



新年、明けましておめでとうございます。昨年中は大変お世話になり、ありがとうございました。本年も変わらぬご厚誼のほど、お願いいたします。

2006年がスタートしました。皆様はどのように年末年始を過ごされましたか？私の年始は、今年もバーゲンでスタートしました(笑)毎年のことながら、あのパワーには驚かされます。

さて、昨年のお話になりますが、11月末に2005年最後の史跡散策に行ってきました。行き先は三重県多気郡明和町、いつきのみや歴史体験館です。明和町には齋宮跡があります。古代から中世にかけて、天皇に代わって伊勢神宮に仕えた未婚の皇女である齋王の宮殿と、齋宮寮という役所のあったところ。いつきのみや歴史体験館は、平安時代の貴族が住んだ寝殿造と古代の役所をモデルに、釘を用いない古代的な建築技法で建てられたそうです。建物そのものにも趣があり、周辺の自然とも一体化してとてもきれいでした。

体験館という名の通り、平安時代の生活や遊びが体験でき、十二単など装束の試着体験もできます。今回の目的は、この十二単！！憧れの衣装がお値打ちに着られる.....と知って、早速申し込んでしまいました(笑)十二単は俗称で、正式には女房装束などと呼ばれています。宮廷に仕える女性の正装です。見た目にはとても華やかで綺麗なのですが、着てみてビックリ。ものすごい重量感でした。両腕にかかる重みは、10人分のお茶を乗せたお盆を持っているかのようで、動くのも大変でした。まして、座ったらなかなか立てない。よくこれで仕えられたな~としみじみ思っていました(苦笑)平安女性、ギックリ腰とかはなかったのでしょうか(笑)

最後になりましたが、この新しい一年が皆さまにとりまして、すばらしい一年でありますよう、心からお祈り申し上げます。  
(樋口真紀)



### ノボリ台盗難(0.0;)(0.0;)

事務所にノボリがたちました。オレンジ色なんで、けっこう目立っているんじゃないかな.....と思っているのですが、いかがでしょうか(笑)

しかし、ノボリを立て始めて数日後、なんとノボリ台が一つ消えてしまいました!? どうやら盗難にあってしまったようです。朝、出勤して「さあ、今日もノボリを.....」と思ったら、立てるところがありませんでした(苦笑)

みなさんも、気を付けてくださいね。

事件です!?



12月に忘年会を行いました。各自、一年間の活動などを振り返っていたようです。(あれ?食べるのに必死な人のほうが多かったかな??)皆さんの2005年はどうでしたか?



一年間おつかれさま~  
(-) / □ ☆ □ \ (-)



忘年会



### VDT症候群を防ぐ!

パソコン、テレビゲームなどのディスプレイを集中して長時間見続けることにより、眼、体、心などに影響のする病気です。視線がディスプレイ、キーボード、書類の間をひんぱんに移動するため、疲労がはげしくなります。症状としては、ドライアイと呼ばれる目の乾き、充血、視力の低下、目のかすみ、焦点が合わないなどがあります。さらに、肩こり、首・肩・腕の痛みとだるさ、背中への痛み、手指のしびれなど、そしてイライラ、不安感、睡眠障害などもそうです。

働きすぎの人ほど注意が必要

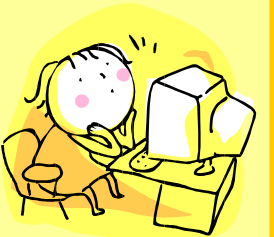
#### 【目をいたわる対策】

適度な休憩：1時間ごとに10~15分は休憩をとって、目を休めましょう。よく遠くを見るとか、緑を見ると目に良いといいますが、目をつぶる、ぼ~っとするなど目を使わない状況をつくるのが大切です。

体操：時々適度に体を動かして、緊張をほぐしましょう。

メガネ：メガネ、コンタクトレンズは、度の合ったものを使いましょう。

適正な姿勢：画面と目の距離を40~70cmほどに保ち、画面を少し見下ろすようにします。視線と涙液の蒸発率の関係性は高く、目と同じ高さで下を見ている時では、目と同じ高さで見ている時の方が、20~30%も目が乾燥しやすくなります。つまり、視線は下向きの方が「ドライアイ」となる可能性は低くなります。



〒510-0892 四日市市泊山崎町13-3

0593-49-1151

F A X 0593-49-3211

E-mail info@yotsuba.com  
URL http://www.yotsuba.com/

#### 心理テストの結果

- A 1 . あなたにふさわしい家族構成 (家族の人数)
- A 2 . パートナーに対する思い
- A 3 . 家庭の危機に遭遇した時の対処の仕方
- A 4 . 結婚に対して抱いている憧れや不安

ガーデニングは、生命ある植物を慈しみ育てる、ということで、「家族」や「結婚」を象徴しています。さてあなたの結果は.....?

以上、環境・福利委員会でした。





# よつば人物解体新書⑫

『さんって、どんな人かしら??』  
見た目だけではわからない...  
実は...な部分を探ります!!

Question  
樋口さんってどんな人??

第12回目の犠牲者は樋口さんです!!  
今回も事務所のみんなに聞いてみました。

永遠の乙女.....みたいな(笑)

- 顔も性格も可愛く、守ってあげたいタイプ。という意見がありました(笑)箱入り娘が箱から飛び出すのは.....  
果たしていつの日か??

今月のヒットNo.1

リアクション大魔王!

- リアクションが大きくておもしろい。そういえば、よく手をたたいてのけぞって笑っています(笑) 本人自覚済みらしい



よつば通信の総責任者。  
- 仕事等は細かな部分まできちんとして、  
思ったことはやり遂げる頑張りやさんです。



本人より一言

明けましておめでとうございます。

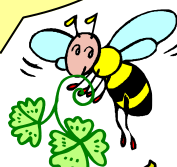
私は、'よつば通信'の編集担当をしております、樋口真紀と申します。12号目において、ついに'人物解体新書'が私のもとにもまわってきてしまいました(笑)このコーナー、本人には誰からどんな意見がでたかは秘密なのです。いつもは編集する側で、気楽にみんなからの意見をまとめておりましたが、今回は逆。どんな意見がでるかドキドキしました(^.^)事前に、「いいこと書いてくださいね!!」と念押し(脅迫?)するなど、反則技(!?)も使ってみました、結果は如何に??

さて、周りからの人物像はみんなに任せて、私自身の自己紹介をしたいと思います。  
私は日本史が大好きです。歴史にはロマンがあります(笑)また、itがあるからおもしろいです。今ハマっているのは、戦国と幕末です。戦国は織田信長、幕末は新選組が好きです。どちらも、自らの意志を貫く、強い信念を持っているところに惹かれます。なんでも興味をもつと、とことん調べないと気がすまない性格の私にとって、歴史はまさにツボ。本などで調べたり、現地へ赴いて直接見たり、好きなことだからこその何をするのも楽しいです。そんな私の今年の目標は、「月に一度の遠出!!」。  
大好きな史跡散策を前面に押し出し、インドア傾向を治そうと思います。

'よつば通信'を編集するようになってから、いろいろな場所に出かけるようになりました。ついつい史跡散策の話が多くなってしまっているので、興味がない方にはおもしろくないかもしれませんが(^.^)でも、興味がない方にもおもしろく読んでもらいたいなと思ひ、がんばって書いております。楽しんでいただければ幸いです。

では、今年もよろしくお祈りいたします。(樋口真紀)

“よつばち”です。  
私の特別なお花(お客様)を紹介します。



## よつばち倶楽部

優しい従業員さんと、可愛い猫ちゃんが迎えてくれる、とっても暖かい会社です。  
天然の木の味わいと、それを生かす自然塗料のよさ、自然素材のよさを体験してみませんか?

株式会社 古市材木店

〒510-0951  
四日市市小古曾東三丁目7-27  
TEL 0593-45-0523  
FAX 0593-45-0624

Http://www.ruhe-natural.net  
(こちらのHPから商品を確認することができます。)

よつばち倶楽部に出演してくださるお客様を募集しています。  
ご希望の方は担当者までお知らせください。  
応募多数の場合は、順次掲載させていただきます。

## 株式会社 古市材木店

素材の仕入れから、乾燥・製品化・出荷まで当社で責任をもってご提供いたします。  
床材に使ってもよし、壁材に使ってもよし、天井に貼ってよしの国産杉板!加工形状もお客様のご要望に応じ、対応が可能です。  
自然素材をふんだんに使った家づくりに興味のある方、どうぞお気軽にご相談下さい。

私が対応させていただきますニャ



看板猫のチョコです。

## オールマイティ 杉30mm・40mm 厚板(実加工付)



人と環境に優しく作業性に優れた  
天然木材保護塗料

プラネットカラーシリーズ

子供の玩具、木の食器にも塗装可能  
100%植物油と植物ワックスのみで製造  
塗料の粘度が低いので簡単塗装  
塗装面でも木の呼吸が可能  
ワックス掛け不要、メンテナンスは水拭きでOK

「人と環境にやさしい無公害塗料で塗装をお考えの方、シックハウスやアレルギーが心配という方に適した天然の木材保護塗料です。」  
「自然な木の肌合いをそのままに撥水性を出すことができます。」

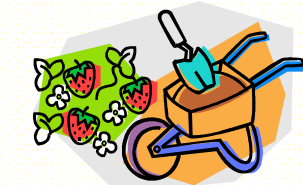
こちらもおすすめです!!



## 心理テスト ~ガーデニング~

以下の質問にお答え下さい。

- Q1. あなたはガーデニングに挑戦してみることにしました。  
手作りの庭に、あなたは何種類くらいの花を植えようと思いますか。
- Q2. 大切に育てた花が、ある日突然、あなたに話しかけてきました。  
花は、何と言いましたか。
- Q3. 昨夜の嵐のせいで、せっかく作った庭はメチャクチャ。さあ、どうしましょう。
- Q4. ところで、あなたはガーデニングが好きですか。好きならその理由を教えてください。  
もし、興味がないなら、その理由を教えてください。



テストの結果は裏面をご覧ください。