会社チキリ

静岡県駿東郡清水町卸団地 73

Tel 055-971-9610 Fax 055-973-1534

E-mail gen@chikiri.com URL http://www.chikiri.com/