

## 歓迎会

2月に、瀧本祐介さんの歓迎会を行いました。  
新たなメンバーを迎え、所内がさらに活気づきました(笑)



よつば総合事務所に、新たにメンバーが一人増えました。前号(新春の号)にて事務長が予告した通り、フレッシュな男性スタッフです(笑)



よつば通信も、ついに3周年を迎えました!!  
3年も続けられたのは、読んでくださり、お声をかけてくださる皆様のおかげです。皆様のお声は、本当に励みになります。これからも、ご意見・ご感想等、是非お聞かせくださいね。

そういえば、創刊時に発足した、歩き隊(ウォーキング)に、痩せ隊(ダイエット)は、いったいどうなってしまったのでしょうか??  
最近では、すっかり活動報告が得られなくなってしまいました(笑)  
そんな中、最近新たな隊が設立されたという情報を聞きました!  
?新たな隊、それは、よつば'飛び隊'(縄跳び)!!  
ダイエットが目的らしいので、痩せ隊の延長でしょうか?  
昼休みになると、外から楽しげ(?)な声が聞こえてきます。

# 祝 創刊3周年!!!

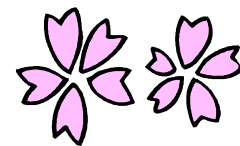


(本人より一言)

はじめまして、瀧本祐介です。色々勉強中ですが、皆様のお役に立てよう頑張りますので、よろしくお願いします。



# よつば通信



## No. 18

## 禍転じて福となす!?

こんにちは。もうすぐそこまで春が来ていますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。今年は、本当に暖かいですね。いつもなら、冷たい風に身の縮む思いをするはずなのに、冬という感じがしません。さすがに、ここまで暖かいと「大丈夫なのかな?」と少し心配になってしまいます。

さて私は先日、滋賀県にある田村神社へ厄払いに行ってきました。田村神社は、坂上田村麻呂(さかのうえのたむらまろ)を祭神としています。御存じの方も多いかと思いますが、厄除け、交通安全の神様としても有名です。その昔、鈴鹿峠に一匹の鬼が住んでいて、峠を通る旅人を捕らえては食べていました。これを聞いた坂上田村麻呂が鈴鹿へやってきて鬼を弓で射ると、鬼は息絶えました。この日が2月18日だったので、田村神社の厄除祭は2月18日を中心に3日間行われ、厄除けの符として矢が用いられるようになったといわれています。さらに、神社の中を流れている御手洗川に、節分の福豆を自分の年の数だけ流すと、禍も流れると言われていています。福豆は、川の側にちゃんと売っています(^\_^)。生まれた年を言うと、袋に入った福豆をくれます。私も、1年を無事に過ごせるようお祈りをして、福豆を流してきました。これで厄年もばっちり??です。「禍転じて福となす」ということわざを地でいく1年にしたいと思います(^\_^)。(小池さおり)



## 新陳代謝を高める

~うるおい効果をもたらし、代謝をアップさせるコツ~



お風呂は、一日の疲れを癒してくれます。また、女性にとっては美容効果を上げる絶好の時間。ただ、湯船につかり体を温めるだけで、血行を促進する温熱作用が新陳代謝を活性化!? そうすると、新しい細胞が生まれ出される肌の代謝サイクルが整います。その効果を高め、さらにうるおい力がアップする入浴方法を取り入れてみませんか!?

**ポイント1**: お湯の温度は **38~40** に 血行が促進され、リラックス効果が!?  
体の芯からじっくりと温まるには、**39** くらいのお湯に**15分**以上つかるのがベスト。  
**40** 程度のお湯は朝の目覚まし効果も??

**ポイント2**: 入浴前に**水をコップ一杯** 汗をかきやすくする効果が!?  
血液がスムーズに循環するためにもコップ一杯の水を入浴前に。発砲水なら炭酸ガスの効果で、より血行促進作用があるとか?? 入浴後は失った水分を補うためにもさらに常温の水を一杯。

## 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。



〒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⑱

第18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。

Question  
清水さんってどんな人??

しっかり者。  
—正義感があって、自分の考えを素直に  
実行できる頑張りやさんです。



かわいい。

- 笑い上戸(\*^\_^\*)  
いつもニコニコ笑顔に、癒されます。



三人姉妹の一番末娘です。  
二人の姉に育てられました。  
成功か失敗か...?

今月のヒットNo.1

おちゃめちゃん(\*^\_^\*)

- 少し抜けてる(笑)  
天然ボケがはいているところがおいしい!!



とにかく、かしこい!  
—なんでもできちゃう何事にも一生懸命  
で元氣はつもの明るい人です。

### 本人より一言

春です。旅立ちの季節です!皆様、どこかへ旅立ちたくてうずうずしてらっしゃいませんか?  
今回、人物解体されました清水香住と申します。いつもお世話になっております。  
そして、うずうずしているのは他ならぬこの私。行きたい所が山程あります。でも今は、しばし我慢我慢。せめて、過去の楽しい思い出にでもひたってみたいと思います。  
一番心に残っている旅は、大学生の時分にした“アメリカ横断”。サンフランシスコからニューヨークまで、グレイハウンドバスや鉄道を乗り継いで安い宿に泊り、一ヶ月程旅をしました。いわゆる“バックパッカー”です。毎日毎日、いろんな事がありました。1つ1つが全て新鮮でした。もちろん楽しいことばかりではありません。日本人だからといって食事を買ってくれない土地があったり、通りを歩いているだけで「yellow yellow」と差別用語を投げかけられたり、道端で四方からスプレーをかけられたり、などなど。荒っぽいこともたくさんでしたが、一刻一刻がとてもありアルで、自由感と緊張感が常に共存していました。  
自分の命は実は皮膚一枚でしか覆えていないんだということに、初めて気が付きました。日本にいと、意識する必要のないこと。普段、いかに守られた環境の中で生活していることが。あー、あの感触をすっかり忘れてしまっていました。日常だって気の持ち次第。守られていることに甘んじて、ただただ温存されるか、それとも、いつも危機感をどこかに持って一瞬一瞬を大切にしていけるか。  
世の中には落とし穴がたくさんあり、落ちたことにも気付かず、そのまま猛進してしまうところのある私ですが、これからも何卒よろしく願います。(清水香住)

“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

ポールクロックなど、レトロで  
素敵な時計がいっぱいです。  
所内でも、すでに購入した人が  
いますが、インテリア  
としても最適らしい  
ですよ。

有限会社 ケイズプランニング  
〒513-0041  
鈴鹿市長太新町3-2-44  
TEL 059-395-3509  
FAX 059-385-7526  
E-mail info@kzplanning.co.jp

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。

当店はハワードミラー、リッジウェイ社の日本正規販売店です。  
憶れていても日本では高価な為なかなか手に入らないフロアクロック  
ですが、歴史ある現地メーカーと直接取引を行っているためにお手ご  
ろな価格でご提供いたしております。  
その他、お祝いなどに最適なアンティーク調の掛時計、置時計なども  
取り扱っております。

PENDULUM  
CLOCK SHOP



現在はネットショップを中心に販売を行っており  
ます。http://store.yahoo.co.jp/pendulum/  
直接ご連絡をいただければ、ネットショップ価格  
の5%OFFにさせていただきます。  
ご希望の方は実際の商品を見ていただくことも  
できますので、どうぞお気軽にご連絡ください。



【ご連絡先】  
有限会社 ケイズプランニング  
TEL: 059-395-3509  
FAX: 059-385-7526  
E-mail: info@kzplanning.co.jp

お酒は人類の歴史とともに存在してきました。昔から「酒は百薬の長」といわれ正しくつき  
合えば、精神や健康、社会生活を営む上でも大きな効用があります。

## お酒の効用

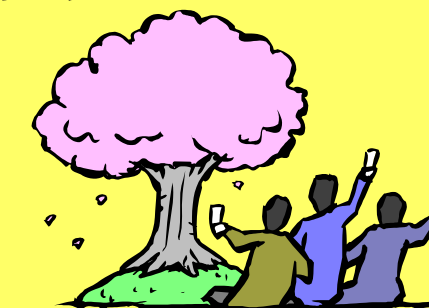
**食欲の増進**.....胃液の分泌がさかんになり、消化を助ける。

**ストレスの解消**.....ほろ酔い程度の飲酒は、理性の働きを適当に  
ゆるめ、緊張から解放されます。心がのびのびストレス解消、発想の転換も。

**疲労回復**.....アルコールには血行をよくする働きがあります。利尿作用により  
身体にたまった疲労のもとになる老廃物を洗い流す。

**人間関係**.....冠婚葬祭、歓送迎等、お酒を仲立ちにしてコミュニケー  
ションを図ることで、人間関係を円滑に維持する。

**Jカーブ効果**.....適量なお酒を適正に飲んでいる人は、全く飲まない人  
や大量に飲む人に比べて、死亡率が低い。これを示す  
グラフの形から「Jカーブ効果」と呼ばれている。



お酒は、一人でも二人でも大勢でも、とにかく楽しく飲みたいものです。さあ、春もまたお酒が  
おいしい季節、歓送迎会・お花見など、マナーを守って楽しくお酒を飲みましょう!!