



森松50周年を終えて

みなさんお久しぶりです。「波紋」に投稿した最後の号は、250号と記憶しております。この8月号が266号ですから、16ヶ月ぶりの対面ですね。時間が過ぎるの

『森松と森信之の年表』

- 1952年 7月14日 森松雄個人創業
1957年 (有)森松商店設立
1967年 1月4日 初代森松雄社長死去(享年50歳)
1月8日 森松入社・2代目社長に森信之の就任(当時20歳)
2000年 10月20日 代表取締役会長に就任
2006年 6月20日 代表取締役を返上(60歳)
※物忘れの為か、アルツハイマーが始まったのか、いつ3代目直樹社長に社長を委譲したのかよく覚えていません。

退職金はもらいましたが、その前と現在との日常の行動はほとんど変わっていないです。ただ、7月1日より3階事務所より4階の会議室に机を移動しました。現在、4階で執務を行っていて、この原稿も4階で書いております。

今後私に御用の方は4階の会議室までお越しください。

広くて冷蔵庫には冷たい飲み物もございます。みなさんお待ちしております。

最近では東京オフィスへも時々出張いたしますし、中国合弁会社へも2・3ヶ月に一度訪問しておりますので、以前より行動範囲が広がったと言えるでしょう。

持病の心房細動も薬のおかげで最近発作は起きなくなりました。

3代目社長はまだ若いですが、社員・幹部のみなさんが一致団結して支えてくれているので私も安心して海外業務に出かけております。最近私が事務所にいることが、かえって皆さんの進歩の芽を潰してしまっている気がしますので、50周年を終えてこれを機に口を出すことを控えたいと思っております。つつい口数の多い性格です、以前に戻ることがあればイエローカードを出してくださいね。

今後は現在の森松が取り扱っていない商材にチャレンジしたく思っています。

一年後には皆さんにご報告できると思います。

今後も『今・ここ・私』『価値観の統一』『モーリン語録』の精神を自己の行動規範として邁進します。

(個人創業から計算すると今年は55周年になるのだけど???)

会長 森 信之



『小さな事から』

社長 森 直樹



小さな事でも言いですが、何事も小さな事が出来なければ大きな事を成し遂げることが出来ないものです。なぜなら、「大きな事」というのは「小さな事」が集まって出来た物で、小さな事が基本であるということです。例えば見積もりを出すにしても「コピーを取るにしても、日頃慣れてしまえば効率も上がり、正確さが増すでしょう。しかしそこで慣れてしまったばかりにやり方が雑になってしまったり、ケアレスミスを出してしまえばそこまで積み上げてきた信頼や、その失敗が自分に跳ね返ってきます。森松の年間20億という商売も、一回の取引でのやり取りは数千円から数百万という金額が集まった結果なのです。そしてそれぞれの取引の中には、いくつもの小さな事が集まっているということです。そこでどれだけ小さな事であっても、手を抜くことなく、また確実に仕上げることとは仕事の前提であるといえるでしょう。さらに考えると挨拶をする、整理整頓する、といったことも「小事」のひとつ。まずそれらのことが出来れば、仕事も自然と良い結果に繋がるのではないのでしょうか。私自身、整理整頓をおろそかにしたり、また急ぎすぎあまりに指示が不明確で、結果として余計に時間がかかってしまった等、日々失敗と試行錯誤の連続です。小さなことを積み上げる。一つ一つの事を確実にに行いま

naoki@morimatsu.net

2007年 8月

の予定

Calendar table showing dates from 25th to 2nd with events like '経営会議', '夏季休暇', '松本美代子さん誕生日', '青経塾会合', 'アキレス静電機研修会'.



パートさんコーナー

今年2月に入社し、5ヶ月が経ちました。

入社した当初は事務として仕事に就くのは6年のブランクがあった為、毎日が緊張の日々でした。しかし、周りの方々がいつも暖かく見守って下さったお陰で今日まで勤める事ができ、感謝しております。この場を借りてお礼を言わせて頂きたいと思えます。ありがとうございます。

そして、これからもよろしくお願い致します。

三輪りつ子(総務部)



『中国旅行記』

解 昆(製造部)



皆さん「世界の屋根」と聞いて何を思い浮かべますか?世界の車窓とは違います。中国大陸の中のチベットです。全土の平均高度が4,000mを超え、世界で一番高く、広い高原であるので「世界の屋根」とも呼ばれています。そこは空が青く夏になると様々な花が咲いて広い草原が何とも言えません。二度程足を運びましたが、学生の頃なので春・秋・冬の季節に訪問した事がないので何とも言えません。そして、世界の屋根はポタラ宮(1994年に世界遺産に登録)と象徴されています。ポタラ宮は文化遺産保護の為、一日の入場者数を2,000人と制限され見学時間にも今は制限があります。又、外国人観光客等はバスポートの提示が必要とされていますので訪問の際には気を付けて下さい。ポタラ宮の宮殿の内部は神秘的な世界に引き込まれたような感じが実感できます。なぜなら、内部は広大で建築はもろろん仏像、壁画、家具などすべてに渡ってチベット文化の粋が集められており、その時代の文化や技術の高さがこの建築物に現れているからです。宮殿から見下ろす景色は同時に世界の屋根も見渡せる絶景の観光スポットと思えます。中国大陸訪問の際には「ポタラ宮」を訪ねながら「世界の屋根」の美しさを実感してみてくださいは如何でしょうか。



# 『食即生命』

森 奈津子 (総務部)



先日、半断食に参加してきました。半断食とは限りなく断食に近い心身改善法で、①小食少飲②良く噛む③良く運動することにより、体内からの排毒を促し自然治癒力を高める行です。一週間、福島県いわき市の山中で食への執着を絶つ生活で、朝6時の掃除からはじまり8キロの山歩きを含め一日みっちりスケジュールが組まれているので、案外「お腹へったなあ」と考える暇もありませんでした。すばらしい、自然に癒され体も締まり、一週間大変ですががしい気分です。すばらしい経験でした。

この半断食はマクロビオティックの理論が基になっていて、参加者の多くは病気がん・心臓病・目の病気・アトピー)の西洋医学治療を拒否しマクロビオティックの食生活で完治をめざしている方でしたが、みなさんの元気が大変驚き、病人として数々の検査を受け、薬を大量に投与される現代医学について考えさせられる機会になりました。

このマクロビオティックとはギリシャ語に由来し、「マクロ」は「おおきい」、「ビオス」は「生命」、「ティック」は「術」を意味し、「マクロビオス」は「自然に即した命のあり方」という意味です。したがって「マクロビオティック」はその生活の方法、技術をさします。大まかに言うると、マクロビオティックの考え方は「陰陽」の原理があり、食物の法則を知り体のバランスをとるという事です。こう言うのと難しい感じがしますが、日本では昔から言われていた知恵が基本なので皆さんも納得できると思います。最近ではセレブ(マドンナ、トム・クルーズなど)と呼ばれる著名な人々がマクロビオティックを実践していることもあり、聞いた事があるという方も多いのではないのでしょうか。

食については、中国からの輸入食品の問題や食肉偽造問題など、最近多くニュースで取り上げられています。発達した流通に乗って、正確にどこから来たか何でできているかわからない。食べ物をもっと安心して口に取れない世の中になりました。「食即生命」と知り食を通し運命をクリエーションする人々、マクロビオティックの第一人者、桜沢如一(ジョージ・オーサワ)氏は「自由人」と言っています。少し意識を強め、自分と家族の健康を支えて行きたいと思っています。

# 『夏の拾い物』

吉岡孝記 (営業部)



先日、夜自宅の駐車場から歩いていると道路に黒い物体が落ちていたの気づきよく見てみると全長4cm程度のクワガタムシがひっくり返っておりました。死んでいるのかと思ひ拾い上げてみると、かすかに動きがあり、そのまま自宅へ持ち帰り娘に見せたところ、ビックリして急に泣き出しました。喜ぶかと思っていました。たが虫が大嫌いで怖かったようでした。

とりあえず虫かごへ入れ、明日朝まで生きていれば学校の友達にあげたら喜ぶよと伝えました。朝弱ってはいりましたが生きていたため、学校へ持って行かせた所、クラス全員で飼うことになったそう。娘はみんながお父さんが捕まえたと言った為みんながスゲーと言っていたのですが、捕まえたのはなく拾っただけなので、はじめるのが怖がっていた娘も凶鑑を持って来て、クワガタムシ赤足クワガタかと興味津々で調べておりました。今では恐がらず触れるようになりました。今では世話をしているそうです。クワガタムシも餌を食べて元気になるようです。

私も田舎育ちで小さいころは夏になるとよく虫を取りにいったりしましたが、こちらに来てからはあまり見かけなくなるともなく、何か懐かしい感じでした。思ってもいなかかった贈り物(拾い物)をしたかと思っています。また落ちていないかな…

# 『健康を考える』

岩間正美 (総務部)



先日の検診で、眼底(両傾斜乳頭)と大腸(便潜血)の精密検査が必要とのこと。再検査を受けに病院へ行ってきました。

まず、眼科で視力、視野、眼底等の検査を行い結果は問題無しとのこと。緑内障の心配をしていたが、一安心。続いて消化器科へ、ここでは8/20の内視鏡の予約と事前準備の指導ということで、まだ結果はわからない状況であるが、父が大腸癌の手術をしているので少し不安ではある。その他にも、肝臓、血液が経過観察という検査内容で体のあちらこちらに異常がでてきているようである。

私だけでなく、社内で検診を受けた人の多く(ほとんど40歳代)は何らかの再検査の必要がありとのことらしい。その中で、企画営業部の愛煙家のMさんは、このままタバコを吸い続ければ酸素吸入器のお世話にならないといけない状態になると宣告され禁煙を決意したよう。禁煙パッチを貼って禁煙に挑戦しています。

私は気管支が弱く前から禁煙しようかなーって思っていたのですが、Mさんが禁煙するのに合わせて私も禁煙を決意し、薬局でニコレットを購入してきました。まだ禁煙に挑戦して一週間ですが、今回はなんと禁煙を成し遂げたいと頑張っています。体に良い何かをしているわけでもないのです。せめて体の害になることで自分で防げるもの、少しでも防いでいこうと考え方を変え、これ以上病院のお世話にならないように健康に気を付けていきたいと思っています。ヘビースモーカーの経理のMさんも8月から禁煙に挑戦するとのこと。皆で禁煙を成し遂げよう！

# 「暑さに負けるな夏バテ対策」

今年は異常気象のせい6月半ば頃から気温が上がり暑くなってきました。そんな時に起こりやすいのが体の気だるさや食欲不振、やる気や集中力の低下といった夏バテという症状です。皆さんは夏バテ対策に何をしていますか?今回は夏バテ予防に良いとされる食品を2種類紹介したいと思います。

まず、ゴーヤ(苦瓜)です。沖縄原産の野菜で約20種類以上の栄養素を含んだ食品です。まず夏バテに効く栄養素としてビタミンCを豊富に含んでいます。ビタミンCは夏バテ防止疲労回復といった物に作用します。なぜゴーヤが良いかというと、ビタミンCを含んだ野菜の中でトップクラスです。ゴーヤ1個でキャベツ4個分、レモン3個分に値します。他の成分にも血糖値降下作用、腫瘍・ガンの抑制作用、鎮痛作用、活性酸素の抑制作用、ガン予防、眼精疲労などの快復、血圧低下、血糖降下作用などにも効果があります。

もう一つの野菜は冬瓜です。この冬瓜という野菜は特に女性にお勧めします。こちらの野菜もビタミンCを豊富に含んでいるので夏バテにききます。冬瓜の主成分は水分が約96%を占めています。その他、ビタミンC、カリウム、カルシウムを含み糖質が低い食材なのです。効能としては低カロリー、低エネルギーなのでダイエットに有効。ビタミンCは血管を強くし抵抗力をつけるので、風邪を予防し美肌に効果がある。水分が多く尿量が増え利尿効果が高まり、カリウムが余分なナトリウムを排出するので、むくみに効果がある。体内の余分な熱を冷ます働きがあります。

今年の夏はこの食材を使った食べ物で夏バテ予防をしようか?ゴーヤならゴーヤチャンプルや薄く切ったゴーヤを水にさらしてポン酢で食べたりと、いろいろな調理法があります。皆さんも工夫しておいしく食べてみてください。暑さに負けずがんばろう!!

小坂美香 (営業部)

# 『ロト6』 億万長者

大橋康成 (配送部)



ロト6の他にミニロト、ナンバース3、ナンバース4があります。ミニロトは、31個の中から5個の数字を選ぶ、ナンバース3は、10個の中から3個の数字を選ぶ、ナンバース4は、10個の中から4個の数字を選ぶものがあります。毎週木曜日に発売するロト6を毎週買っています。

ロト6は、1から43までの数字から6個の数字を選ぶクジで、当選数字と一致した数字の数で決まり、数字の並び順は関係ありません。数字を予想するに当たり、いろいろな攻略本やパソコンを利用して予想します。当選数字データを分析といっても、大げさな分析ではありません。過去15回前まで戻ってよく出ている数字を調べるだけです。パソコンを利用して調べます。よく出る数字、あまりよく出ない数字が分ります。パソコンを検索すると当選数字に出た回数「グラフになったもの」で調べられます。

調べた数字の中から現在の数字65回以上出ている数字を選んで下さい。出た数字の中から6個数字を選んで下さい。いつも5口購入するので5口分選びます。紹介した予想で今までは、一等は当たりませんが、四等か五等がちよくちよく当たるようになりました。この予想で三等が当たった事があります。申し込みカードを見てビックリ、5口の内1口が三等が当たっていました。この日は買う事が出来なかつたです。ドジですね。ロト6は、一等に当たる事の夢を追いつけるゲームです。