

アスモ・たんぽぽ新聞

アスモ新聞はアスモのホームページ <http://www.asumo-kaigo.jp/> からご覧になれます。

上記のアドレスが【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。

「人に喜ばれる仕事を!!」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

平成23年8月発行

第71号



〒165-0026
中野区新井1-26-4 オスカマンション2F

☎ 03-5318-4007

「情熱の塊」



代表取締役 堂浩一

情熱がないと人生を歩んでいけない。花左足が小児麻痺で不自由になった3歳の時から役思っていた。中学卒業後、靴屋で修行を積んでいたが、働き詰めで体を壊し結核を患ってしまった。途方に暮れ汽車へ飛び込みとうまで考えた。

経営者の講演会で聞いたひとこまでです。講師は、現在急成長中の“情熱ホルモン”の社長、川辺清氏。講演前、トイレで隣合せになった川辺氏は杖を付いて歩いており、まさかその日の講師であるとは思いませんでした。1年以上も前に聞いた講演ですが、今でもその時の川辺氏の姿を鮮明に覚えています。

川辺氏の話は続きます。

自殺の一手手前で、自分を思う母の為、家で心配して待っていてくれる母の為に思いとどまった。そして、病気を克服し、靴職人としてひとり立ちをするのである。

21歳の頃取引先で、生まれて初めて焼肉を食べた。「世の中にこんな美味しいものがあつたんか」と涙が出るほど美味しく、その時の七輪が鮮明に記憶に焼きついた。

その後50歳の年、ある問屋さんの食事に招待されて目に入ったのは、21歳当時と同じ焼肉をする為の七輪。それを見た瞬間、30年前に初めて焼肉を食べさせてもらったあの感動がはつきりと蘇り、思わず涙がこぼれた。そして「この美味しい焼肉をたくさんの人に食べてもらいたい。自分も焼肉屋をやりたい。」そう強く思い、焼肉「五苑」一号店をオープン。

川辺氏は、焼肉屋は定食屋、ステーキは料亭のように捉えており、ホルモンを誤解していた。ホルモンとは、「放るもん」と呼ばれるとおり、立ち食い居酒屋で出す程のものだと思っていた。でも大阪の店舗でホルモンを扱うとなつて、調べてみると印象がガラッと変わった。種類は30種類、新鮮、元気がつく、魚よりもカロリーが低い、コラーゲンも沢山ある。体にいいものばかりだと気付いた。

「これこそ人間にとつての元気の源、そや、「情熱の源や」と思ったんや。はあこれはええなと思つた。これは男性ではなく女性に来てもらう店やなと思つた。カウンターもなくそうと思つた。女性が一人で来て広い席に通してあげようと思つた。女性にホルモンのことを女性の視点で説明できる「おかみ」もたくさん育てた。



「このようにホルモンの印象をどんどん変えていきたい。だから今月も、来月も店舗出店を予定しています。これが出るのは社員のおかげ。全部人のおかげだと思えますよ。私に出来ることはたったひとつ、人に任すことでしょうか。元氣よく声を出すことでしょうか。私は情熱の塊かもわからん。」

「とにかく人生プラス思考で生きると言っています。ありがたいと思つたら全てが有り難く思えてくる。そんな自分がマイナス思考で見たら自分が弱く思えてくる。そんな自分が好きか?この会社が悪いと言ひ出したらあかん。給料もらつて、会社の悪口言つたら伸びるはずなんですわ。ええ会社ですわ。給料もらつて言われたらお客も会社も心から「頑張れよー」いう気持ちになりますわ。」

「うちの会社は8割は社員でもつてますな、2割が私の役割ですわ。私が出ることは給料払うことと、プラス思考の大切さを話すことですね。これが社長業ちゃうかな。もうそれしかないでしょ! ええ会社作るには。信頼したら社員はものすごい伸びるでしょ。ええ土壤作るには幸せ移して信頼していくしかないです。」

ホルモンと川辺氏の生き方が重なります。

私も、23歳の時、社会に出て1年目、会社が東京に営業所を開設することになりました。誰を東京に行かせるかというところで、何人かに声を掛けたようですが、その中で志願したのは私だけだったようです。会社側は、新人を一人で動かせるかどうか迷つたようですが、何もない中で市場を開拓するためには、逆に経験や固定観念がない方がいいと判断したようです。

今、思えば当時就職した会社は、何の実績もない私を全面的に信頼し東京に送りだしてくれました。もちろん私はそれに応えようと一生懸命仕事に取り組む、会社の売上げの3割を東京が占めるまでになりました。

仕事を通じて得ることの楽しさや自分自身への誇りは、積極的に仕事に向かうという姿勢がなければ得られません。私がそれを体験で得心したことが、今日の我が社のあり方になっています。私はほとんど業務に口を挟さむことはありません。一番大切なことは、働く人に会社を好きになつてもらい、楽しく仕事をしてもらうことだと思っています。もちろん会社が存続するための利益はなくてはなりません、会社があることの一歩の意味は働く人のためにあると考えているからです。そのような会社であることが、よいサービスを生み出し、ひいてはご利用者様の為になるのだと、私は考えています。これからは社員が情熱をもって働ける環境を作っていきたいと思ひます。



ゴーヤのおはなし



ダイエツト効果、高血圧・糖尿病・がん予防などのうわさの高いゴーヤ。ビタミンCや食物繊維・カリウムも豊富な夏野菜です。地元では「にがうり」と呼ばれ、夏バテしない、胃腸にいいと食べられています。熱を加えてもほとんどビタミンが壊れないのも魅力。あの独特の苦味が、ちよつと・・・という方も調理方法によって緩和されます。この夏は、ゴーヤで乗り切ってみませんか？



ゴーヤチャンプル

材料（4人分）

ゴーヤ1本、玉子2個、豆腐1丁（厚揚げでもよい）、けずり節、塩コシヨウ適量

豚肉150g位（スパム缶、ツナ缶、ひき肉、ハムでもよい）

野菜（もやし1/2袋、たまねぎ1/2個、人参1/3本）その他ありあわせの野菜（ニラ、赤ピーマン、長ネギ等でもよい）

調味料（A）酒大1、味噌大1、かつおだし小1、砂糖小1

- ①ゴーヤを縦半分になり、スプーンで種をくりぬきうす切りにする。塩もみして水洗いし、水気を切っておく。（苦味の嫌な方はさつと茹でこぼしてもよい）
- ②豆腐は水きりしておく。豚肉と、洗った野菜は食べやすい大きさに切る。
- ③フライパンに油を熱し、豚肉、野菜、ゴーヤを炒め（A）で味付けする。（味がうすければ塩コシヨウする）
- ④豆腐を手で粗くくずしながら入れ、なじんだら、玉子をいいてどじろ。お皿に盛り、けずり節をふる。

ゴーヤジュース

種とわたを取ったゴーヤと少量の水をジューサーにかけて、はちみつを加える。

酢の物

チャンプルの①とわかめ、カニかまぼこ等を三杯酢で和える。（面倒ならポン酢でも可）



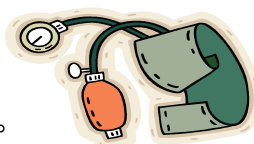
たかゆ先生の

ここから健康になりましょう♪



8月に入り、また暑さが戻ってきましたね。今回は高血圧についてお話したいと思います。「高血圧」と聞いてドキッとすることもいらっしゃるのではないのでしょうか？まず「血圧」について理解しましょう。

心臓は、血液を強い力で全身に送り出します。この時、動脈の血管壁に内側からかかる力を血圧といいます。血圧には、心臓から血液が送り出される時の収縮期血圧と、心臓が満たされた時の拡張期血圧があります。高血圧とは収縮期血圧が140mmHg以上、拡張期血圧が90mmHg以上のことを指します。



次に高血圧の種類と原因です。高血圧には2種類あります。

一つ目は腎臓病や内分泌系の病気、薬剤などの影響で起こる「二次性高血圧」。

一方、はっきりした原因がわからない「本態性高血圧」。これは遺伝的な要因や、塩分の多い食事や飲酒、運動不足などの生活習慣、ストレスなどの環境要因（職場や家庭）が加わって発症すると考えられています。

高血圧の方は、大半が本態性高血圧に分類されると思います。では、血圧が上がるとどうなるのでしょうか？血管の壁は本来、弾力性があるのですが、高血圧の状態が続くといつも張り詰めた状態になり、次第に厚く硬くなってきます。そして血管の一部に脂肪やカルシウムが沈着すると、さらに硬くなり、血管の流れる部分が狭くなります。これが動脈硬化です。



動脈硬化の発生場所によっては、脳卒中や心臓病などの病気を引き起こす危険性があります。本当に怖いのは、高血圧から生じる動脈硬化なのです。高血圧にならないための注意として、規則正しい生活、ストレス解消、禁酒・禁煙、減塩の心がけ、適度な運動などが挙げられます。

高血圧は一度罹患すると、長く付き合っていかなければならないものです。重大な合併症を防ぐためにも主治医とよく相談し、薬の服用とともに食事療法、運動療法を続けることが重要です。



ここから整骨院
中野区大和町1-65-4 増田ビル1F
<http://www.cocokara.clinic.net/>
TEL&FAX 03-5364-9090 日・祝休



アスモ・たんぽぽ新聞第71号



発行所 在宅介護センター・アスモ