

発行:(株)山研ビルサービス 発行日:2025年2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

●大自然の働きに感謝の心を 【国際コミュニケーション学会名誉会長】 鈴木 秀子

幼い頃どんなことに夢中になっていたのか、どういう時に一番胸がときめいていたのかに思いを馳せる時、ふと「ああ、あの時の体験が今の自分を生かす力に繋がっているんだな」と気づく瞬間があります。元気に外を走り回るのが好きだった人も、部屋で読書をし遠い世界に夢を馳せることに喜びを感じていた人も、大好きな友達と一緒に手芸や料理、お人形遊びに興じていた人も、いずれの場合もその喜びの体験の中に、今の人生をいきいきとさせてくれる要素が詰まっているのです。これから、残りの人生を何で満たしていけばよいのかを考える人達にとって子供時代のことを思い出すのは、その答えを探るいいヒントになります。毎日のパワーを与えてくれる朝日、一日の疲れを癒してくれる夕陽、川のせせらぎ、鳥のさえずり…、心の目で見つめれば、これらはすべて私達人間への神様からのプレゼントです。

ある日の早朝、私の友人が突然修道院を訪ねてきました。彼女は自然が好きで、その前日に一人、山登りを楽しんでいました。頂上に着いた時には夕方になっていて、下界一面に広がる風景とそれを照らす美しい夕陽に見とれるうちに、いつしか我を忘れてその風景の中に溶け込み、宇宙と一体となった感覚を抱いたというのです。

「ああ、自分はいつもこうして守られていたんだ」深い感動を覚えて彼女は、一刻も早くその感動を私に伝えたくて、夜がまだ十分明けやらぬうちに山を下りて訪ねてきたのです。私にもこのような体験があります。母が亡くなったのは、ちょうど私が四国に講演に行っている時でした。講演を終えた夜に亡くなったという知らせが届き、母の元に駆けつける為に朝早く宿を出た所、目の前に美しく大きな虹が架かっていたのです。虹を眺めながら、親しい友人が語ってくれた「身近な人が亡くなった時、虹に乗って天国に行く」という話を思い出し「私は天国に行ったから心配しないでね」という母の声が聞こえるような気がしたものです。

自覚するしないに拘らず、私達の命は宇宙創造に始まる悠久なる歴史の中に存在しています。一人ひとりの命は無数の縁によって生まれたものです。日常の些細な事柄すらも永遠に向けての大切な一歩であることを自覚しながら、天から与えられた大事なこの命をしっかりと生きていきたいものです。

【月刊誌『致知』2月号「人生を照らす言葉」より抜粋させて頂きました】

24年前、四国のお遍路の旅で、高知県の海辺を歩いていた時に、夕方の景色があまりに美しく感動して、渾に腰かけて30分程自然の中に自分が消えて溶け込んでしまったような事を思い出しました。自然と一体になった体験は素晴らしいですね。



山下 久人

『松下幸之助の教え』

昭和恐慌が起きた1930年頃。松下幸之助さんが創業した松下電気器具製作所(松下電器産業パナソニックの前身)の経営は苦境に陥っていました。部下から人員削減を進言された幸之助さんは次のように語ったといひます。「余ったら首を切る。赤字になったら社員の首を切る。そういう経営者は経営者たる資格はありませんわ。そういうことをしていると会社は大きくなりませんね。大事な社員を経営者が工夫もせず、新しい仕事の分野、事業も考え出すこともしないんですからね、失格と言われても仕方ないと思いますな。私は、そういう考え方で仕事をやってきましたね。社員は宝です、私にとっては。そんな宝を捨てることは、ようしませんでしたよ」戦前の日本は、従業員をクビにすることが容易であり、日本ほど会社の従業員がすぐ変わる国はないと言われていました。そんな時代に幸之助さんは従業員の人生に責任を持つという信念の元、他の会社が戦前戦後共に簡単にクビ切りする中、世界恐慌で会社が潰れそうになった時ですらも解雇せず、借金をして給料を支払った。更に休みが月1~2回あるかないかのそんな会社が多い中、週休2日制を導入し、1日を身体を休める日、そしてもう1日を教養の日として設けた。その理由は何かを学ぶこと、その時間を作ることで人生をより豊かにすることを社員に知ってほしかったという。企業とは人である彼の言葉を体現したこういった行動は、社員や世の中から大きな信頼を得て、優秀な人材が集まり急成長の要因の一つとなった。たった2畳のスペースから始めた会社は、日本を誇る企業となり、幸之助さんは戦後最大の資産家となったが、その多くは社会貢献活動に使われた。全ては人なのだ。物を作る、物売る、物を買う、全て人間が関わること。

【『松下幸之助の言葉』より抜粋させて頂きました】

全ての人を幸せにするのは僕には難しいので、自分の身近な人や関わる人の幸せを願って商売して、喜んでもらえることを考えます。

【代表取締役社長】山下 信之



新人紹介

“頑張ってます!”

★今月は事業部日常管理課の“和田さん”をご紹介します。和田さんは行動力があり、イラストも上手です!

- 名 前: 和田 尚子
- 入社日: 2024年3月28日
- 出身地: 兵庫県尼崎市
- 好きな食べ物: パン
- 好きな色: エメラルドグリーン
- 行きたい場所: 温泉とおいしいパン屋さん
- 休日の過ごし方: 息子達のバスケ観戦 畑のボランティアなど



【和田さんより一言】 【イラストは和田さん】

右も左もわからずに働き始めてあっという間に1年が経とうとしています。まだまだ皆さんに教えて頂く事ばかりですが、日々勉強して頑張りたいです。よろしくお願いします。

も・じ・こらちゅん... お気楽日和...

① こんにちは! 最近、さむいから
あたたかいコーヒーや紅茶をいれているよ

② わあ~♡
いいねえ
おいしいさ
どんなコーヒーが
好き...?

③ 実は、コーヒーの勉強もしていて
いろいろと本を読んだり、
お豆の専門店にも通っているんだ

...で...
どんなコーヒーが好きなの...?
あったか〜くて、あたたまるコーヒー??

④ うん!!
こ〜んな
コーヒーが
すきだよ~♡
ほか
ほか~♪

寒い季節ですが、あたたかくして元氣にお過ごしにたられますように
instagram → <http://www.instagram.com/yuko.prism>
♡♡ いつもありがとう♡

イキイキ☆ライフスタイル

3月 弥生やよい

♣春はデトックスの季節です

旬の野菜で、冬に溜め込んだ脂肪や老廃物を排出させて身体を軽くしていきましょう!

- ①毒素を排出させ、肝臓をサポートする栄養素をとる。
菜の花・ふきのとう・タラの芽・クレソン・パクチー・タケノコ・ブロッコリー・新玉ねぎ・大根などと豆・青魚・キノコ類などバランスよく組み合わせると肝機能を促進させ新陳代謝を高めてくれる。
- ②毒素を吸収させない。腸内環境を整える。適度な運動を心がけ、夜はしっかり入浴するのも大事。
- ③便・尿・汗によって排出させる。こまめに水分補給をするのを忘れずに!

◆おすすめレシピ◆

『小松菜とホタルイカのイタリアンサラダ』
【材料】小松菜1/2束、新玉ねぎ1/2個、ホタルイカ1パック
【調味料】オリーブオイル大1・酢大1・おろしにんにく小1/2
塩コショウ適量・粉チーズ(最後にふりかける用)
【作り方】野菜は生で食べますがレンジで1分チンしてもOK。
①野菜は洗って水をよく切り、食べやすい大きさに切る。
ホタルイカは、硬い目玉をとりサッと湯通しする。

『菜の花とキノコのごまあえ』
【材料】菜の花1束、エリンギ1パック
【調味料】ゴマ油大1・しょうゆ小2・みりん小2・すりごま大1
【作り方】
①菜の花は洗って水をよく切り、食べやすい大きさに切る。
エリンギは食べやすい大きさに手でさく。(包丁使用もOK)
②フライパンにごま油を入れて①を炒め、調味料を加えて
サッと味をからませたら出来上がり。

あどま なれぶ たほた にどの と強裏 つくに てない 私れる もたこ そでと うしで だよ あう り た い	この先 も隣 でそ っと 微笑 んで	分花羊 か咲雲 ちくは 合を静 え待か るつに の喜揺 でびれ あをる れば それ は幸 せ	天上な を手ん 仰くだ げはか ばいき そかれ れぬい さこで えと見 小もと さあれ くるま てけし れた ど	あどま なれぶ たほた にどの と強裏 つくに てない 私れる もたこ そでと うしで だよ あう り た い	気新少 づたし いな照 たせれ こ界て とのる は入あ 1口な 人にた じ立の やち横 ない って こと	少大少 しきし なつす あ朝光 るびを あを暖 なたし たたま の後に す横に で	桜3私 の月と つのあ ぼなく みは想 は春へ との描 つせく づて き ます	流れる 季節の 真ん中 で ま す に
--	-----------------------------------	--	--	--	---	---	---	---------------------------------------

◎3月9日はサン(3)キュー(9)で「感謝の日」
ありがたい日に結婚するという友達の結婚をお祝いする為に作った曲だそうです。

【編集後記】

「どこからが冬どこからが春の雲」(俳人)後藤比奈夫

自然の風景が刻一刻と変化していく季節、外に出る時、少し空を見上げて雲の様子を観察するのもいいですね。3月は三寒四温という言葉通り暖かくなったなあとと思うとすぐに寒くなって冬と春がせめぎ合っていますね。そして春の訪れと共に花粉が気になる季節がやってきました。少しでも気持ちよく過ごすために免疫UPの生活を心がけましょう。例えばいつもより30分早く寝る。呼吸を深くする。よく噛んで食べる。湯船に浸かる...etc. いっぱい笑って重たい気持ちを発散して春を待ちましょう。(戸佐)

★今月の歌「3月9日」

【作詞・作曲】藤巻亮太
【歌】レミオロメン

