

# よつばニュース!

当事務所では「3ヶ月に1冊、経営関係の本を読む」という課題があります。本を読んで、自分にも取り入れられることや実行できること、それをいつまでにやるか等をまとめた読書感想文を提出することになっています。この課題の主旨は、ずばり「考える力を育てる」こと。多くの情報を吸収して、新しいアイデア・発想を生み出す。また、考える力をつけて、経営者発想を少しでも身につけるために、この課題ができました。

しかし、本といっても小説などではなく、「自己啓発書」や「ビジネス書」。毎度なかなか思うようにまとまらず苦戦しております。小説だと易々とその世界に入り込んでいけるのに、難しい本だとなついつい別世界へ誘われてしまいます。まだまだ修行がたりないです(苦笑)

これまでの課題図書です。皆様もいかがですか?

神田 昌典(著)【フォレスト出版】  
あなたの会社が90日で儲かる!  
-感情マーケティングでお客をつかむ

本田 健(著)【大和書房】  
ユダヤ人大富豪の教え  
-幸せな金持ちになる17の秘訣

稲盛 和夫(著)【サンマーク出版】  
生き方  
-人間として一番大切なこと



辛い(!?)読書感想文

## 祝 創刊2周年!!

よつば通信も2周年を迎えました!今年も、たくさんの方から嬉しいお声をいただきました。本当にありがとうございます。今後も、所内のことをいろいろ載せて、皆様にお伝えしていこうと思っております。

皆様のお声はパワーの源、ご意見・ご感想など、これからもよろしくお願ひいたします。



## 3月3日は??

今年は、折り紙で「おひなさま」を作りました。2月下旬から3月3日まで、応接間等に飾ったのですが気付いてもらえましたか?今回、久しぶりに折り紙の本を見ましたが、手作りというのもいいものですね(笑)



## お客様の声、大募集!!

“よつば通信”はいかがでしたでしょうか?これからいろいろな企画で盛り上がっていきたく思いますので、よつば総合事務所についてのご意見・ご感想をお聞かせください。いいこと・悪いこと、どんなことでも結構です。

是非、あなた様の声をお聞かせください。



# よつば通信

# No. 13

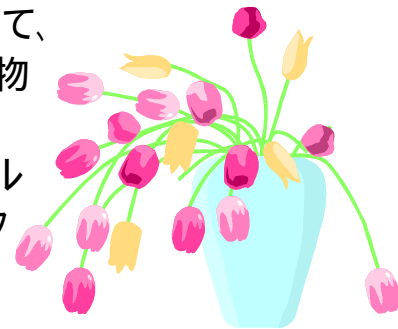
## 春の楽しみ方。



こんにちは。少しずつ暖かく感じる日が増えてきました。皆様、いかがお過ごしでしょうか?春は、花見などの楽しい行事がいっぱいです。今年の桜の開花予測では、早いところで3月中旬からだとか!?この辺りも下旬くらいからのようです。そろそろ花見の計画をたててみてはいかがでしょう?

私はこの春、ガーデニングを楽しもうと思っています。昨年の秋からガーデニングに興味を持ちました。きっかけは、花苗のセール(笑)安かったので、ちょっと植えてみようかな.....という軽い気持ちで始めたのですが、予想以上に周りに好評だったのです。それで調子に乗ってやり始めたら、これがなかなかおもしろい!?今ではすっかり趣味の一つになっております。しかし、それまでは鉢植えを買ってきて飾ることはあっても、自ら植え育てることがなかったので、まったくの初心者。おもしろさとともに難しさにも直面しました。「こんなのが作りたい!」と、見本と同じようにやってみても、花はうまく育たないし、花壇はうまくまとまらない.....虫はつくわ、飼い猫にひっくり返されるわで、アクシデント続きでした(苦笑)でも、苦労した分愛着もわいて、毎週せっせと花がら摘みや草抜きをしています。今では、土や植物に触れると心がリフレッシュするようになりました。

さて、季節の変わり目であるこの時期は、体調を崩しやすくホルモンバランスも乱れがちです。ホルモンバランスの乱れには、ビタミンEが効くらしいですよ。くれぐれもご自愛ください。(樋口真紀)



## 疲労のバロメーター「肩こり」

疲労のバロメーターでもある「肩こり」は、普段のちょっとした生活習慣を変える事でずいぶん軽減されます。(肩こりの原因となる生活習慣とは、悪い姿勢・ストレス・疲労の積み重ね・運動不足などです。)

### 【特に肩こりになりやすい人】

長時間パソコンを使うデスクワーク中心の人  
常に上半身を動かしている人、常に物を持つ仕事に携わっている人  
ストレスからくる精神的緊張と肉体疲労のためやすい人



### 【肩こり対策】

デスクワークでは、1時間ごとに休憩をはさみ、姿勢を変える。肩を回すなどの簡単な体操をする。(首を回すと、頸椎の老化を促進して肩こりの原因になるので、やりすぎないように) マッサージや肩たたきも効果はあるが、あまり強くやりすぎるとかえって悪化させる。首・肩を温めて血液の循環を良くする。(熱をもった肩こりには冷湿布、慢性の肩こりには温湿布が良い) お風呂に浸かってストレッチ。シャワーの水圧を高めて肩や首筋に5分ほどかける。腰痛、肩こり、目の疲労にはメコパラミンがよく効く。(メコパラミンとは、レバーやイワシなどに含まれるビタミンB12の一種)

自分の症状にあった治療法、予防法を見つけて下さい。何をしても良くならない.....そんなときは、たかが肩こりと思わず、速やかに医療機関を訪れて下さい。(環境・福利委員会)



〒510-0892 四日市市泊山崎町13-3

059-349-1151

F A X 059-349-3211

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



『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!!

# よつば人物解体新書⑬

Question  
清水さんってどんな人??

第13回目の犠牲者は清水さんです!!  
今回も事務所のみんなに聞いてみました。

仕事が早い!!

- この意見が多数出ていました。  
集中力があり、仕事が早いです。



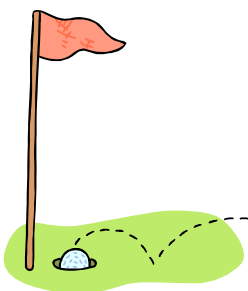
今月のヒットNo.1

今年は人生の大イベントあり!!

- ご結婚、おめでとうございます! 今、事務所で一番“幸せ色”に輝いている人です(^\_^)

美人。  
! 才色兼備。知り合いからお人形さん  
みたいと言われた... なんていつ意見も  
出ていましたよ(笑)

お酒好き!  
! 一酒飲みで、仕事もこなす。一筋縄では  
いかない。仕事もこなす。一筋縄では  
いかない。(笑)



本人より一言

こんにちは。清水たか子と申します。  
このよつば通信に登場するにあたって自己紹介として何を書こうかと思案  
しましたが、今一番私の頭を占めているゴルフについて書こうと思います。  
この春で、ゴルフをはじめて丸3年になります。  
ベストスコア91、でも平均100~110...くらい、ずっと我流でしていましたが、  
さてここいらでレッスンプロにでも習ってみるか、とレッスンはじめて約半年...  
今がこれまでに最も下手な気がします(^\_^)  
本当に上手になりたいのですが、なかなか思うようにはいかず、なんだか~と  
悩んでいます。  
...と、こんな他愛もないことで頭が一杯な私ですが、この春、結婚すること  
になりました。結婚してもゴルフに励み...いえ、仕事にも励みたいと思います。  
よろしくお願いします。(清水たか子)

噂の愛犬、クッキーちゃん。  
こんな目で見つめられたら、なん  
でも許しちゃいそうですね(笑)



“よつばち”です。  
私の特別なお花(お客  
様)を紹介します。



きれいなお店で、とてもおいしいです。特にピザがオススメだとか!?  
ワインもおいしいそうですよ。

有限会社 ファルファール TEL 0594-41-0321  
〒511-1122 桑名市長島町松ヶ島91-1 FAX 0593-41-0311  
<http://www6.cty-net.ne.jp/~yy-ito/newpage2.htm>

よつばち倶楽部に出演して下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。

“ありがとう”を大切に  
ファルファールでは日頃のお客様の御愛顧に感謝を込め  
ランチ・ディナーのメニューをリニューアルし、更にグレードアップ致します。  
家族みなさんで、お友達同士で、恋人同士で... 大切なひとときを当店でお過ごし下さい。  
真心こもったサービス、真心こもった料理を御用意し、皆様の御来店をお待ちしております。

◎ランチ ¥1,000  
7種類のピスタ 10種類のサラダバー  
4種類のピザ の中より1品+ ※ピザだけでなく新鮮な食材を  
3種類のドリア ※ピザだけでなく新鮮な食材を  
使った一品料理も登場

◎ディナー  
◎ベアセットA ¥2,300(一人¥1,150)  
11種類のピスタ 10種類の + ドリンク  
8種類のピザ の中より1品+ サラダバー (12種類)

◎ベアセットB ¥4,200(一人¥2,100)  
サーロインステーキ 21種類の 10種類の ドリンク  
(和風オリジナルソース) + パスタ + サラダバー + (22種類)

◎情報  
誕生日の方へのサービス  
TEL予約でディナー個室の方

イタリアンダイニング ファルファール  
アルバイト募集中 16才~、土・日・休日出る人  
営業 11:00~15:30 (16:00ラストオーダー) 定休日 月曜日(祝日は営業致します)  
時間 17:30~22:30 (21:30ラストオーダー) 桑名市長島町(桑名・伊賀から車で10分) 0594-41-0321

## ☆キャンペーンのお知らせ☆

2006年4月1日~9月30日の期間、よつばでは  
“お客様紹介キャンペーン”を実施させていただきます。

あなた様のまわりで、会計処理や申告に悩んでみえる方や、  
新たに会社・お店を始められる方、相続・贈与の処理、  
税金についてお困りの方はみえませんか?

そのような方がみえましたらご紹介ください。  
ご紹介いただいた方には、図書カード(5,000円分)を  
プレゼントさせていただきます。