

わたし日和

平成二十一年五月号

こんにちは佐藤です。

最近、各ご家庭への「ロガス訪問勧誘や電話によるガス料金アンケートなどと称しての勧誘など悪質な業者の活動によりお客様にはご迷惑をおかけしており、誠に申し訳なく思います。そこで最近の状況を書いてみます。1月21日の読売新聞の神奈川版に東証一部上場の大手ガス会社が消費者から訴えられたという記事が載りました。内容は、今よりかなり安くなるといわれて切り替えたのに、数回にわたる無

断でガス料金を値上げされていたので不当な値上げ分の返還と感謝料を求めるといふもの。このガス会社は以前から同じ手口で訪問勧誘を行っており問題のある会社として業界では有名でした。この記事が出たせいでこの会社は自社の顧客が減ると予想したのだと思われるが新規顧客の開拓に必死になっっているようで県西、

ことを言い、他社をおとしめるような言葉も使うようです。性格がひねくれている方なら大丈夫かもしれませんが素直で純粋な方、狙われちゃうので気をつけてください。ちなみにこの会社、

県内にもたくさんお客さんがいるので名前だけはご存じの方も多いのでは。トランプに巻き込まれないように気をつけてください。

県東地区周辺で猛烈な営業活動を展開中です。訪問勧誘には営業のプロが回ってきます。有るのと無い

お元気ですか？



お耳を拝借

社会貢献事業により神奈川県知事より感謝状を受賞

神奈川県エルピーガス青年部は昨年11月、廃棄ガスメーター等の回収で得られた収益金により、湯河原町の児童養護施設「城山学園」に業務用ガスレンジなどを寄贈いたしました。

を受け取りました。授賞式後の会話では、災害時の避難場所となる施設などにはLPガス容器を常設して災害等に備えて頂くよう要望しました。

このたびの社会貢献事業の実施により、1月22日(木)に、次世代育成担当部長室(県庁分庁舎4階)にて神奈川県知事感謝状授賞式が行われました。執行部から三留部会長と渡辺運営委員長、県協会から鈴木専務理事が参加し、青年部を代表して三留部会長が感謝状

ちなみに、私は4年(二期)県東地区の青年部代表を務めさせて頂いていましたがこの5月から次の方にバトンタッチです。



↑ 齊藤百合子神奈川県次世代育成担当部長(左)より感謝状を受け取る三留部会長

お財布も、ちょっと贅沢

レストランやデパート、ホテルなどを利用して、感想をレポートすると謝礼が支払われる「ミステリーショッパー」。節約しながら楽しめるという話題になっています。

ミステリーショッパーは、観察調査員または市場調査員なごとも呼ばれます。お客様として指定された店へ出向き、店側に知られないように店員の対応、店の雰囲気、商品の品質などをリストに沿ってチェックして調査会社(仲介業者)に報告します。

サービス業にとつてお客様の率直な感想は欠かせない情報です。最初は店の粗探しのように感じる人も、実際にミステリーショッパーとしてその店の改善点を探

お得にサービスを受ける ミステリーショッパー

すうちに、お店を応援する気持ちが出てくるようになります。

ミステリーショッパーになるには、インターネットで仲介業者に登録するのが簡単でしょう。謝礼は仲介業者や調査内容にもよりますが、1件で1千円〜1万円程度です。謝礼

には食事代・店舗までの交通費・レポート作成料が含まれる場合がほとんどで、実費が謝礼を上回ってしまったら自己負担になります。また、経費の一部しか支払われない業者もあります。

謝礼について確認してから登録先を選ぶと同時に、稼働というよりはあくまでお得にサービスを楽しむつもりで登録するのが賢いやり方でしょう。

■仲介業者例

【ミステリーショッピングリサーチ】<http://www.ms-r.com/>
【MCC ミステリーショッパー.NET】<https://mcc-ms.net/>

からだも贅沢

養生の術は、先(ず)わが身をそこなふ物を去べし。身をそこなふ物は、内慾と外邪となり。(養生訓 巻第一より)

【意味】健康法の第一は、体を損なう原因を取り除くことにあります。その原因は、体の内にあるものと外から入ってくるものがあります。

ここで言う「体の内にあるもの」とは自分自身の欲のこと。具体的には、飲食の欲、好色の欲、睡眠欲、思ったままを何でも口にする言葉の欲、そして、喜・怒・憂・思・悲・恐・驚の七情の欲があげられています。

「外から入ってくるもの」とは環境です。天候による風、寒さ、暑さ、湿度の四つをあげています。

欲望のままに生活しないで環境の変化を常に意識しておけば、健康で寿命をまっとうできる。これが養生訓の教えで

四季の養生訓 江戸に学ぶ健康法

す。まったくその通りですが、「外から入ってくるもの」はまだしも、「体の内にある」ものを取り除くのは簡単なことではありませんね。

何でも手に入るような気がする現代社会は、欲望で成り立っている面もあります。「体の内にあるもの」と上手に付き合っていくこうと思えば、自分をコントロールしなくてはなりません。

「人間、欲がなくなったらおしまいだ」という人がいますが、欲に支配されるのではなく、欲をコントロールして目的を達成するという意味でしょう。そのためには自分をよく知ることだろうと思います。

社会は複雑でも生き方はできるだけシンプルに。これが現代版養生訓の極意かもしれませんね。



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

人生の一粒

スローライフは好物

八

〇年代半ば、イタリアの片田舎にファーストフード一号店ができた。

開店を喜んだ人がいた一方で、ファーストフードが普及して食べ物

の味が画一化されることを危惧した人たちがいました。彼らは「ファーストフード」に対抗して「スローフ

ード」という言葉を生み出し、「スローフード運動を展開しました。単にファーストフードを排除する

のではなく、その土地の伝統的な食文化や食材を見直し、良質な食材を

提供する生産者を守り、「食育」を推進する。つまり、「地産地消」に取り

組くみつつ、同時に「食事」という行為を大切にすることがスローフード運動の核になっているのです。

そこには食べ物に対する感謝があり、食事をすると同士の会話があり、共に食卓を囲める幸せがあります。それがいつの間にか、食だけでなく人

し

生をゆったりと楽しみ、生活全体を見直そうという動きになりました。近年耳にする「スローライフ」という言葉は、こうして生まれたのです。

かしよく考えてみれば、スローフードの発想は昔の日本人が当たり前にやっていたことです。地元で採れたものを地元で食べる。オフクロの味を大事にする。家族そろって食事を楽しむ……。ところがいつしか、「スロー」であることはマイナスだと思われがちになりました。

大量生産・大量消費が当たり前の世の中で、みんな忙しそうにしています。大人はもちろん、子どもすら塾や習い事で時間に追われる毎日。企業はスピードと利便さを追求し、消費者もそれを望んでいます。

ところが、効率良く生きることがよしとされる風潮は、意外なところ

で副作用を生んできたのかもしれない。不便より便利なほうがいいけれど、そればかりでは虚しいような気がする。そう思い始めたとき、「スローライフ」を意識するのでしよう。歩くスピードを緩めると、道端に咲いている名もない花の美しさに目が留まり、五月の陽射しにきらめく新緑に心が洗われます。同じように生活の速度をスローダウンさせ、ときには立ち止まってみる。「忙しい」という言い訳をやめてみるだけでも、効率優先によってくすんだ景色が色を取り戻すような気がします。

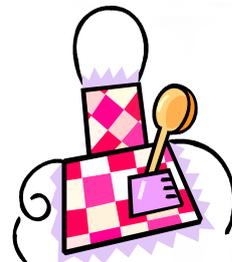


スローライフで「分かる
ありがたみ...

賢者の台所

旬の食材でおいしい贅沢

緑茶 の栄養まるごといただきます！



八十八夜も過ぎて、かぐわしい新茶の季節ですね。お茶の葉はビタミンA、C、E、B群をはじめ、ミネラル、βカロチン、食物繊維、たんぱく質、さらにはカテキン、カフェイン、フッ素、亜鉛、アミノ酸までを含む栄養満点の食材です。ところが、お茶として飲んだときに摂取できるのは、その25%に過ぎないそうです。とくに脂溶性のビタミンAやEなどはお湯に溶けないので、お茶がらの中に残ったまま全て捨ててしまうことになるのだとか。もったいないですね。今回ご紹介するのは、お茶の葉を丸ごと食べる簡単レシピ。お手軽なのに適度なボリュームもあって、朝ごはんにはピッタリです。新茶の爽やかな香りで一日のスタートを切りませんか。



5月の賢者レシピ

茶葉混ぜごはん

お茶の葉は
栄養たっぷりの
“食材”

お茶がらにも
栄養が
いっぱい

まるごと食べて
エコ&ヘルシー

◆ 材料 (4人分)

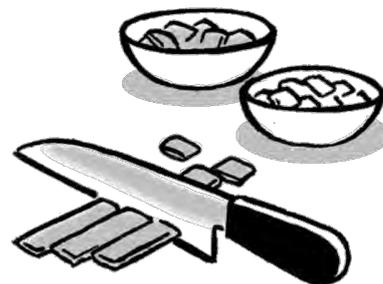
- ・ 米: 3合
- ・ コンソメ(顆粒): 大さじ1.5
- ・ ハム: 5枚
- ・ スライスチーズ(とろけるタイプ): 4枚
- ・ 茶葉: 大さじ1.5
- ・ 塩・コショウ: 各適量

◆ 作り方

① 米をとぎ、普通の水加減にコンソメを加えて炊く



② ハムとスライスチーズは1~2cmの角切りにする



③ 炊きあがったごはん
茶葉をさっくり混ぜ込む



④ さらにハムとチーズを混ぜ、
塩・コショウで味を調える



出来上がり♪



どっさの流儀

マナー検定④

テーブルマナーに関する問題です。○か×でお答えください。

- ① ナイフやフォークを落としたり自分ですぐ拾う。
- ② コーヒーとケーキの置き方は、お客様の正面にケーキ、右向きにコーヒーを置く。
- ③ 結婚式などで乾杯するとき、周囲の人に目礼してからグラスを合わせる。
- ④ ご飯のお代わりは、一口分を残して茶碗を差し出すのが本来の作法である。
- ⑤ 食事が終わったら、ナイフとフォークは「ハ」の字に置く。

■正解■

- ①【×】膝に落とした場合を除き、ナイフなどを床に落としたときはウェ이터に告げて拾ってもらいます。
- ②【○】ケーキは食べやすいようにお客様の正面に置くのが基本です。
- ③【×】正式な場でグラスを合わせるのNG。
- ④【○】一口分残すのが本来のマナー。最後は残さず食べましょう。
- ⑤【×】「ハ」の字に置くのは食事中にパンを食べるときや席を立つとき。食事が終わったらフォークは背を下に、ナイフは刃を内側に平行にそろえます。

編集後記

最近パソコンが不調です。原因は何となくわかってはいますが、いろんなデータをとりあえず読み込ませて後で整理しようとするまにしておきパソコンのデータ容量いっぱいまでため込んでいたせいだと思います。最近のパソコンはデータ容量も大きくなってテレビ番組の録画もできたりしています。ついそんなパソコンに甘えてデータを放り込み放題にしてたらパソコンの反応がのんびり屋さんになってきてしまいました。そのようなわけでいまコツコツとデータの掃除中。いままで機械任せにしていたツケでしょうか相当時間がかかりそうです・・・とは言っても、本当に壊れてしまっただけからではどうしようもないのでこの「ゴールデンウィークを使ってパソコンを快適に使えるようにしたいと考えています。」

そういえば部屋や事務所や倉庫の掃除と、机の上、引出しの中、本棚などの整理もしなきゃならなかったし、車も洗わなくっちゃいけなかったんだ。あ、あ、まだまだ遠い夏休み。

来月もおたのしみに！

『おかげさまで創立47周年
LPガス・水周りリフォーム』
有限会社 マルエムプロパン
〒242-0029神奈川県大和市上草柳533
連絡先 TEL046-261-3866
FAX046-263-9205

