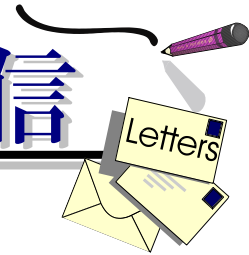


KANRIMAN通信

- EDITED BY KIKUCHI -



天皇皇后両陛下が、昨年崩御されたプミポン前国王の弔問のため、3月にタイに立ち寄られることが決まりました。

民間の30日の服喪期間が明けても、100日法要が終わっても、まだ大勢の国民が喪に服し続けるタイですから、両陛下のプミポン前国王とタイ王室へのお気持ちがタイの人々にダイレクトに伝わることを思います。

ストレスの多い海外駐在ですが、良好な日タイ関係が維持されていることは、カンリマンの皆様にとって有難く、喜ばしいことでしょう。そんな日々の感想等、このKANRIMAN通信にどうぞお寄せ下さい。

ご投稿、お待ち致しております。

妻からの贈り物

嫁さんが日本にいた3年間、ずっと家に引きこもっているのも気づまりとのことで、小遣い稼ぎを兼ねて、近所のバラ園(ショップ)にパートに出ていた。今回、そのヘソクリを使って、50歳、独立10周年記念で何かしてくれるという。

以前から、いつかスコットランドでレンタカーを駆って、リンクス(ゴルフ場)巡りをしたいと言っていたこともあり、旅行プレゼントを考えていたようだが、推計で1人100万円以上かかることが判明。断念。自分的にも50歳でこの旅行をしてしまうと、その後、ゴルフに対する気が抜けてしまうような感じがして、もう少しあの夢として取っておきたいと思った。

結局、クラウンマークの腕時計をリクエストし、記念品としてもらった。(ありがとう!)仕事服は、あいかわらず上下ともカジュアルなユニクロだし、目を血走らせながら申告書を書いているので、我ながら全く似合わないなあと思う。が、大事に長く使って、いつかはこの時計が似合う男になりたいと思った。

(コバヤシ)

奥様が素敵なのは、もちろんコバヤシさんが素敵なお方だからです。読者の胸の中も温まります。あらためて、50歳と独立10周年、おめでとうございます。還暦&独立20周年のお祝いはクラウンマークの腕時計を身に付けて、夫婦でスコットランドのリンクス巡りに決定?ですね。

、(っ▽)っ

私的昭和歌謡劇場—vol. 36 森山加代子「白い蝶のサンバ」

読者の皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年中は当コラムのご愛読誠にありがとうございました。本年もどうぞよろしくお祈りします。

さて再来年には天皇陛下の生前退位に伴う元号改正があるとの報道。これですます「昭和」が遠くなりに

けり…ですなア。もう気分はすっかり古老のサロンキティでございます。

今年第一回目に取り上げるのはこちら。かなりマイナーな選択かとは思いましたが、森山加代子さんという歌手を覚えていらっしゃいますか？昭和 30 年代半ばに「月影のナポリ」や「メロンの気持」などの洋楽を歌ってヒットを飛ばした女性歌手です。その後、しばらくクラブやジャズ喫茶で活動を続けていたようですが、昭和 45 年(1970 年)に「白い蝶のサンバ」でメジャー歌手に返り咲きます。これは曲名にあるように軽快なサンバなのですが、国産の歌謡曲らしいメロディーも相まって、森山加代子の魅力満載の仕上がりになっています。この時期はミニスカートからマキシスカート、サイケデリックなどさまざまなオシャレが流行った戦後ファッションの黎明期でもありました。そんなファッショントレンドを歌とともに表現したのがほかならぬ東芝とコロムビア所属の女性歌手たちです。歌唱力抜群、整形を堂々とカミングアウトした弘田三枝子、小悪魔的な魅力を醸し出した奥村チヨ、抜群のボディとパンチの効いた歌で日本人にはないメンタリティを見せつけた欧陽菲菲、ビートの効いた歌でミニスカートがよく似合った黛ジュン、「ブルーライト・ヨコハマ」が大ヒットしたいしだあゆみ、キュートな魅力で当時のファッショントレンドをけん引した小川知子などなど。ファッションと音楽が、日本経済の高度成長期に密接にリンクしていた時代でした。

余談ですが、私が長いブランクを経て、この「白い蝶のサンバ」を聞いたのは、ある一本の映画の中です。読者の皆さんでこの映画を観たことのある人は何人いるでしょうか？私も偶然借りたビデオでこの曲に遭遇したのです。映画のタイトルは、ずばり「昭和歌謡大全集」。平成 15 年度(2003 年)作品。ストーリーがぶっ飛んでいるかなり奇天烈な映画です。社会に適應できない 6 人の若者は、皆で集まっては深夜に昭和の歌謡曲を歌うのが唯一の楽しみ。ある日、彼らの一人が路上で中年の女性を殺害し、この事件を発端に若者対オバさんの壮絶なバトルが繰り広げられる。この劇中に登場する歌のひとつが「白い蝶のサンバ」だったので。ほかには尾崎紀世彦の「また逢う日まで」、ピンキーとキラーズの「恋の季節」、加山雄三の「君といつまでも」、城卓也の「骨まで愛して」など昭和歌謡好きにとってはたまらないラインナップになっています。ところでこの映画の結末ですが、あまりにも非現実的かつブラックユーモア的な終わり方とだけ言っておきましょう。原作が村上龍と聴いて納得しました。観てみてください。かなりキテます、この映画。

<https://youtu.be/wZSU7ahexFY>

(サロンキティ)

森山加代子さんをはじめ、サロンキティさんが名前を上げられた歌手の皆さん全員が懐かしく、バーン！とビジュアルが歌と共に浮かびます。ストーリーがぶっつんでるといふ「昭和歌謡大全集」は懐かしいというより、怖いもの見たさ？

Q3*o.. ✨



会計・税務・法律・経営等 Q&Aサービスでバッチリ! ?

Q&A サービスは、月報購読会員のみを対象としたサービスです。月報と組み合わせていただくことで無敵の情報源となります。電話と FAX で会計・税務・法律・経営等、お気軽にお尋ねください。初歩的なことでも複雑なことでも構いません。月 5,000 パーツの定額料金ですから、料金を気にせずにご利用いただけ、聞けば聞くほどお得になります。月 5,000 パーツで日本人の質問にあれこれ答えてくれるスタッフなんてどこにもいませんよ！お申込み、お問い合わせは、02-439-2671 の川島まで。ホームページでも申込書を手いただけます。



**KANRIMAN 通信 特設リング**

BY立川剛 UNIVERSAL VIDEO COOPERATION CO.,LTD

899/307 Nantawan Onnut Onnut Rd Pravate Bangkok 10250

TEL: (02)349-6110 FAX: (02)349-6111 WEB: <http://www.uvcth.com/>**グルジアとトルコの旅**

年末年始になると友人から「今回はどこへ旅行に行くのですか」と良く聞かれます。そして行き先を告げると「どうしてですか！」と必ず聞かれます。私が「フランスとドイツです」と答えれば「どうしてですか」と聞く人はいないでしょう。誰でも行きたい観光地だし、どんな箇所か想像できますからね。私は想像できない国に行くのが楽しいので、今回はトルコに寄ってグルジアに行くことにしました。友人からは「トルコはテロが頻発しているので、危険ですよ」と散々言われました。確かに昨年はイスタンブールの空港で爆破テロがあり 45 名が死亡、観光地で自爆テロがありドイツ人が 12 名死亡、その他にもテロが頻発している上に、クーデター未遂事件で約 300 名が死亡しています。年末にはナイトクラブでテロリストによる銃乱射事件で約 40 名が死亡、他にもロシア大使が射殺されるテロ事件も起こっています。でも 3 年前にトルコに行った時にとても良かったので、結局今回も行くことにしました。

イスタンブール観光は今がチャンス

中国人観光客は 3 年前同様、もの凄く多いのですが全体数が減っているために、今がイスタンブール観光の最大のチャンスですよ！早朝空港からホテルに着くと「あなたが予約した部屋は景色が悪いスタンダードの部屋ですが、今回は特別にブルーモスクが見える豪華な部屋にアップグレードしましょう！ついでにまだ朝食を取るので、今朝から朝食もお付けしますよ！」との大サービス！！どこも観光客が激減しているから良いサービスを受けられます。さらに 3 年前にイスタンブールに来た時には観光地はどこも長蛇の列で待ち時間が多くて大変でした。しかし今回は待ち時間がほぼゼロ！！効率良く観光することが出来ますよ！

ドルマバフチェ宮殿は貸し切りでした

3 年前に行って感動したので、どうしても再訪したかったのがオスマン帝国の栄華を極めたドルマバフチェ宮殿です。ここには豪華絢爛な 285 の部屋、46 の巨大なホールがあります。まさに千夜一夜物語を現実にした素晴らしい宮殿ですが、3 年前は入り口で長蛇の列、セキュリティで長蛇の列、券売所で長蛇の列、と物凄く待ったのですが、今回は誰もおらず待ち時間ゼロ！宮殿の広大な中庭に入ると何と私一人だけでした。ドルマバフチェ宮殿を私一人で独占状態！東京ディズニーランドを一人だけの貸し切りしているようなイメージですよ。おかげさまで最高に贅沢な時間を過ごすことができました！

トルコ人は親日家が多いです

中国人観光客が多いために待ちを歩くと「ニイハオ！」と頻繁に声を掛けられます。

私はその度に「私は中国人では無く、日本人ですよ」と訂正するのですが、日本人と分かると、笑顔になり「私は日本人が大好きです！」「日本人を尊敬しています！」と喜んで貰えます。道に迷っていると「あなたは日本人ですか！私がホテルまで来るまで送るから乗って下さい」と本当に優しい人ばかりでした。

グルジアはワイン発祥の地です

グルジアはワイン発祥の地で空港のイミグレで「我が国のワインは最高ですよ」と赤ワインのボトルを1本貰いました。ワインも激安で100パーツ出せば、かなり良いワインを1本飲むことができます。生ビールは大ジョッキで1杯25パーツ程度ですから、酒飲みには最高の国ですね！首都のトビリシはチェンライのような小さな街ですが、街の作りがソ連時代の影響で無用に大きい建物ばかりです。見るべき観光地は皆無ですから、私のような「未知の国の街ブラを楽しむ」人向けの国ですね。

トビリシの見所は廃墟です

恐怖映画やお化け屋敷など怖いもの見たさは誰にでもあります。廃墟もその一つですね。私も廃墟のノスタルジックと恐怖が混ざった雰囲気が好きで、チェルノブイリ原発ツアーで30年前のソ連の都市が廃墟を見て感動したものでした。しかしトビリシの旧市街地は凄いです！廃墟同然の街に人が住んでいますからね。旧ソ連の時代に建てられた民家がちょうど崩れ始めているため、普通の人々が生活しながら廃墟に近い状態となっているのです。一見スラム街のように見えるのですが、普通の街であり人々が普通に生活しています。ひびが入って2つに割れた家、木の棒で倒壊を防いでいる家、屋根が崩れてしまいビニールシートを被せている家など「こんなところに人が住んでいるのか！」と驚きました。特に広大な大統領官邸の直横に廃墟のような家が並んでいたのは、この国の経済力を感じさせましたね。

グルジアは温泉が最高です！

グルジアは日本と同じで温泉に入る風習があります。トビリシには温泉がたくさんあり、1時間400パーツでトイレと休憩部屋付きの個室でゆっくりと温泉に入ることが出来ます。湯船はプールと呼ぶほど大きくて、立って浸かると首のところまでお湯があります。気になる湯加減ですが、これが日本人にぴったりの温度で感動しました！最初に縁に腰掛けて足湯、プールの中段に座って肩まで浸かり、そして底まで降りて立って浸かる。火照って来たら大理石のベッドに寝そべり、また足湯から始めることを繰り返すとまさに極楽！あつと言うまの1時間でした。トビリシ滞在中は毎晩、あまりの気持ちよさに温泉に通っていました。ちなみにグルジア料理は日本人の口に合い、とても美味しいです！ヒンカリと言う水餃子がメインなのですが、これが本当に美味しい！トルコ料理は正直、あまり美味しくないのが毎晩、食事に困るのですが、グルジアはレストランでヒンカリとサラダ、ボルシチのようなスープそして肉か魚を1品頼んでビール込みで300パーツ程度ですから激安で美味しい料理が堪能できます。

※トルコとグルジアの旅の詳細 Facebook に掲載しています。私のHPから Facebook にアクセスして下さい。

「想像できない国に行くのが楽しい」って、凄くカッコいいです。
それで、行かれたら120%楽しんでいらっしゃるところも、カッコいいです。
今回の旅行記、宮殿・廃墟・お食事・ワイン、どれも魅力的ですが、弊社事務所が寒すぎるせいか、今はグルジアの温泉で暖まりたい～

(๑~๑)

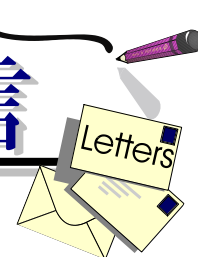
KANRIMAN通信 大募集！

- [送付方法] ワード文書、原稿用紙、手書き、メール等、FAXまたはE-MAILでどうぞ。
[お名前] 本名、ペンネーム、イニシャルなんでも構いません。
[応募資格] 月報購読担当者に限らず、自分はKANRIMANだと思う方なら、どなたでも！
[宛先] FAX: 02-439-2670 MAIL: tellusgp@gmail.com ATTN. KIKUCHI



KANRIMAN通信

- EDITED BY KIKUCHI -



今月13日に野良犬の保護団体Soi Dog Foundationの共同創設者ジル・ダリーが58歳で病没しました。夫婦でプーケットに移住し、Soi Dogの活動に打ち込んできたジルの死を悼んでいたら、コバヤシ氏から愛犬の死について、そしてサロンキティさんからはSoi Dog & Cat Rescueを通じて退職祝いに子犬をプレゼントしたというお話をご投稿いただきました。

昨年崩御されたラーマ9世プミポン国王の犬好きもとても有名で、国王自らが書かれた「トンデーン」という雑種の愛犬の物語は、タイでベストセラーになりました。タイ人は呼び捨てではなく「クン・トンデーン」と呼びます。『奇跡の名犬物語』という書名で邦訳も出ており、トンデーンの忠誠心や我慢強さ、頭の良さが綴られています。



2014年のプミポン国王の年賀状。クン・トンデーンと。

皆様も身近に起こった出来事、感動した映画や本の話など、是非ご投稿下さい。お待ちしております。

ソールメイト逝く

上のチワワが、肺に水が溜まったとのことで緊急入院、翌日死んだ。
10歳と1か月。嫁さんは子供のように可愛がっていたので哀しみは深い。
深夜、病院からの電話に気付かず、間際を看取ってやれなかったことに悔いが残る。
傍目から見るとバカバカしく見えるかもしれないが、葬式をあげお墓に葬ってあげたかった。ただ、伝手もなく、結局、病院にそのまま他の犬とまとめて火葬を頼んだ。
父親が死んだ時も思ったことだが、葬式だとかお墓だとかは生きている人々の満足のためにやっているに過ぎない、そう自分に言い聞かせた。
残った骨はどこかにまとめて捨てられたことだろう。
自分は暫くこの世にとどまるが、いつかあの世で会おう！おさらば！

(コバヤシ)

奥様が日本にいらっしゃる間、奥様に代わり毎日コバヤシさんの帰りを待っていていた子でしょうか？人でも動物でも、傍にいたものの死は悲しく、寂しいものですが、「いつかあの世で会える」と思うと、悲しみが薄らぐ気がします。合掌

(-^--)

メッセンジャーさんへの退職祝い

今日はどうしてもこの話を皆さんに聴いてもらいたく、筆を取りました(筆かよ、古いな。すいません FB やツイッターやらないもので…)。
私が勤務する会社にはあだ名がジャックさんという大変真面目で信頼のおけるメッセンジャーがいます。彼の仕事はバイク便で書類を届けたりするだけでなく、銀行へのお遣いも頼んでいるほど皆の信用がある人物。一度届けた会社や建物はすぐに覚えるので、何度も同じことを繰り返す必要がない。要するに賢いのです。で、このジャックさんがこのたび故郷のウッタラディットに帰って、魚の養殖業を始めるので退職するという。みんな

なに好かれている人物なので、彼の退職は非常に残念ではあるが、応援してあげましょう！ということになりました。そこで送別の気持ちを表すのに何がよいかと仲間たちでアイデアを出しあったところ、とてもすてきな方法を思いついたのです！それは何かというと犬好きのジャックにただ単に犬をプレゼントするのではなく、野良犬や野良ネコの保護団体 ”Soi Dog & Cat Rescue” の里親探しサイトから、ジャックにお気に入りの一匹を選んでもらう。その際に私たち仲間の募ったお金をジャックの名前で同団体に寄付をするというものです。ジャックは早速、バンコク郊外にある犬舎に行き可愛らしい雑種の子犬を一匹選んできました。「スア（虎）」という名前もつけていました。この贈り物、いいアイデアだと思いませんか？ワンちゃんには飼い主が見つかり、保護団体へは寄付が施され、ジャックのところには大好きな犬がやってきた、そして贈り主である私たちも社会に有益なことが出来た。みんなハッピー！！このワンちゃんを見るたびにジャックは私たちのことを思い出してくれるでしょう。ありがとう、ジャック！

(サロンキティ)

スアがウツラディットの自然の中を嬉しそうに走り回り、ジャックさんが呼ぶとしっぽを振って駆け寄ってくる姿が目に見えるようです。みんなハッピー、そしてこの話を讀んだみんなもハッピー！ですね。

d(´▽`*)ネッ!

私的昭和歌謡劇場—vol. 37 アン・ルイス「グッド・バイ・マイ・ラブ」

さて、今回はアン・ルイスが歌う切ない恋のバラード、「グッド・バイ・マイ・ラブ」です。

これも私の大好きなカラオケの定番曲のひとつ。愛し合った男女が別れを決意。辛い別れだけれどもお互いのためにはこれしかないの。今日から別々の道を歩みましょう。でもあなたと出会えたことは忘れない！さようなら、私の恋よ、ってなストーリーですね。これが心に染みるいい歌なんです。それもそのはず、作詞：なかにし礼、作曲：平尾昌晃のゴールデンコンビによる昭和 49 年(1974 年)の作品。この当時アンちゃんは若干 18 歳でしたが、ハーフの女の子はガタイも大きく、一人前の大人の女性然としてましたね。でもしゃべると中身はまだ十代のおんなの子でしたけれども。その後、アンちゃんはロック・ミュージシャンの桑名正博と結婚。ロックなカッコいい夫婦として、シーナ & ロケッツと双壁をなしていましたね。しかし一児をもうけるも 4 年後に離婚。皮肉にもこの年に、吉川晃司と絡んで歌った「六本木心中」—昭和 55 年(1980 年)が大ヒットします。二人ともホントかっこいいのよ！アンちゃんのステージ衣装もゴージャスでかわいい！それから数年後にリリースされた「あゝ無情」という歌もよかったなあ。「六本木…」、「あゝ無情」ともに作詞は湯川れい子、作曲はロックミュージシャンの NOBODY。「あゝ無情」は平成 18 年(2006 年)になってから、米倉涼子、松下由樹共演のドロドロ不倫ドラマ「不信のとき」の主題歌にもなりました。

これまで知らなかったけど、彼女はある時期からパニック障害で音楽活動をしばらく休んでいました。平成 23 年(2010 年)にはかつて親しかった研ナオコが、ロス在住の彼女を訪ねて取材に行ったテレビ番組を見ました。思ったほどデブになっても、老けてもいませんでした。アメリカの田舎にいる元ロック少女が善良なおばちゃんになった姿といえばよいか。昔はあんなにおしゃれで可愛かったのに(遠い目をしながら…)時は残酷だと思いました。それから 2 年後の 2012 年には、桑名氏が脳幹出血で倒れ、3 ヶ月後に意識不明のまま亡くなってしまう。もうすでに別れて新しい家庭を持った元夫の危篤。結局葬儀には出席しなかったアン・ルイスさんですが、その背景にはいろいろ複雑な事情もあったのだろうと拝察します。画像は若さではちきれんばかりの 18 歳のアンちゃん。

https://youtu.be/Tmq_Sc7u-M4

(サロンキティ)

またまた口の悪いサロンキティさん。歳を重ねたアン・ルイスさんを善良なおばちゃん呼ばわりです。この歌がヒットした頃、彼女はとびっきり可愛いくて、甘い声でこのバラードを歌っていましたね。確かに、気持ちを込めてカラオケで熱唱するのにピッタリの昭和の名曲です。

(´Д`)♀〜



KANRIMAN 通信 特設リング

BY立川剛 UNIVERSAL VIDEO COOPERATION CO.,LTD

899/307 Nantawan Onnut Onnut Rd Pravate Bangkok 10250

TEL: (02)349-6110 FAX: (02)349-6111 WEB: <http://www.uvcth.com/>

実践！管理者心得：5S 活動で必要な 3 つの見える化とは

1: 5S のルールが分からなかった

工場の共有箇所の清掃が行き届いておらず、とても汚れていました。私は管理者に「この共有箇所は汚いが、清掃を行ったのか。清掃のルールはどのようになっているのだ」と質問しました。「ここは共有箇所なので複数の課が分担して清掃を行うことになっています。今日は月曜日ですから清掃担当は〇〇課です。」「それではその課の担当者と呼んでください」と言われ、しばらくすると、〇〇課の担当者がやってきたので、私は「今日はお前の課で清掃するルールとなっているが、本当に清掃を行ったのか」と質問しました。担当者は「今日は私の課ではありませんよ。ですから清掃をしていません」と言い出したのです。管理者は慌てて「何を言っているのだ。今日の清掃担当はあなたの課のはずだ」と怒り始めました。「確かに先月までは月曜日でした。しかし今月から火曜日に変更になったのです」「だれがそんなことを決めたのだ。私は聞いていないぞ」とこのように担当者と管理者の言い合いは水掛け論となってしまったのです。私は「ルールが見える化が出来ていないから、このような問題が生じるのだ」と厳しく指導行っただけです。

2: 5S 活動で必要な 3 つの見える化とは

「見える化」とは問題の発生を常に見えるようにすることで、問題の発生防止と早期発見を行う管理のことです。5S 活動を定着させるには、この見える化による管理が必要です。

1) 定位置の見える化を行う

工場にある全てのものには、その置き場所が決まっています。この置き場所は誰でも分かるように、表示や看板などで見える化することが大切です。この見える化により「どこに戻せば良いか分からない」との問題を防ぐことが出来ます。さらにあるべき場所にもものがあつたり、あってはいけない箇所にもものがあるなどの異常が目で見えて直ぐに分かるようになります。

2) ルールの見える化を行う

清掃を複数の課で行っているように、多くの人が関係しているケースは 5S のルールを見える化します。ルールの見える化として A4 の紙にルールを書いたものを貼っているケースがありますが、文字が小さいし、誰も関心を持たずに読まないことが多いのです。

ルールはなるべく大きく表示して、誰でも常に見えるようにします。ルールは定期的に関係者に説明して、全員がルールを常に理解している状態に管理します。

3) 担当者と責任者の見える化を行う

5S 活動でルールが守られていないなどの問題が発生した場合のために、そのルールを守る担当者、ルールを守らせる責任者の名前を見える化します。担当者と責任者はできるだけ大きく書いて、写真も合わせて貼り出すようにします。名前見える化により担当者や責任者は「ルールを守らなければいけない」と感じてルールを守るようになりますし、問題発生時に直ぐに呼び出して注意を行うことが出来るようになります。

見える化すれば、使ったものを定位置に戻すのも簡単ですし、うっかりやるべき任務を忘れていても、見える化されていれば他の人が気付いて注意するなど、フォローもできますね。職場だけでなく、家庭でも採り入れれば気持ち良く過ごせそうです。

q(^o^)^p

堀内佳美さんの講演会に参加しました

全盲でありながら、タイで「アークどこでも本読み隊」との NGO を立ち上げて活躍中の堀内佳美さんの講演会に行きました。アークの活動はタイの子供たちへ楽しみのための読書の喜びを知ってもらうために、チェンマイ県プラオ群にランマイ図書館を設立しました。そして移動図書館として車に本やおもちゃを積んで、本の読み聞かせを行っています。この他にもタイの少数民族の教育支援も行っているなど、タイの多くの子供達に貢献する活動を行っています。講演会では「堀内さんの生い立ち」「現在の活動」そして「今後の活動」の 3 部に分けながら、楽しい話をしてくれました。堀内さんは大学を卒業後、企業で働いていましたが「自分が楽しいと思うことをしたい！」と考えて、退職後 NGO を設立したと聞いて「やはり自分が楽しいことを実現している人は困難にも強いよなあ」と思いました。堀内さんは「図書館は本を読むだけではなく、自分の居場所としてまったりして欲しい」と言いながら、次のエピソードを紹介してくれました。

「毎月図書館に「ありがとう」と言いながら来るおばさんがいます。このおばさんに話を聞いたら、実は家族のトラブルがあり自殺も考えるほどに落ち込んでいたそうです。病院で薬を貰いながら何とか生活を送っている中、すぎるような思いで本を読んでみたところ、辛いのは自分だけではない、今のままの自分でも良いのだ。との気付きを得て救われたのです」私は子供や大人に与える本の力は本当に凄いなあと思いました。

堀内さんの凄いところは、自分で資金を集めてスタッフを雇い、図書館を設立し、さらに移動図書館や教育支援を行っているなど、健常者でも出来ないような事業を行っていること、そして苦勞も多いと思うのですが、常に明るくて前向きな姿勢で活動されていることです。私は 3 年ほど前に友人の紹介で堀内さんの誕生パーティーに参加させて頂きました。そのパーティーで全盲のハンディを全く感じさせない行動とユーモアに溢れた会話で、私は「この人は仏様のような人だな」と感じたものです。講演終了後、「私のことは覚えていないだろうな」と思いながら挨拶すると「ああ、マジシャンの立川さんでしょう！ Facebook を時々見えていますよ」と言われてビックリしました。堀内さんは今後の活動で「現地スタッフで収益が出るように運営できる団体にしたい」と言っていたのですが、これは日系起業に与えられた現地化のミッションと同じで、経営者の感覚だなと思いました。講演の最後で「私は火を起こすのが好きだから、現地スタッフで団体が廻れば、自分はアフリカでも、日本でも、ヨーロッパでもどこの国でも良いから、自分が出来ることをやって行きたい」と言っていたのですが、自分が活躍するステージを世界レベルで考えている大きな発想に「凄い人だなあ！」と改めて感心しました。これからも堀内さんの活躍を応援させて頂きたいと思います！

※堀内佳美さんの活動に興味がある方は「アークどこでも本読み隊」と検索サイトに入力すれば HP にアクセスできます。

堀内さんの活動は本当に頭が下がりますし、元気をもらえます。「アークどこでも本読み隊」のウェブサイトは日・英・タイ語なので、是非日本人やタイ人だけでなく世界中のお友達にこの活動を知ってもらって下さい！

(*´▽`)"

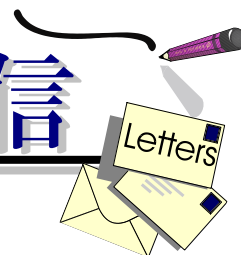
KANRIMAN通信 大募集！

- [送付方法] ワード文書、原稿用紙、手書き、メール等、FAXまたはE-MAILでどうぞ。
 [お名前] 本名、ペンネーム、イニシャルなんでも構いません。
 [応募資格] 月報購読担当者に限らず、自分はKANRIMANだと思う方なら、どなたでも！
 [宛先] FAX: 02-439-2670 MAIL: tellusgp@gmail.com ATTN. KIKUCHI



KANRIMAN通信

- EDITED BY KIKUCHI -



バンコクにしては涼しい日々が続いていたのですが、突然酷暑がやってきたように感じます。昼休みにオフィスから外に出るのを躊躇してしまうほどの日差しの強さで、冷え切ったビルから外に出ると、凍った身体がジュワツと溶けていくようです。こんなに暑いのに風邪？と思われるかもしれませんが、これからの季節、どんなに暑くても冷房対策の上着を忘れないようにしましょう。

KANRIMANの皆様からのご投稿をお待ちしております。

年度末雑感

所得税の確定申告シーズンが終了した。不景気でだいぶ帰任者も増えたせいも、昨年よりも少な目で、特段の盛り上がりもなく終了。それでも対象者は700人を軽く超えていると思う。

総括すると少し気が抜けたシーズンだった。

これが終わると、例年同様にスタッフの賞与及び昇給査定が始まる。4月決算で賞与は4月年1回、昇給は5月支給からという変則。自分が直接査定するのは上のクラス5、6人だが、そのクラスですら遅刻が多かったり、借金を会社に申し込んだりと、これでどれだけ差をつけるべきか毎年悩む。ただ、最近は、きちんとチームを掌握し結果を出していれば、黙って満額賞与を払うことでよいのかと思い定めている。

昨年、会社として10周年だったが、今年は従業員の10年勤続が数名。タイでは稀有と思うし、褒賞を考えている。当初、日本旅行と思っていたが、毎年、対象者数名で旅行ということになると、いろいろと相性の問題とかが出てくる恐れがある。具体的な名前でも考えた時、考え直した。結局、マネージャーから提案のあった銘を彫ったゴールドチップに落ち着きそう。SIMカードをちょっと大きくしたくらいの大きさだが、それでも2万パーツ以上するらしい。彼女曰く、タイ人的にはルースック・ディーとのこと。その辺に飾ることはできないし、自分はいらないと断った。当然、個人所得税が課税。

(コバヤシ)

タイでは褒賞に金製品を贈るところが結構ありますね。いざという時に現金化できるからだとか聞きますが、記念品を現金化って、ドライですよ。

(“〜”)〜

ベルリンのソロアスター教徒

先月ドイツに出張に行った際日程を調整してベルリンを初めて訪問。

本当はベルリン近郊のポツダムに行き第二次大戦時戦後処理を決定する会議が行われた場所を見たかったのですが、時差ぼけから来る疲れ、気候が寒かったこともありポツダム行きは取りやめ観光らしい観光もしなかったのですが、それでも有名なブランデンブルグ門は見物し、そこから昨年末のクリスマス市のトラクテロの現場を見に行こうとタクシーに乗ると運ちゃんがトルコ人かパキスタン人かイスラム教徒風の風貌でどこから来たのかと聞くとイランからというので、やっぱり回教徒だな、とアッサラムアレイコムとイスラムの挨拶をすると、自分は回教徒ではない、と言うので、じゃあ何ですかと問い返すと、ザラストラという答えて一瞬何じゃと思ったのですが、これはソロアスター教のことだと気づき、いろいろ話が弾みました。

インドのビザ申請に際し宗教を記入する項目があり、キリスト教、イスラム教、仏教などの下にゾロアスター教があるのでネットで調べたことがあるのですが、古代ペルシャ発祥のゾロアスター教はペルシャではすたれインドではペルシャがなまってパルシーと呼ばれ、少数派ですがタタ財閥や指揮者のズービンメータなどが有名なパルシーであることは知っていましたが、本家ペルシャのゾロアスター教徒の末裔に出会って妙に興奮。若くしてイランからドイツに移民し70歳過ぎた今も毎日ベルリンの街を運転中。日本の世界史の教科書にも拝火教としてゾロアスター教は教科書の始めの方に出てくるので記憶にある人も多いのでは。というような話もしながら人の良さそうな拝火教とのおじさんとの一期一会。

(山本小鉄)

世界史で鳥葬や沈黙の塔を習った時のゾロアスター教の強烈な印象、薄れることはありません。火を神聖視し、崇拝しているという以外の教義は何も知りませんが、ドイツのゾロアスター教徒の葬送はどうするのでしょうか？とても気になります。

(:?)

私的昭和歌謡劇場－vol. 38 いしだあゆみ「ブルーライト・ヨコハマ」

この歌が昭和歌謡を代表する歌のひとつであることは誰にも異論のないところでありましょう。私の一いわゆる偏執狂的な－1960年代後半に活躍する一連の女性歌手賛美は、このコラム第一回目の黛ジュンに始まりました。その後、小川知子、平山みき、奥村チヨ、弘田三枝子などを取り上げておりますが、いしだあゆみさんは初めての登場となりました。この「ブルーライト・ヨコハマ」は昭和43年(1968年)の歴史的な大ヒットとなった歌で、作詞：橋本淳、作曲・編曲：筒京平。作詞の橋本氏が、港の見える丘公園から見た夜景がカンヌのようだったと感嘆した事から生まれた詩で、曲もアンニュイ、しかも昭和歌謡に欠かせない憂いとか哀愁がたっぷりのお歌。つつい口ずさみたくなるメロディーゆえ、ご当地ソングの枠を超えた国民的流行歌となったことはご存知のとおりです。

しかし、私がここでお話ししたいのは「ブルーライト・ヨコハマ」のエピソードよりもむしろいしだあゆみさんの私生活についてであります。正直言って歌手としてのいしださんにはあまり興味がなかったのですが、この方が昭和55年(1980年)に元テンプターズの萩原健一(ショーケン)と結婚されたことで注目。4年後には離婚するのですが、その引き金となったのは言うまでもなくショーケンの麻薬問題でしょう。確かにショーケンは若い頃から相当やんちゃな男でしたから、いしださんもその破天荒な魅力に惹かれたのかもしれませんが。今と同じように当時も何人かの芸能人が次々麻薬不法所持で捕まっており、ショーケンもその一人でした。マスコミが大騒ぎするさなか、人気女優として活躍していたいしだあゆみは立場上、離婚を発表しますが、多分ショーケンにはまだ惚れていてホントは別れたくなかったのではないかと私は見ております(根拠はありません、女の勘)。その後のショーケンは、ムシ暮らしを経てもなお懲りない男で、飲酒運転人身事故、暴行事件、恐喝事件などを繰り返しました。またこいつの華麗なる女性遍歴が凄い！最初の妻はハーフモデルの小泉一十三、その他あまり知られていませんが女優の江並杏子、当時アントニオ猪木と結婚していた賠償美津子を略奪、クラシック音楽界ではバイオリニストの前橋汀子など軒並みいい女ばかりと付き合っています。「おんながほっとけないワルい男」ってヤツの典型ですね。チクショ～！

しかし「ちよいワルオヤジ」ならぬ「極ワルオヤジ」を貫いてきたショーケンにも年貢の納め時が来たのでしょうか。今から6年ほど前にモデルの冨田リカさんと結婚し、今は穏やかな老後を送っておられるご様子。あれあれ、いしだあゆみさんの話が最後はショーケンの話になってしまいました。でも、いしださん、まだショーケンのこと好きだと思よ～。しつこいな、わたしも。

ミニスカ姿も初々しい20代の頃のいしだあゆみあさんはこちら。

https://youtu.be/LRctzKf_BNo

(サロンキティ)

まだまだショーケンのこと、語り足りないのでは？次はザ・テンプターズの歌を取りあげて下さいませ。

(いゝゝ)

**KANRIMAN 通信 特設リング**

BY立川剛 UNIVERSAL VIDEO COOPERATION CO.,LTD

899/307 Nantawan Onnut Onnut Rd Pravate Bangkok 10250

TEL: (02)349-6110 FAX: (02)349-6111 WEB: <http://www.uvcth.com/>**実践！管理者心得：5S活動を定着させる3つのポイント****1:注意が出来ない管理者**

管理者と共に 5S 活動の様子を現場で観察していると、機械の上に工具が放置されていました。私は管理者に「メンテナンスが所定の場所に工具を戻していないぞ。すぐに注意しなさい」と言いました。管理者は「それでは明日の朝礼で注意します」と言い出したので、私は「メンテナンスはそこで作業しているのだから、今ここで注意しなさい」と指示しました。管理者は困ったような顔をしながらメンテナンスの作業員に工具を元に戻すように指示したところ、「明日この場所で使うから、まだ戻さなくていい」と反論されました。私は管理者が作業員に言い負かされては自信喪失に繋がると判断したので、管理者に近づいて「管理者に再度工具を戻すように言いなさい」と指示したのです。

管理者が再度指示すると、私の顔を見た作業員は慌てて工具を戻し始めたのです。

2:5S活動を定着させる3つのポイント

このように管理者の 5S 活動への意識が低かったり、部下を注意できないと 5S 活動を定着させることは出来ません。管理者には下記の 3 項目をよく説明して理解させることが大事なのです。

1) 管理者の 5S への意識を高める

管理者の 5S への意識を高めるには「常に言い続けること」そして「言い続けていることを、自分が率先して守ること」の 2 つが重要なのです。この 2 つを自らが言い続け、部下から「あの人は常に 5S のルールを厳守している」と言われるようになることが大切です。この常に言い続けることと、率先してルールを守る姿勢が部下の心を動かして意識が高まるのです。

2) 上司と一緒に注意を行う

管理者には「しつけの定着＝注意すること」と理解させることが大事です。管理者の中には注意することが苦手な人もいます。このような管理者に注意することに慣れてもらうために、注意する際に上司が立ち会うことも必要です。上司が立ち会えば注意されている方が「これは上司からの指示だから守らないとまずい」と感じて守るようになるし、管理者も自信が付きようになるのです。

3) 指導記録で管理を行う

指導記録とは何時、誰に、何を注意したのかを記録させることです。専用のフォーマットを作成し管理者に配布して、注意を行ったら必ずこの記録を付けさせます。これにより管理者は注意した回数や内容をデータ化され、自分の管理能力が数字で分かるため、真剣に注意を行うようになるのです。

まずは管理者がルールを守り続けて習慣として刻みこみ、指導記録でデータを見える化すれば、指導する方もされる方も 5S 活動の定着に真剣になれますね。納得です。

(^-^)>"

みちのくプロレスを観戦しました

私のコラムは「特設リング」との名前を頂いていますが、これは私が大のプロレスファンであることが由来です。私はアントニオ猪木のプロレスが大好きで、猪木が主催で 1995 年に北朝鮮の平壤で行った「平和の祭典」のプロレス興行にタイから応援に参加したほどです。平壤のメーデスタジアムに 19 万人を集めての「アントニオ猪木 VS リック・フレアー」はプロレス史に刻まれる名勝負で、これを生で観戦したのは私のプロレスファンとしての誇りです。タイに来てからは、プロレスは生で観戦する機会が激減しましたが、JAPAN EXPO THAILAND 2017 で行われた「みちのくプロレス」を観てきました。私は今回登場した新崎人生選手やスペルデルフィン選手などは 20 年以上前のデビュー当時から「週刊プロレス」でマークしていました。今回、生で 2 人の試合が観られるので、とても楽しみにしていましたが、期待通りの試合運びで素晴らしかったです！

この試合にはバンコクで活躍している中澤マイケルも参戦しましたが、じつに良い仕事をしていました！さすがにジムを経営してるだけあり、筋肉モリモリの体の上に、プロレス団体の DDT の選手だけあって、お笑いパターンにしっかり対応していました。会場を大笑いの渦に引き込んだ後、最後は大型レスラー 2 人掛かりでマットに叩きつけられてフォール負けしましたが、あの強力な技を真正面から受けきったのは、さすがに鍛え抜いた体の凄さです！

メイイベントの新崎人生 & 剣舞 & のはしたろう VS フジタ Jr ハヤト & 卍丸 & Ken45° はゴング開始と同時にいきなり場外乱闘！リングサイドで見ている私のところまで新崎選手が突っ込んできました。リングアナでタイ住みます芸人のあっぱれコイズミによる「お気をつけ下さい！」「選手に近づかないで下さい！」のプロレス会場でお馴染みの絶叫アナウンスが会場をさらに盛り上げました。新崎のお約束のロープの拝み渡りも見せてくれて大満足！最後の方で剣舞が 2 人攻撃で追い込まれていた時に新崎は場外にいたため「剣舞を見捨てて、フォール負けを許す気か！」とドキドキしたのですが、これも新崎の計算でした。剣舞があわや 3 カウントと言う時にリングインして、敵側の 2 人をシャープな蹴りで場外へ叩き出す！すかさず剣舞とのはしたろうがロープ場外へのフライングボディアタック！新崎がリングに残った相手を高角度の必殺技「念仏パワーボム」で叩きつけて完璧な勝利！昭和プロレスを絵に描いたような展開でメチャクチャ興奮しました！！

試合終了後、新崎選手は関係者をリングに上げてお礼を言ったあと、ファンと気さくに写真撮影に応じてくれました。私も握手して貰いましたが、新崎選手の体は凄いですね！筋肉と肌の張りは本当に練習に精進していることを証明していました。プロの仕事ぶりに元気をたくさん貰えた最高の試合でした。やはりプロレスは素晴らしいですね！！

プロレスを全く知らない私にも、立川氏のプロレスにかける情熱と会場の熱気が文章から伝わってきました。熱狂した観客の顔が見えるようです。

o(≧▽≦*)o〃

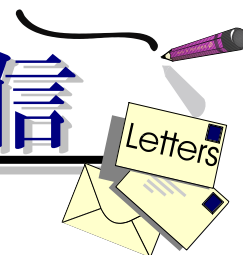
KANRIMAN通信 大募集！

- 【送付方法】 ワード文書、原稿用紙、手書き、メール等、FAXまたはE-MAILでどうぞ。
 【お名前】 本名、ペンネーム、イニシャルなんでも構いません。
 【応募資格】 月報購読担当者に限らず、自分はKANRIMANだと思う方なら、どなたでも！
 【宛先】 FAX: 02-439-2670 MAIL: tellusgp@gmail.com ATTN. KIKUCHI



KANRIMAN通信

- EDITED BY KIKUCHI -



ソクラン、皆様はどのように過ごされましたか？

今年のソクラン前に警察がピックアップの荷台への乗車を取り締まると発表し、テレビや新聞で「庶民いじめ」「警察は罰金が欲しいだけ」と騒動になりました。結局ソクラン中の取り締まりは行われず、年末までこの件での取り締まりは延期するのだそうですが、どうなるのでしょうか？

一方、後部座席のシートベルト着用義務化は発表通り取り締まるそうです。世界保健機関の統計では、2015年時点で前・後部両方の座席でシートベルト着用が義務付けられているのは世界105カ国、運転席と助手席でのシートベルト着用は事故時に致命傷を負う率を50%以下にし、後部座席では75%以下にするのだそうです。タイもこれらの国の仲間入りを果たすこととなりますが、全席でのシートベルト着用が習慣として身につくまで、どれだけの罰金を支払うことになるのでしょうか。他力本願ではありますが、運転席以外のシートベルトもセンサー等を付けて、乗車しているのにシートベルトを締めていなかったら警告音となるようなシステム開発を待ち望みます。

ソクラン変遷

タイに住むようになった2002年以降、ほぼ毎年、ソクランはバンコクで過ごしている。

一度だけカンチャナブリに行って、ゴルフをしたことがあるが、ソクランの時期にカンチャナブリに行くなんで…とタイ人から馬鹿にされた。タイで平均気温が一番高い地域らしい。確かにとてつもなく暑かった。

2002年当初は、各街角でバケツやホースを持った家族連れや人々がモーターサイ、車、シーローに水をかける程度だったと思う。ただ、無差別で基本的に望まない人でも許してもらえなかった。びしょびしょになり水を滴らせながらフジスーパーに入った記憶がある。かけられても怒ってはいけないと教えられた。高速道路上も多数のピックアップが水入りの大型ポリバケツを満載し、のろのろと並走、水をかけあい、激しく渋滞した。ほとんどの人が酔っ払い運転。

数年後、マッカサンやチェンマイの水かけが激しいという噂がたち、程なくシーロムに拡大した。シーロムは道路が両方向ピックアップで埋まり、車、歩行者が入り乱れてパウダー入りで水かけしていた。BTSの柱はそこら中パウダーの白いあと、手形で相当汚かった。祭りの後、ゴミだらけの通りを見て、あまりの汚さに呆然とした記憶がある。一方で通常の場所は水かけを望まなければ水をかけられなくなってきた。

数年前くらいから街角で水かけする光景をあまり見なくなってきたように思う。特定の地域だけで激しく水かけするスタイルに変わりつつあるのかもしれない。その地域以外は普通に道も歩けるし、ただ、閑散とした長期休日の風情となってしまった。

自分も原点回帰。ゴルフ場にかざってあった仏像に水をかけて、本来のソクランをした。

(コバヤシ)

ソクラン期間中、バンコク市内は「ずっとこの状態であって欲しい」と思うくらい道路がガラガラで、空も青く澄んでいました。現行政府による、あれも禁止、これも禁止の成果でしょうか？水掛け風景のないソクラン、嬉しいような、寂しいような、物足りないような気持ちですね。

(//´o`)=3

私的昭和歌謡劇場—vol. 39 ジュディ・オング「魅せられて」

“Wind is blowing from the Aegean…”。蝶々が羽を広げるように両手を広げ高らかに歌い上げるこの曲。小柄なジュディ・オングさんがまるで海の女神のように威厳を持って見えました。独特の振り付けと、地中海の風を頬に感じるような美しいメロディーで「魅せられて」が大ヒットしたのが昭和 47 年(1972 年)。阿木曜子作詞、筒美京平作・編曲の不滅の名曲です。この曲はまたワコールの CM ソングとしても使われており、映像には当時公開された日伊合作映画「エーゲ海に捧ぐ」のシーンも登場します。



ジュディ・オングさんから話題は反れますが、この映画が公開された昭和 54 年(1979 年)を遡ること 5 年、日本では女性も楽しめるソフトポルノ映画「エマニュエル夫人」が話題になりました。同映画の監督のジュスト・ジャカンはファッション写真家出身ということもあり、セックスシーンもソフトフォーカスのカメラワークにより、美しく官能的な仕上がりになっております。この映画は欧米よりも日本でヒットしたというのですが、舞台はバンコク。ストーリーは、はっきり言ってめっちゃくちゃで、欧米人が勝手に憧れた「アジアのエロス」がテンコ盛り！主演のシルビア・クリステル様(きれい！エロい！)が、バンコクで人種、性別を問わず性の喜びを追求してしまうというものです。実は私はこの映画、だーい好き！タイ人の描かれ方にかなり問題はありますが、個人的には敢えて評価したいB級映画です。でもって、性への解放的な流れは、映画「エーゲ海に捧ぐ」に確実に受け継がれております。「エーゲ海…」の監督はなんとあの偉大なアーティスト、池田満寿夫先生です。

池田先生(創学会ではありません)は、画家、版画家だけでなく、陶芸家、作家としても広く活動し、また実生活では作家の富岡多恵子氏、バイオリニストの佐藤陽子氏らとも同棲しています。私は池田大先生の作品が醸し出すエロスと、ご本人の容姿も好みなんですが、映画「エーゲ海に捧ぐ」だけはいかんかった～。こちらの内容もいわゆるソフトポルノ作品なんですが、エマニュエル夫人よりももう少し描き方はダイレクトだったかな。主演のハードコアポルノ出身のイタリア女優チヨリーナ(イロナ・スターラ)さんの脱ぎっぷりが話題になりましたね。この人は後にイタリアの国会議員に選ばれ、セックスの自由と非暴力を訴えております。ただ単に美しいカラダだけでなく、政治的にもアクティブなところが池田満寿夫先生のお眼鏡にかなったのでしょうか。

最後はジュディ・オングさんからだいが飛んでしまいました。ご勘弁ください。ちなみにジュディ・オングさんも多芸な方で、5ヶ国語に堪能。版画家としても高名でいらっしゃいます。

ではエーゲ海の風をあなたに！

<https://youtu.be/sTiYnIEi168>

(サロンキティ)

海の女神！あの独特の振り付けにピッタリの真っ白な孔雀のような衣装！カラオケやコスプレ用に「魅せられて衣装」として販売されているようです。身につけて歌ったらテンション上がるでしょうね。

ρ (^O^)/ ~ ♪

**KANRIMAN 通信 特設リング**

BY立川剛 UNIVERSAL VIDEO COOPERATION CO.,LTD

899/307 Nantawan Onnut Onnut Rd Pravate Bangkok 10250

TEL: (02)349-6110 FAX: (02)349-6111 WEB: <http://www.uvcth.com/>**実践！管理者心得：お客様の信頼を増すための 5S 活動とは****1:現場は嘘をつけない**

「新規のお客様を獲得するために、工場訪問の際に良い印象を与えたいので、5S 活動を強化したい」との依頼を受けて、ある工場を訪れました。担当の管理者は「私たちの工場は多くの認証を取得しており、このシステムに従って管理しています」と言ってプロジェクターで工場の紹介を始めようとしていました。私は「工場の管理状況を確認するのにプレゼンは必要ない。時間の無駄だから止めてくれ」とプレゼンを止めさせました。管理者は「それでは工程管理の資料を見てください」と資料の山を持ってきました。私は「プレゼンや資料の山では本当の管理状況を確認することはできない。なぜなら君たちが良く知っている通り、資料はいくらでも捏造することができるからだ」と指摘した後、「お客様の印象を良くしようと思ったら、プレゼンや資料だけではなく、現場の 5S を徹底的に良くすることが大切だ。現場は嘘を付くことが出来ない。その会社の管理力が現場の 5S として現れるからだ」と説明して納得させたのです。

2:お客様の信頼を増すための 5S 活動とは

競争が厳しい中で新規のお客様を獲得するのは大変なことです。管理者は下記の 3 項目をよく説明して、新規獲得又は受注増のためにも 5S 活動が重要であることを理解させることが大切です。

1) 工場をショールームにする

客先の信頼を得るためには、単に製品を見て貰うだけでは不十分です。特に競合他社との品質や価格が同じようであれば、差別化を行うことができません。他社と違う差別化を図るためには、製品を作る工程を全て見せたい「この工場で生産される製品ならば安心である」とお客様に認めて貰うことが必要です。そのためには 5S 活動を徹底して工場をショールームとして、安心して見て頂くレベルにすることが大切なのです。

2) 信頼される工場にする

「ものがきれいに揃っており、探すムダが無い」「機械や作業台の清掃が行き届いており、汚れによる不良がない」「掲示されているデータが全て更新されており、最新の情報が誰でも分かる」このようにお客様が工場を訪れた時に、5S が素晴らしい状況を目にしたら「この工場ならば生産性や品質が良いに違いない」と強い信頼感を持ちます。

そして、この信頼感は「この工場なら安心して注文を出せる」との考えに繋がり、注文して頂ける可能性が向上するのです。

3) 学びたくなる工場にする

工場を訪問した人が「この工場は 5S 活動が本当に素晴らしい」と驚くようになれば、「この工場から 5S 活動についてたくさん学びたい」と思うようになります。工場を訪問した人に現場で 5S 活動のポイントを説明したり、アドバイスを行うことにより、相手は感心したり感謝するようになります。工場を訪問した人の「この工場から学びたい」と思う気持ちは強い信頼感となり、新規のお客様の獲得や注文数量の増大に繋がる可能性が高まるのです。

社内教育にプレゼンは必要でしょうが、5S が徹底されているかは、現場を見たら一目瞭然。
5S が徹底されている職場は、お客様の信頼を得るだけでなく、働く人も気持ちいいでしょうね。

(`▽´)

4泊5日の断食にチャレンジしました

今年のソクランは日本に一時帰国して4泊5日の断食にチャレンジしてきました。

50代に入り健康に付いて考えることが多くなりました。幸い持病もないし、毎年の健康診断でも異常なしなのですが、予防医学を考えた場合、断食が良いとの話があり、早速チャレンジすることにしたのです。場所はネットで断食施設の特徴を比較した結果、断食で45年の実績がある「アイウェルネス」に決めました。

【初日】午前中に実家の静岡から伊豆に向かいました。「朝ご飯は取らないように」との指示があったため、朝食を取らずに午後2時頃にチェックインしました。簡単な診察と断食の注意事項を受けた後、500CCの甘酸っぱい酵素ジュースを貰い「断食をすると好転反応でだるくなったり、頭痛がする人がいますが、酷いようでしたら連絡して下さい」と言われました。この日は全く食事をしないで寝ることになるので「空腹を感じるのでは」と不安でしたが、酵素ジュースで紛らわしながら眠りました。

【2日目】この日も500CCの酵素ジュースのみで、一切食べ物を口にしませんでした。驚いたことにお腹はグーグー鳴るのですが、空腹を感じないのです。外出が自由なので散歩コースを歩き回りましたが、コンビニに入っても「これを食べたい！！」と感じないために、平常心で過ごすことが出来ました。

【3日目】私が選んだコースは午前中2時間ほどマッサージと医療機器による治療を受けるのですが、朝マッサージ師が「手足が冷たいですね」と言われて驚きました。私の場合は好転反応で手足が冷えたようです。この日から補食として朝晩3分粥と梅干しが出来ます。3分粥と言っても殆ど白濁のお湯ですから、歯ごたえは皆無です。それでも精神的に体に食べ物を取り入れたとの安心感は大きいですね。この日はDHC赤沢スパにある海洋深層水のウォーキング用プールで1日中、運動を行っていました。

【4日目】3分粥を食べた後、伊豆の美術館巡りをしました。不思議なほど空腹感を感じないし手足の冷えも無くなり、体調はとても良いです。この晩は5分粥となりました。

【5日目】無事に4泊5日の断食を達成しました。断食をする前には「断食明けには美味しいものをたくさん食べるぞ！」と思っていたのですが、断食中は特に食べたいと思わなかったし、この日は午前中に500カロリーの美味しい朝食を取った後、チェックアウトして東京へ行ったのですが、昼食は特に食べたいものも無く「断食を続けようかな」と食べませんでした。

◆断食で変わったこと

4泊5日の断食で体重が2キロ減って、腹囲が4.5センチ小さくなりました。それ以上に食に対する意識が全く変わりました。美味しいものを食べたいと思わなくなり、健康に良いものを食べたいと思うように変わりました。そして「お腹いっぱい食べなくても大丈夫だ」と断食の体験から脳が理解したようで、腹6分くらいで食事を抑えることが出来るようになりました。週に3日ほど飲んでいたお酒も飲みたくなかったし、甘いものも欲しくなくなり、食に対する嗜好が大きく変化しました。内臓が休まりデトックスも出来たので、体調は明らかに良くなっています。自分の健康を見直すために、本当に断食に挑戦して良かったなあと素直に感じています。

「体に良い」と聞いて即チャレンジするところが、立川氏の凄いいところですよ。よく「断食道場」と耳にするので、道場に籠っての苦行かと思っていましたが、自由に美術館巡りや散策できるんですね。楽しい気持ちで挑戦できそうです。

(o`▽)o

KANRIMAN通信 大募集！

【送付方法】 ワード文書、原稿用紙、手書き、メール等、FAXまたはE-MAILでどうぞ。

【お名前】 本名、ペンネーム、イニシャルなんでも構いません。

【応募資格】 月報購読担当者に限らず、自分はKANRIMANだと思う方なら、どなたでも！

【宛先】 FAX: 02-439-2670 MAIL: tellusgp@gmail.com ATTN. KIKUCHI