



発行:(株)山研ビルサービス 発行日:2022年5月25日

272-0143 市川市相之川 1-18-20 Tel:047-358-4023 Fax:047-357-3738

HP : <http://www.yamaken-bs.com> E-mail : [office@yamaken-bs.com](mailto:office@yamaken-bs.com)

## 『奉仕する喜びは幸せの源』



ライフワークとは、その人が生まれた意味に直結するあり方です。

その人にしかできないこと、自然にできること、好きでたまらないこと、人に喜ばれることがライフワークです。それは、必ずしもパン屋さんとか、医者とかいう職業を指すのではなく、その人の一番深いところにある愛の表現ともいえるものです。

その人なりの楽しさの表現、ワクワクの表明が、たまたま何らかの活動になったというのがライフワークです。今回の人生を充実したものにするためにも、自分の情熱に正直になりましょう。あなたがずっと心に秘めていたこと、実はやってみたいこと、それがヒントになります。一番のカギは「これからの人生を最高のものにしたい！ワクワクすることをやって生きよう」と心に決めることです。

幸せには色々な形があると思いますが、誰かに喜ばれる体験はその一つの形でしょう。ライフワークがもたらす一番の報酬は、人に喜ばれる幸せです。自分のやっていることが誰かを幸せにしている。考えただけで楽しくなってきます。残念ながら、日々の生活で誰かに喜んでもらえるということを実感できる機会は、そう多くはありません。

幸せに成功している人は、彼らがワクワクしてやるのが、そのまま誰かを幸せにしています。「自分の才能を役立てられて本当に幸せだな」と思う。これがライフワークの醍醐味です。(『40代にしておきたい17のこと』本田 健著より抜粋させて頂きました。)

私は自分が生まれて来た意味を考えたことがあまりなかったのですが、この文を読んで、私のこれからの人生を最高にすると心に決めました。子供の頃、一人で毎日毎日小川に魚釣りに行って小さなドンコという魚を釣って持ち帰り、洗面器に入れて育てていた思い出があります。ただただ魚を釣るという事が楽しくて、ワクワクして暮らしていましたね。この時のワクワクを忘れず、これからも仕事をして行きます。



【山下 久人】

## ● 第42期 経営計画発表会 報告

去る4月29日、山下会長より『第42期 経営計画』の発表が行われ、参加者24名は今年度の目標・計画を改めて確認しました。

### 『社長あいさつ』

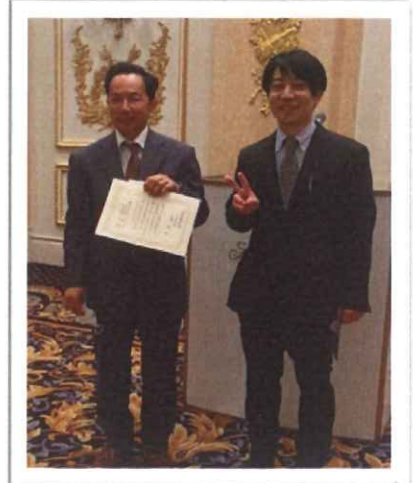
【代表取締役社長】山下 信之

最近、戦争や著名人の死、失業など悲しいニュースが多く社会全体で何だか心が沈んでいる感じがします。人が生きる意味、何の為に生きているか考えるとやはり人は幸せになる、人生を楽しく生きることには尽きると思います。その為には、自分を好きになり、人を好きになり、その人達を幸せにする。相手が喜んだりすると不思議と自分が幸せになる。幸せな気持ちを持っていると、どんどんと幸せが広がっていく気がします。

身近な人に喜ばれる生き方を目指します。



【永年勤続25年 吉岡さん表彰  
吉岡さん(左) 山下社長(右)】



### 『25年を振り返って』

【工事部】吉岡 誠

入社して25年が経過。この間、様々な変化が地球に会社にも自分にもありました。温暖化が進み、2011年3月11日に東日本大震災がありました。震災後には私も6年ほど東北にボランティアに行きました。当時の東北の宿泊施設は食糧不足でしたが、地元の食材は美味しかったです。必ず食べて帰るのは道の駅よつくら港の『海鮮釜飯』でした。また、今は戦場の地となってしまったウクライナからトルコを旅したこともありました。15年位前でしたが、ウクライナの街並みは本当に美しく、料理も美味しかったです。

今は、ライフスタイルを変えようと考えています。休日は原付バイクです。リッター55km走ります。車はずっとマニュアル車でスポーツタイプかオフロードタイプですが、燃費はハイブリッド相当。今度はかわいらしい燃費のいい車にします。SDGsも考え行動します。

何よりも興味があるのは宇宙と生命の謎です。大きな喜びであり、力が湧いてきます。物理学者のアインシュタインや朝永振一郎博士は何を感じていたのか？興味深いです。

今後も仕事、プライベートと充実させて行きます。よろしくお願い致します。



【経営計画発表会の様子】



# 南の島のLove Letter



みなさま、こんにちは！お元気でお過ごしですか？  
 南の島は、梅雨です。毎日のように、雨と曇りです。  
 そんな中、大好きな人が島に遊びに来てくれました！  
 娘も、その人も朝日を見るのが大好き！奇跡的に晴れて  
 とても優しく、あたたかく、美しい朝の光に、みんな、とても  
 うれしくなって、心も、きらきらしました。世界中で色々なことが  
 あるけれど、それでも、優しいきもちも、美しい太陽も、温かい  
 つながりも、消えてはいなくて、今ある大切なこと、  
 もの、人、を大切に、大好きなきもちを、大好きなまま、心に  
 おひさまみたいに、もちつづけられるといいなあと思います。  
 みなさまも、好きな人と、好きなことをして、お元気でいられますように  
 心から、お祈りしています♡ 絵と文・Yuko

DIC川村記念美術館（開館時間：9：30～17：00 / 定休日：月）

五月晴れのとても気持ちがいい日にDIC川村記念美術館に行ってきました。  
 ここは、社員の渡邊君の地元千葉県佐倉市にあります。

ゲートを入り小径を通り抜けると、目の前に噴水や緑に包まれた庭園が広がり  
 そこに美術館があります。

美術館はとても広くオーディオガイドもあり、何よりも混雑していないのでゆっくり鑑賞できました。  
 レンブラント、モネやルノワールの作品も展示されています。



【池に泳ぐ白鳥】

隣接された庭園は進んでいくと、モネの作品を思わせるような睡蓮の池があり、  
 そこで優雅に泳いでいる白鳥に出会うことができます。

小旅行のようなつもりで一日かけて絵と食事と庭園を楽しむには最適です。

私の特別の癒しの場になりました。

## ♥胃腸と家計にやさしい

「かやくごはん」



### 【材料】

- ・米…2合
- ・人参…中位のもの1本  
（粗みじん切り）
- ・大根…5センチ位  
（粗みじん切り）
- ・油揚げ…2枚  
（できるだけ細かいみじん切り）

### 【A 下味】

- しょうゆ大さじ2、塩小さじ1/2
- 酒・みりん…各大3  
（洗った米に入れて混ぜておく）

【B 出し汁】…300ml



◆関西のかやくご飯は、もともとは精進料理だったそうです。  
 ポイントはお米となじむよう具は小さめに切りましょう。

### 【作り方】

- ①米は研いでざるにあげておく。米を炊飯器に入れ、Aの調味料を加えて下味をつけておく。
- ②材料を切る。具は小さめに切る。
- ③炊飯する。出し汁を2合の目盛りまで注ぎ、油揚げを始めに入れる。人参、大根を入れて混ぜずに平らにならす。炊けたら一度混ぜて10分蒸らす。三つ葉やたくわんを添えて完成。（ゴボウや鶏肉を入れてもOK）

### 【編集後記】

『幸福だから笑うのではない。笑うから幸福なのだ』（フランスの哲学者アランの幸福論の言葉）  
 山研本社では毎日朝礼を行っています。朝礼の最後は『ツイてる体操&笑いヨガ』です。  
 「わーはははー」とみんなで一緒に声を出して笑っていると「今日も頑張ろう」と元気が湧いてきます。  
 顔の表情筋と脳の神経は繋がっていて作り笑いでも口角を上げて笑顔を作ると気分もほぐれポジティブになるそうです。“笑顔の力は無限大”笑顔は自分にもまわりの人にも良い影響をもたらす、幸せを引き寄せ人生を豊かにしてくれます。ネガティブな気持ちも笑顔でポジティブに切り替えてくれます。  
 よく笑う子供たちのように、大人の私達こそ毎日頑張っている自分をほめてあげることで自然と厳しい顔も笑顔になるのではないのでしょうか。皆さん、笑顔で人生を歩んでいきましょう！

気温も急に上がってきましたので、水分補給や休憩を心がけ元気にお過ごし下さい。（戸佐）



私のオフ時間  
 総務部  
 奥村 恵美さん



【DIC川村記念美術館と庭園】