

イネア通信

第7号

2004年1月10日号

奇数月10日発行



高橋です

今年も我家では、恒例となっている元旦の初詣に鶴ヶ岡八幡宮に行ってまいりました。毎年、交通規制が解除される夜にお参りに行くので、ニット帽と手袋は欠かせない必需品なのですが、今年はとても暖かく、それらの防寒具はいりませんでした。年々家族が増え、小さな子供を連れて行くので幾分楽なお参りとなりました。正月三が日も陽気がよく皆様も暖かく穏やかな新年を迎えられたことと思います。

初詣といえば『おみくじ』ですが、我家は息子と私が凶で、妻が大凶と、なんとも前途多難な結果が出てしまいました。これは、『そうならぬよう一つ一つ堅実に過ごしなさい』という神様からのアドバイスと前向きにとらえ今年一年家族で頑張ろうと団結を深めました。お参り客も例年以上に多く『不況だから』と誰かが言うておりましたが、今年は皆が幸せになれる良い年であるようお願い景気回復に少しでも役立てるように頑張っていこうと思います。

余談 今年の初詣の出は、昨年より267万に多い 8889万人だったそうです。これは統計で残っている中では最も多かったようです。日本の人口が約1億2,800万人なので、約7割の人がお参りをしたことになります。すごいですね～

冬は、クリスマス・忘年会・新年会と何かとお酒を飲む機会が増えるもの。お酒は気分を開放的にし、ストレスを発散してくれるので、健康的な量であれば何の問題もありませんしかし、調子に乗って飲み過ぎると...翌朝二日酔いなんてこともありますよね。それでは、二日酔いにならない飲み方とは一体どういった飲み方でしょうか？

飲み会シーズン到来！

二日酔いにならない！ コツ



空きっ腹で飲まない

飲む1～2時間前に牛乳やチーズなどの乳製品をとっておくと胃をアルコールの刺激から守ってくれます。

自分の適量を守って飲む

自分の適量を知っていますか？ 勧められるがままに飲んだり調子によって飲み過ぎてはいけません。

常に同じペースで飲む

最初から高速で飲むのはやめましょう。ペース配分を誤ると、悪酔いや二日酔いになりかねません。

料理と一緒に飲む

お酒だけだと肝臓に負担がかかる上、大変酔いやすくなります。お酒を飲む時は、料理も一緒に口にしましょう。オススメは、肝機能を高める枝豆・冷ややっこ・焼き鳥、アルコール分解のパワーとなる果物・チョコレート、分解の途中で使われるビタミンやミネラルを含むサラダ・野菜の煮物です！

強いお酒は23時まで

23時を過ぎたら、強いお酒は避けたいもの。遅くても、24時には切り上げて帰宅しましょう。

それでも二日酔いになった時はこれ！ 二日酔いを軽くする食べ物



コーヒー

カフェインは二日酔いによる頭痛に有効な上、肝臓や腎臓の働きを活発にし利尿効果を促します。

日本茶・柿

タンニンが豊富なので、荒れた胃の粘膜を修復してくれます。



ビタミンC

アルコールの分解や代謝を促します。

良質なタンパク質

調子が悪くても、何か口にしたら酔いは早くさめるようです。胃の粘膜を保護する良質なタンパク質はオススメです。



新年あけましておめでとうございします

『アイデア』は先代の社長（私の父）によって『新栄美装』という社名で1969年に有限会社として設立され35年目を迎えます。私が社長を引き継いで10年以上が経過し、さまざまな社会環境の大きな変化が起きました。当初、塗装職人の会社として設立した『アイデア』は、その社会環境の変化に対応できるように変化をしてきました。今年は原点に立ち返って、塗装工事を中心に『おうちの外部』という切り口で営業展開をしていこうと考えています。







『おうちの外部』とは、住宅の外部塗装を中心に、ガーデニング・植栽やエクステリアなどを当社として最も得意な部分に特化して、お客様にご提案させていただきます。

どうか本年もよろしくお願い申し上げます。

代表取締役 須藤 桂一



2004年の抱負・目標

 <p>須藤弘之</p> <p>お客様 一人一人に 何かしらの 感動を 与える！</p>	 <p>市川淳弘</p> <p>2004年 は健康管理。 しょうが茶 を飲んで 6kgの減量！</p>	 <p>高橋佐太郎</p> <p>より多くの 人達と出逢い より多くの 知識を得る</p>
 <p>伊藤 剛</p> <p>お客様に 感動して もらえる 仕事を！</p>	 <p>須藤浩美</p> <p>お客様の 笑顔の為に 頭脳と体に 汗をかく！</p>	 <p>熊澤亜由美</p> <p>年間三六冊 本を読む。 即行動する。</p>

おもちつき(暖かくして来てね)

日時 1/31 (土) 10:00~15:00 場所 桂台イトーヨーカドー前グランポア1階
参加費 無料 豚汁もあるよ！



ひとりごと

昨年、いろいろ嬉しいことがありました。
お客様が来店していただき『工事ありがとうございました』と御礼の言葉をいただいたり、『キッチンを取替えたら腰痛が良くなったの!』という声を聞き、表情を見ていると、涙が出そうなほど嬉しかったです。(実際ウルウルでした)
普段私は、事務所にいることが多く、イベント以外にお客様に直接お会いする機会は少ないのですが、電話やアイデア通信を通して触れ合う機会はあります。たとえ小さな出会いでも大切に、感謝を込めて対応していこうと思っています。
今年も1/31(土)の餅つきをはじめ、イベントを催したいと思います。皆様の御参加をお待ちしております。
今年も『明るく!楽しく!元気よく!』を愛言葉にスタッフ一同頑張ります。今年もアイデアをよろしくお願い致します。(熊澤)

ZON-ATHON ZON-ATHON



住まいの問題解決隊 株式会社アイデア

〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F

営業時間9:00~20:00 電話リ-ダイヤル 0120-39-3992

※アイデア通信は、今までに工事をした方、資料請求いただいた方、セミナーに参加いただいた方を対象に配布をしています。ご意見・ご要望・ご提案なんでもお待ちしております。(熊澤)