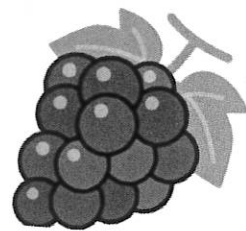


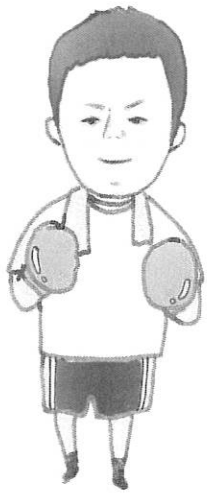
ニュース番組でも初雪や朝霜の話題が出てくるようになり
ました。急に朝日晩が冷え込んできましたので1本調を崩さないよ
うにしたいものです。さて、私たちの会社においては、夏以降、コ
ロナ禍の混濁から次第に落ち着きを取り戻し、むしろ7月までが業
績数々も回復傾向に転じました。メンバーの皆さんには感謝
しかありません。しかし数ヶ月を振り返ってみると、私自身、外出活
動が制限されることを言い訳にして、内向きになってしまいがちであ
ったのではないかと、「自らが」という当事者意識の源泉が薄まっているこ
とがなかったか、この文章を書きながら反省をしています。年末の足
音が聞こえてきました。稀代の教育者、森信三先生が「逆境
は神の恩寵的試練なり」とお言葉を述べられたように、本年はま
さに小生の志の女口可が叩かれる日々でした。本稿をお読みの
皆さんとともに、率^そ失して挑戦心と当事者意識を整え、そして仲間
に伝播していくよう情熱を持って経営に立ち向かっていこうと心新たに
しています。代表取締役会長(CEO兼CFO) 加藤滋樹



11月15日は七五三、この日に固定されるようになったのは江戸
時代、三代将軍家光が後の五代将軍綱吉の袴着の儀式を
この日に示したからだと言われます。将軍家の七五三がこの日と
なったのは、11月15日が「鬼宿日」と呼ばれる吉日だったから
です。「鬼宿日」とは日の吉凶判断などに使われる二十八
宿の一つで、二十八宿中の最良の日とされています。中国では
星座のことを「星宿」といい、二十八宿は中国で「暦を作るため
に月の存在する位置を示す目印として選ばれた28の星座のことです。
故事に思いを馳せながら、子どもたちの未来を紡いでゆく、そんな生き
方をしていきたいと改めて感じました。代表取締役COO兼CMO
加藤 優

皆様には毎日健康にお仕事に取り組んでいただけるように、ヘルスケア情報を毎月お届けしております。今回は「ほろこりお腹改善にオススメ! 辛いこない! 毎日の簡単シェイプアップ豆知識3」(筋肉をつけてスーツの似合う縦型の体を目指そう編)についてです。ダイエットをしている方で注意して欲しいのは、有酸素運動や食事制限のみではなく、無酸素運動(筋トレ)も定期的に行うことが大切です。有酸素運動で無駄な脂肪を落とすことは、健康のためにもシェイプアップのためにも大切です。しかし、引き締まった体を作るには筋トレが欠かせません。有酸素運動で脂肪を落とすだけでは、皮膚が伸び、メリハリのない体になってしまいます。また、基礎代謝も低下してしまうのでダイエット後にリバウンドをしてしまうリスク等もあります。何と云っても筋肉をつけて縦型の体型向きにスーツは作られていますので、ぜひ筋トレを定期的に行って縦型のキレイな引き締まった体を作っていきます! 次回は「続けられる! 筋トレの種類や適性頻度」をお伝えします。

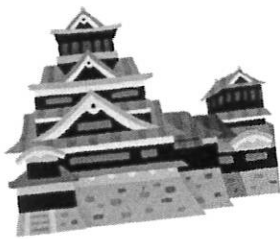
専務取締役 営業本部長 高橋 綾太



《One phrase English》What do you do? または What's your occupation? このように質問されたら、なんと答えられますか? このフレーズは「あなたには何をしている人ですか?」と尋ねているので、職業を答えます。職業を答えるときに、"salary (給料)" をもらう "man (男性)" を意味するサラリーマンと答える人もいるのではないうでしょうか。この単語は和製英語で、最近では海外でも知られるようになってきており、英語辞典にも "A Japanese white-collar businessman" と定義されているので、相手に理解してもらえそうです。もし、それ何? と言われたら、英語で「会社員」と言う場合は "businessperson" "company employee" 又は "office worker" と言います。女性の場合は、日本では "office lady" の略の OL と言いますが、英語で男性と同じ "office worker" を使います。いずれも専門職や役職を答えることもあるので、自分に当てはまるフレーズを知っているといいですね。

国内・海外人材事業部 藤井 夏子

腸は超大事!!! 幸せの鍵は腸が握っている!? についてお伝えしていきます。まずは「第一弾、腸の機能」についてお話ししたいと思います。皆さんは腸と聞いてどんな事を想像しますか? 食べ物の消化・吸収、便を作るのに大事な所... などなど。なんとなくわかっていて、はっきりと分からない方も多いのでは無いかと思います。まずは、消化、吸収、排泄が一般的に知られている機能です。また腸は自律神経の支配下で24時間絶え間なく働き、人の意志とは関係なく自らの意思で働いています。そのため「第二の脳(セカンドブレイン)」とも呼ばれています。そう名前がつくくらい、賢く大切な器官なのは想像がつくのでは無いでしょうか。そして、腸には免疫細胞の7割が存在する、幸福ホルモンの9割を生産する、など健康には欠かせない本能的に大切な機能があるのです。見た目の美しさは腸で決まる!!! これを聞いたら女性はハエ〜じゃ清ませられませんよね。では次回は一つ一つ詳しくご説明いたします。北九州営業所 営業部副部長 中田香織



先日、友人と熊本城について話をしていました。「落とせない!」と言われつづけていた熊本城。西郷隆盛は、何故わざわざ熊本城に向かったのか? 「熊本城も落とせる!」と思いついたのか? それとも... 「もう軍役を終わりにしたい」と思って向かったのか?

正解はわからない事ではあるが、たまには正解がわからないことを友人と話しているのは面白かったです。

正解のよいものを探る。

たくさん視点から考えられるので、こんなゆったりとした時間の過ごし方は、贅沢な日時間だと感じました。

関東営業所 営業部副部長 中島 千恵

