

アイデア

通信



第54号 2013年 秋号

体操の白井選手・陸上の桐生選手・レスリング・水泳・テニス・ゴルフ・映画・バレエ・・・「世界大会」という大きな場所で結果を残しているニュースを見ると日本人はすごいなと感じます。しかしスポーツや芸術だけでなく、ビジネス界にも胸を張れる世界一があります。200年続いている企業は・・・ 1位 日本 3000社超 2位 ドイツ 800社超 3位 オランダ 200社超



日本は断トツの1位です。しかも、TOP3が日本の会社だそうです。

日本に長寿企業が多い理由として、「厳しい家訓、優秀な後継者を抜粋する人事・教育制度、顧客の家族構成などを記した台帳などが江戸時代に生まれ、日本企業の土台になった」と専門家は分析しています。伝統を守りつつ、柔軟に時代にも合わせて長く続いてゆく。そんな老舗企業が世界と比べても多いことはとても誇らしいですね。

日本には世界に誇ることがたくさんあります。相手を思いやる心を持つことや尊重できる行動、細かいことをコツコツこなす忍耐力など…これらは地味で格好悪いと思われがちですが、それを高く評価しているのが、実は外国人だったりします。

アイデアも地味ですが「当たり前のこと」を大切にしながら日々の仕事 に取り組んでますので、これからも宜しくお願いします。(熊澤)

網戸教室2013

～体験レポート～

だるい、眠い、イライラ...

暑くなったり、涼しくなったり、今秋は台風も多く発生していて気分がすっきりしない方も多いのではないのでしょうか。

そんな折、秋口に不調を訴える「秋バテ」が増加しているという調査結果が、「血めぐり研究会」から発表されました。今夏、夏バテに悩まされた人はその不調が秋まで続いて深刻化するそうです。私も何となく体がだるく、いつも疲れている感じがします。

- ◆原因は
 - ・自立神経の失調
 - ・夏の疲れと気候変化のストレス
 - ・胃腸の動きの低下（内臓冷えによる）



- ◆対策は
 - ・じんわり温めて身体をリセット
夏場シャワーだった人も、ぬるめのお湯につかって身体を芯まで温めましょう。
 - ・ゆったりリラックスで心と身体をリセット
ストレスでさらに悪化している場合は、湯船に好きな香りの入浴剤を入れたり、蒸気が出るアイマスクを利用して目を温めると緊張が和らぎます。
 - ・しっかりと食べる。
ビタミンB群(豚肉・レバー・枝豆・納豆・ウナギ)
ビタミンC(赤ピーマン・アセロラ・レモン・パセリ・のり)
それでも、食欲がない場合…
量ではなく、濃い色野菜(トマト・かぼちゃ・ブロッコリーなど中まで濃い色の野菜)を少量でも大丈夫。
自律神経が乱れると胃腸の動きが悪くなるのでそれらを助ける食材をとる。(胚芽・無花果・山芋・キノコ類・キャベツ・白菜・ジャガイモ)

ようやく巡ってきた秋。疲労やストレスを残さずに、レジャー・スポーツを楽しみたいですね。

私の場合は鉄分不足でした。リンパマッサージをプラスしてようやく体調がもどりました…(熊澤)

網戸張替え前にアイデアが推奨する断熱塗装や節電・熱中症に関する情報をお話しました。



今回の内容紹介

網戸を張替える前に戸車や虫除けモヘアの付け方などメンテナンス方法をお話しました。

出だしを間違えると作業がしっくりいきません。右利きの方は左上角から時計回りで、左利きの方は右上角から反時計回りが良いです。



さあ、実践です。手順を思い出しながら作業を進めます。途中、たわみが出て修正の仕方を学びキレイに張替えられました。

参加された方は…

- ・割合に簡単に張替えができたので、こんなことなら早く講習に参加すれば良かった。出来上がりを講師に褒めていただき安心しました。(吉田様)
- ・今までできなかったことが最高の仕上がりで完成できました。(麻生様)
- ・良かった。わかり易い(太田様)
- ・簡単に考えていましたが、やり始めはかなり苦労をしました。しかし、だんだん慣れ、最後は自分ながら上手にできました。(3人のご指導のおかげ)今後ともよろしくをお願いします。(上田様)
- ・丁寧に教えていただき、よくわかりましたが、私が不器用なのでうまくいきませんでした。(I様)
- ・とても参考になったので、今度は自分の家で網戸の張替えを行ってみたいと思います。(T様)
- ・説明がわかり易く、楽しくできましたので満足です。(A様)
- ・二度目なのでばっちりです。(M様)
- ・前回より楽しく参加させていただきました。2回目のせいか、流れが見えたのでありがたかったです。感謝をこめて(横山様)
- ・コーディネーターの方の指導を受けながらの体験教室でしたのでポイントがよく理解できた。(M様)
- ・とても丁寧にご指導いただきまして張替えに興味がわきました。(K様)
- ・やはり座学より実践ということが最認識させてもらいました。網戸の張替え教室では最終工程のカッター切りがちよっと難しかったです。(K様)

新築外構行 リフォーム実況中継!

今回は新築二世帯住宅の外構工事をしました。敷地がとても大きいので、育ち盛りのお子さんが伸び伸びと遊べるようシンプルにしました。



表札はガラスブロックにし、夜は門柱灯と兼ねています。



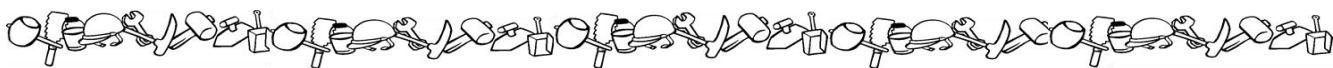
タイル職人泣かせのテラスです。階段部分のタイルは玄関周りで使用した端材を再利用しました。暑い中、本当に頑張ってもらいました。



広い庭は芝を敷き詰め、お子さんが裸足で自由に遊べるように。お母さまの要望である家庭菜園や花壇は手入れがしやすい大きさにし、来年以降の実りを待っています。



塀は左官と塗装を施し、飾りタイルを張りました。角は塀で囲わず、スリット棒を立て、カジュアルにしました。



INFORMATION

年末修繕教室のお知らせ

～自分で直せると嬉しい修繕教室～

「蛇口から水がポタポタ漏れているのよね」「床ワックスのコツやクロスの補修方法が知りたい!」と思った方は是非参加してみてください。プロのコツを伝授します。少人数制にしておりますので、事前予約をお願いします。詳細は別紙にて案内いたします。

日程：2013年11月30日(土)

場所：桂台イトーヨーカ堂前グランポア2Fアイデア並び

時間：午前の部10:00～12:00 午後の部14:00～16:00

費用：無料 持ち物：なし (作業しやすい服装)



【屋根点検】

ゲリラ豪雨や大型台風...次から次へとたて続けに日本列島を襲ってきます。私たちを守ってくれる家の屋根はとても過酷な自然環境にさらされています。それだけに傷みやすい箇所です。瓦のヒビ割れや棟のガタツキ、漆喰の割れなど知らず知らずのうちに傷んでいます。雨漏りさせないために、また、強風で屋根が飛んでご近所に迷惑がかかる前におすすめします。点検は無料です。お問い合わせください。

【年末に向けて】

この時期から職人スケジュールが埋まってきますので、年内に工事完了を希望する方は、早めの連絡をお願いします。



住まいの問題解決隊 株式会社イデア

〒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 電話フリーダイヤル 0120-39-3992

ホームページ <http://www.y-idea.co.jp>