

わたし日和

平成二十年六月号

こんにちはマルエムプロパ
ンの佐藤昭です。5月末で
退社した村岡の引継ぎなど
でまだ落ち着きませんがお
客さんのほうでも二十年、
三十年と村岡が担当してお
宅にうかがっていた皆様に
とっても新しい担当に慣れ
るまでの間、しばらくご迷
惑をお掛けするかもしれま
せんがよろしく願いま
す。

た、お話の内容はガスの営
業が来たのだがガスを替
える気持ちはないと伝える
と態度を急に変え、非常に
不愉快な思いをしたという
ものでした。最初、マルエム
プロパンがどうのこうのと
いうのが聞こえて、てっき
りマルエムプロパンの人が
来たのだと思ったそうで
す。その営業マンはそのお
隣と、二つほど小さな通り
を越えたところに住むお客
さん宅にも営業して回った

ようです。そのお客さんに
言われたことが「こんなこ
とがあるなんて知らないか
らびっくりしたわ、もっと
ちゃんとこんな営業も来る
んだってことを教えとい
てくれなくちゃ。」
ということでしたので悪質
ブローカーの典型的な手口
を紹介しておきます。



お元気ですか？

皆さんご存知のように今、も
のすごい原油高ですよ。そ
んななか特別に安くガスを
仕入れられるガス会社が日
本にあるのでしょうか？
悪質な業者の中には検針伝
票に基本料金も記載せず他
と比べづらくしているよう

悪質ブローカーの
典型的な手口

「格安料金」「節約の
チャンス」等と書いたチ
ラシを見せながら、契約
の切替えを持ちかける。

契約すると、別の人間が
ポンベを消費者や元の販
売店に無断で撤去する。

不安を感じた消費者が解
約を申し出ると、高額の
違約金を請求する。

無断撤去や契約に反した切替
え行為への、既存販売店・消
費者の抗議に対して「契約な
んか知らない」「文句があれ
ば事務所へ来い」などと、威
圧的・脅迫的な態度で切替え
を強行する例も報告されてい
ます。またこのような悪質業
者の中には工事の直前、また
は取りかかってから連絡を
し、「事前に連絡をした」と
抗弁するものもあります。もち
ろんこのような不当な事前連
絡は認められません。勧誘
セールス時とまったく異なっ
た態度を取る（あるいは別の
人物が登場する）のも、悪質
なブローカーグループの特徴
です。

などところもあります。「少
しでも安い方がいい」と切替え
て当初は安かったはずなの
に、知らないうちにガス代が
値上げされ、結果、もとより
高いガス代になっていくと
いうのがブローカーを使う
ガス屋の常套手段のよう
です。ガス料金でガス業者を選
びにしても落とし穴が用意
されています、勧誘セールス
には即断せず、慎重に。

お財布も、ちょっと贅沢

「残ったら貯めよう」

ではいつまでたっても

貯金は増えません。そ

こでおすすめる方法は

「先取り貯金」。最も確

実なのは天引きシステ

△を利用した財形貯蓄

や自動積立貯金

でしょう。

とはいえ、普段

の生活費以外に

まとまった金額

が必要になるこ

ともありますね。車検代、家

族旅行代、突然の冠婚葬祭

費用といった「いざ」とい

うときに必要なお金や、予想

できる大きな出費のために

は「目的別貯金」をおすす

めます。

例えば、1年後の家族旅

行用に月々5000円、い

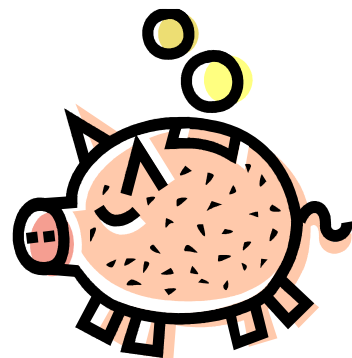
ざというときのために月々

3000円ずつ目的別貯金で貯

めると、1年後には家族旅行費用

が6万円、いざというときの費用

先取り貯金&目的別貯金 でき実貯める



貯金の極意は「毎月コツコツ」

が3万6000円貯まりま

す。お給料から捻出すると

赤字になってしまつ場合

は、ボーナスの一部でま

なってみましょう。

たとえ小額でも目的別貯

金をしてあげば先取り貯金

を切り崩さなくてすみます

し、切り崩す場合も最低限

に抑えられます。

「貯めよう!」と決意しな

いとお金はなかなか貯まり

ません。貯金上手な人に聞

くと、小額でも毎月コツコ

ツ貯めていくのがやはり一

番だそうす。先取り&目的別

一本立て貯金で、コツコツでも着

実に貯めていきたいものです。

からだも贅沢

人生五十にいたらざれば、血気いまだ定

まらず。知恵いまだ開けず、古今にうと

くして、世変になれず。言あやまり

多く、行悔多し。人生の理も楽もい

まだしらず。(養生訓 巻第一より)

【意味】50歳にならないと、本当の

生き方を理解できません。それまで

は失敗による後悔も多いでしょう。

長生きしないと学問や知識は上達

しないし、発達もしません。本当の

楽しみも分からないのです。

● ● ● ● ●

養生訓が書かれた江戸時代、成

人の平均寿命は男女とも60歳く

らいだったそうです。その当時の

「人生五十」を現代に当てはめる

と、今なら「人は定年するまで本当

の生き方を理解できない」となるで

しょうか。定年後を「第二の人生」と呼

ぶのは、そんな理由からなのかもしれ

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

ません。

生涯現役で働き続ける人もいます

が、一般的にはある時期を境に現役か

ら退き、表舞台を降ります。表面的な言

葉の意味だけを捉えたと少し寂しい気

がしますが、養生訓の考え方からすれ

ば、第一線を引退し、表舞台から

降りてこそ本当の生き方を理解

できる、となります。そこから新

しい人生が始まるというより、そ

れまでの経験が身になじんで本

当の意味で花開くのが「第二の人

生」だと伝えたいのでしよう。

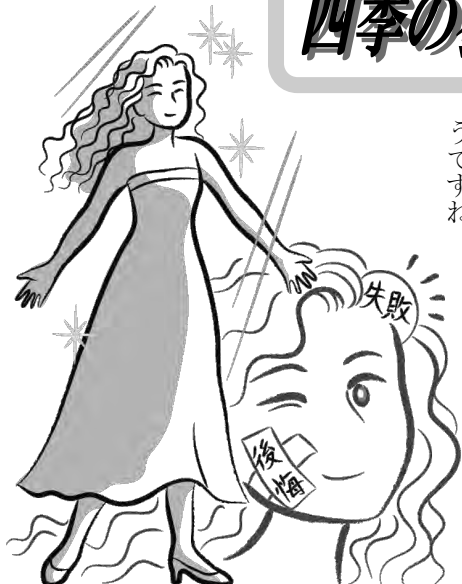
となれば、表舞台に立っている

うちは、失敗や後悔でたんこぶや

痣(あざ)をたくさん作りながら

ジタバタするのが当たり前の上

うですね。



一粒のシヨコラ 一粒のシヨコラ

人生はチョコレートの箱のようなもの。食べてみるまでわからない
映画「フォレスト・ガンプ」より

心の1粒

幸福感の実験

カ

ナダのプリティッシュコロ
ンビア大学で、ある実験
をしたそうです。

学生46人に5ドルか20ドルを渡
していくつかのグループに分け、夕
方5時までにお金を使うよう命じま
した。ただし、あるグループには家賃
や光熱費、借金返済など自分のため
に使うよう指示し、残りのグルー
プには、そのお金を他人のために使
うか慈善団体に寄付するように指示
しました。

お金を自分のために使った人と、
他人のために使った人。5ドル使
った人と20ドル使った人。さあ、1日の
終わりに一番幸福感を感じたのは、
いったいどのグループの人だったで
しょう。

学生たちにあらかじめ「どのグ
ループが一番幸福感を得られると思
うか」を予想してもらったところ、自
分のために20ドル使った人が最も幸

せを感じるだろうという回答が多
かったそうです。けれど、実験の結果
は意外なものでした。

より大きな幸福感を得たのは、自
分のためではなく他人のためにお金
を使った人。しかもおもしろいこと
に、それは5ドルでも20ドルでも変
わりませんでした。つまり金額の大
小ではなく、「他人のためにお金を
使った」という行為自体に満足感を
覚えた学生が多かったのです。

情

けは人の為ならず。
ご存じのように「人に情
けをかける」と、めぐりめ

ぐって自分のためになる。だから他
人には情け深く接しなさい
という意味です。ところが
が最近では、「お情けをかけて
甘やかすのは、相手のため
にならない」という意味に
すり替わり、それが市民権

を得ようとしているとか、いないと
か。殺伐とした今の世情が表れる話
として、人々の口によくのぼる話題
です。

しかし、先ほどの実験からも分か
るように、自分がしたことで誰かが
笑顔になると、人は幸せを感じるよ
うです。慌ただしさの中で人間関係
が希薄になってしまったようでは
あっても、「人という字は支えあって
いる」と言われる通り、心ではちゃん
と繋がっているのです。

人は自分で思っているよりも、
けっこう「いい人」なのでしょう。暗
いニュースの多い世の中ですが、案
外捨てたものではありませんね。



情けは人の
為ならず

賢者の台所

旬の食材でおいしい贅沢

ブロッコリー で不足しがちな栄養を補給

ブロッコリーの旬は初夏と冬。露地ものが手に入るこの時期はおいしさも格別です。栄養素としてとくに注目すべきはビタミンCの豊富さで、レモンの約2倍にもなります。その他にも、抗がん作用の高いスルフォラファン、疲労回復のビタミンB群、貧血を防ぐ働きのある葉酸、皮ふや粘膜の抵抗力を強めるカロチンなどを含む栄養価の高い緑黄色野菜です。一般的には花蕾(からい)と呼ばれるつぼみの部分を好んで食べますが、茎の部分も食物繊維や栄養が豊富なので、皮をむいて上手に調理したいものです。選ぶときには、花蕾の緑色が濃く、つぼみが小さく、粒が密集して中央が盛り上がっているもの、芯の切り口がみずみずしいものを。ラップにくるんで冷蔵庫で立てて保存します。日持ちしないので早めに食べきましょう。



6月の賢者レシピ

ブロッコリーとアンチョビのクリームスパゲッティ

ビタミンCは
レモンの2倍

カロチンと
ビタミンCで
美肌効果も

菌応えを
残すように
加熱する

◆材料(2人分)

- ・ブロッコリー: 1/2株
- ・アンチョビペースト: 大さじ2
- ・パスタ: 200g
- ・にんにく: 1かけ
- ・白ワイン: 100cc
- ・生クリーム: 100cc
- ・オリーブオイル: 適量
- ・粗挽き黒こしょう: 適量

★作り方

① ブロッコリーは小房に分け、
にんにくは薄くスライスする



② フライパンにオリーブオイルを
多めに入れ、弱火でにんにくを炒め、
ブロッコリーを加える

③ パスタをやや固めに茹で、②に加えて
あえる

④ ③にアンチョビペースト、白ワイン、生クリームを
加えて少し煮つめる。仕上げに粗挽き黒こしょうをかける



とっさの流儀

パソコンメールのマナー

日常的にメールを使うことが多くなると迷惑メールに悩まされます。最近のメールソフトには「迷惑メールフォルダ」機能があり、自動的に振り分けてくれるのは助かりますが、大事なメールも誤って振り分けられてしまうことがあります。アメリカの大学の調査ではメールの約1%が行方不明になってしまうようで、マナー違反のメールはその確率が高くなるようです。個人宛のメールが迷惑メールと判断されないよう、とくに次の点に気をつけましょう。

■「件名」に注意

迷惑メールの判断基準の一つが「件名」です。まず、件名がないと開封せずに削除されかねません。件名のつけ方は「こんにちは」などではなく、「〇月〇日の会合について」など、相手が内容にピンとくるものが望ましいでしょう。

■HTML形式で送信しない

とくに仕事用はテキスト形式がマナーです。■大容量のデータを添付しない
サーバーから拒否される可能性があります。

インターネットで「メール マナー」と検索すると丁寧な解説サイトがたくさん見つかります。今まで気づかなかった自分のメールのマナー違反を、一度チェックしてみませんか。



編集後記

先月号で書いたように私は今、玄米ご飯を食べています。と言っても諸事情により夕食時だけです。食べ続けている感想はというと、まだ具体的に痩せたとか健康になったとかはわかりませんが、でも感覚的にはすごく体に良い気がしています。玄米の栄養素のほうが白米に比べてどうだこうだというのもあるようですが私の場合は玄米だとしっかり噛んで食べるようになるので白米を飲み込むように食べていた私でも玄米なら茶碗一杯で十分満腹になるんです。今までいかに無駄に食べ過ぎていたことか…。玄米食を続けていければ今よりちょっとスリムで健康になれるような気がします。



有限会社マルエムプロパン
神奈川県大和市上草柳533
電話046-261-3866
FAX046-263-9205

来月も
おたのしみに！

