

なごみ庵

月第53号



今月のごあいさつ

いつもなごみ庵をご愛読頂きありがとうございます。3月号は上田が担当致します。

今年も3か月が過ぎ、最近は時間の流れが早く感じるなと感じます。花粉症の方にとっては、あまり好きになれない月でもありますが、みなさまは3月と言うと何を思い浮べますか？卒業式や、ホワイトデーなどがありますが、ひな祭りが1番思い浮べる方が多いのではないのでしょうか？ふと、ひな祭りってなぜ始まったのかが気になったので、調べてみましたが、ひな祭りの起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けを願うために始まったそうです。昔と今とは同じ祭りでも意味合いが変わっているのは面白さもあり、同時に伝統として祭りが継承されてきたのはすごいことだなと思います。父親がひな祭りの生まれで、いつも複雑な誕生日を迎えていたと話をしていたので昔は女の子の祭りじゃなかったんだと、そっと父親に伝えたいと思う今日この頃です。(上田)



シルバーとっぷ郡山

福島県郡山市方八町2丁目1-37

TEL 024-941-1155

FAX 024-942-2258

福祉用具専門相談員 4名
社員数5名

◆弊社の事業内容はホームページでも
ご確認頂けます

<http://www.silvertop.org>

全ての方に

オシャレの提案

いくつになってもおしゃれをしたい。しかし、車いすだと何かと制限がかかってしまう。ましてや着物なんて無理だと最初から諦めている方は、たくさんいらっしゃるかもしません。

愛知県春日井市にある貸衣装店「はなよめ工房」の中島社長はそんな常識を覆し、座ったままでも着られる着物を考案しました。

生地を折り返す「おはしより」に工夫を施しました。おはしよりのところで上下に分割した着用を留意します。ファスナー付きの筒型の下衣に足を通し、上衣も前から腕を通すだけ。車いすでも楽な姿勢で15分ほどで帯まで着けることが可能です。座った姿は普通

の着物と全く変わりません。全国に発送レンタルしているレンタル料は通常の着物とほぼ同じ4万〜25万円。「店に向くのも大変なはず」と電話やインターネットで全国発送に対応しています。



どうしても機能が先行してしまい、シャリシャリウェットになりがちです。喜寿や傘寿のご自身のライフイベントを演出する選択肢の一つとしてとても魅力的だと思えます。

また、ご本人にとって外出する動機づけになるかもしれません。

業界の常識を疑うことで新たな価値を提供する中島社長の取り組みを見習わなといけませんね。

(事務管理部 小峯啓友)

算し足の暮らしの心

心が伝わる手紙

手紙を書いたりもらったりする機会が少なくなりました。でも、手書きの手紙はやっぱりうれしいもの。そこで、心が伝わる手紙の「コツ」を紹介しましょう。

暮らしの足

まず、文面について。あらためた手紙なら別ですが、友人などに出す普段の手紙なら、飾らない言葉を選びましょう。「元気でいます。最近、ヨガをはじめました」というように、メールを打つような感覚で大丈夫。なお、さわやかな天気の日や午前中に書く、明るい雰囲気の内面になります。

次に筆記用具について。万年筆がおすすめです、独特のじみがかみや味わいを添えてくれます。インクの色は青や茶色にすると、明るい印象になります。

象になります。
使せんやハガキ
選びも楽しみたい
もの。たとえば相
手が猫好きなら、



猫モチーフの使せんは、「自分の好きなものを覚えていてくれた」と、喜ばれるでしょう。名前にちなんだ絵柄のハガキ(小百合さん、百合子さんからユリの絵柄など)にするなども遊び心を感じさせますね。

手紙のよさは一方通行でもよいこと。メールだと、受けとったまま返信しないと印象が悪くしてしまいますが、手紙なら、返事を書かなくても大丈夫な場合が多いものです。相手に気を使わなくて済む点が、手紙のやさしさとも言えます。短い文章で十分です。友人や知人に、久しぶりに手紙を書いてみませんか。

神はいなくても人は生きて死ぬだけだ。
人生を楽しめばいいんだよ。

—— ウディ・アレン

ウディ・アレンはアメリカ人の映画監督であり、俳優。多くの自作映画に出演もしていて、ダイアン・キートンと共演した「アニー・ホール」で、アカデミー賞を受賞しています。1986年の作品、同様にアカデミー脚本賞などを受賞した「ハンナとその姉妹」で、ウディ・アレン演じるミッキーが言ったセリフが冒頭のもの。

が悟ったのが、「人生は楽しめばいいんだ」ということ。冒頭のセリフには続きがあります。「何も深刻に考えることはない。だから、暗い人生を送ることはやめて、ないものねだりの答えも求めず、命の続くかぎり楽しむんだ」。

ミッキーはテレビ番組のプロデューサーなのですが、病気恐怖症。脳に腫瘍があるかもしれないと医者に言われてから、死に対する恐怖を大きく抱くようになります。宗教を変えてみたり、自殺しようとしてみたり……。

結局、腫瘍は良性だから、病気恐怖症を克服するのです。そのとき、彼

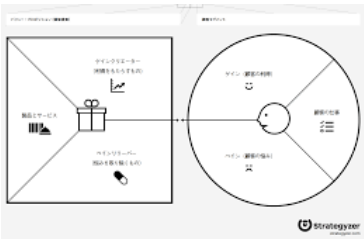
結局、腫瘍は良性だから、病気恐怖症を克服するのです。そのとき、彼



メンバーの気持ち

こんにちは。今月も当社のワークシヨップを紹介いたします。

今月は、「バリユープロポジシヨンキャンパス」という志向ツールを使って、顧客視点で考え抜くというワークシヨップを行いました。左記のキャンパスを活用します。



顧客視点で考え抜くこと

このキャンパスは、顧客を3つの領域で把握するためのものです。

3つの領域とは・・・

- 人生や仕事で達成したいこと
- 苦痛に感じていること
- 喜びを感じていること

になります。このワークの難しさは、自分たちが提供しているサービスを一切考えないこと。これが実に難しい！。実際に特養を顧客とみなしてやってみると・・・「介護の負担が大きい」「特殊浴槽が古くて使い勝手が悪い」

など、自分たちの提供しているサービスを前提に、顧客を考えてしまうんですね。より顧客視点で考えるならば・・・「ボランティアが集まらない」「施設の魅力がうまく伝えられない」

などの意見が出てくるべきだと思います。考えては付箋に書く作業をこなしていきます

そして、次に行う作業は出てきた付箋を重要性の高い順にランク付けしていきます。

【当社の提案は満たしているか】
ランク付けしたら次は、当社のサービスが付箋に書かれている苦痛を解消できるのか、または喜びをさらに倍増をすることができているかをチェックしていきます。できるならば○、できなければ×とつけた具合です。

ここで大事なことはランクの高い付箋に○がついているかどうかです。○がついていれば、当社が顧客に大きく貢献していると考ええることが出来ます。
【疑い続けること】
ここまでがワークシヨップで

行った内容です。

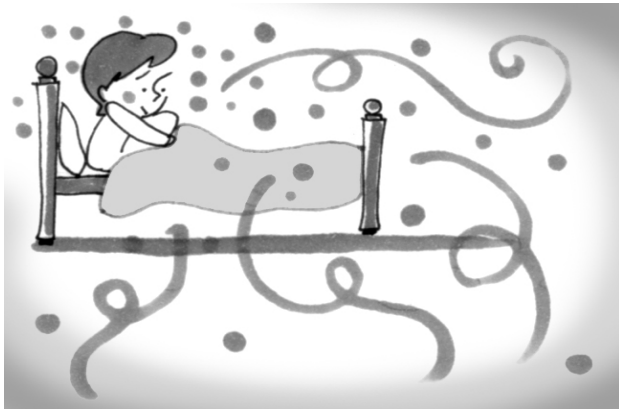
しかし、ここで満足してはいけません。なぜなら、私たちが勝手に「顧客はこんなことを考えているだろう」と予測しているため、本当の顧客の声を把握できていないからです。あくまでも仮説でしかありません。本当の声を把握するため、アンケートやヒアリング、場合によっては一緒に作業するなどして、顧客理解に努めなければ、喜んでもらえるサービスなど生まれません。

【多様化するニーズ】

今までは「高齢者」という大きな属性で顧客を捉えていましたが、現代は趣味や思考といった行動様式に分けてマーケティングすることが一般的です。ワークシヨップを重ねながら、顧客の今のニーズを捉え、良いサービスを開発してまいります。

(事務管理部 小峯啓反)

人生を開く扉



気が進まないことを
しなければならぬときは
なぜ嫌なのか
なぜしたくないのかを
考えましょう
そして、どうしたら
楽しく行えるかを考え
工夫してみましょう

出会うないな」という人は、タンスの中を確認してみてもいい。
洗う方などにもよりますが、下着の寿命はおおよそ1年くらい。それ以外にも、色あせ、ほつれ、毛玉が出来たなどの下着は、運氣アップのためには処分したいものです。処分する際は、一旦紙に包むか紙袋や封筒などに入れてから、所定のゴミ袋に入れて。
新しい下着を購入する際は、運氣アップの色を意識してみましょう。白は気を浄化する作用が。仕事運には緑、青を。人との縁はオレンジを。クリーム色なら全体運が高まり、現状よりモランクアップできます。

ほのぼのの開運術

<下着で運氣アップ>

下着は衣服の中で、もっとも体に近いところに着けるもの。しかも、直接肌に触れるので、下着次第で運氣が大きく左右されます。

まず基本的なことですが、くたびれた下着は運氣を下げてしまいます。とくに恋愛運や出会い運に影響大。「最近、あまりいい人と



★難しい漢字の読みに挑戦★

以下は食品名です。読めますか？

- | | |
|------|------|
| 1、扁桃 | 2、大蒜 |
| 3、豌豆 | 4、甘蕉 |



【正解】 1、アーモンド／2、ニンニク／3、エンドウ／4、バナナ

【解説】「扁桃」と言えば、口の中の部位。

風邪で赤く腫れたりするところです。実は、形がアーモンドに似ていることから、「扁桃」の漢字が使われました。

「なごみのアロマライフ」

3月は「ジャスミン」

今月のアロマポイント <甘い香りで気持ちを落ち着かせる>



「精油の宝石」と呼ばれるジャスミンは、素晴らしい香りで古くから人々を魅了してきました。有名なところでは、クレオパトラが好んで使った香りだとされています。また、インドやアラブ地域などでは、「媚薬」としても使われてきた香りです。

ジャスミンは1〜3mくらいの高さの灌木で、8月から10月にかけて白い花を咲かせ、周囲に魅惑的な香りを漂わせます。その花から採取されるのが、ジャスミンの精油。香りの特徴としては、優雅で甘く、フローラル。気持ちを高揚させる香りです。実際、快感ホルモンと呼ばれる「ドーパミン」の分泌を促す作用があるとか。やる気を起こす効果が期待できます。また、不安な気持ちや落ち込み、ストレスなどを解消させる効果もあります。

ジャスミンの花1キロからとれる精油は、たった1ミリリットル。10ミリリットルの小ビンで、150000〜250000円ととても高価です。ただし、香りが強いので、ほんの少量でも効果を発揮できるでしょう。

管理者の独り言

こんにちは。シルバーとっぴ郡山の甫喜山です。

3月に入りまして、年度末の関係にてお忙しいと思いますが、休憩中など空き時間にこの「なごみ庵」を活用していただければと思います。

さて、先月話題にさせていただいた、家族スキー情報ですが、子供たちのスクールを取り止めて、いきなりゴンドラにて登って行きました。

娘も初めは緊張からか、ぎこちなさがありました。途中からは一人で滑る・止まるが出来る様になり、なんとなくカーブも止まらずに曲がれるといった上達がありました。

お兄ちゃんは未だに恐怖心と闘いながら滑走していますが、下の子は強いですね。

2回目のゴンドラでは、娘は一人で勝手に滑り、兄は父とゆっくりと滑っていました。

今年の目標である、家族スキーが楽しめたことに驚いております。



甫喜山 純一