

夏が来ないまま秋になった…そんなふうにならされた今年の夏でしたね。

さて 季節は秋本番。日本の気候の特長でもあるこの季節の移り変わりですが、年々季節感が感じられなくなっているということは事実です。しかしそんな中でも、秋らしさを感じるものといえば、やはり紅葉。

日本では赤や黄色のグラデーションがあるのが当たり前ですが、欧米では黄色一色なのとか。木の種類によっても変わるようですが、やはり繊細な色たちが折り重なったあの美しい紅葉はまさに日本ならではの景色。

ふと人間社会に目を向けてみれば、なかなか心にゆとりを持ちにくい世の中ですが、ぜひ今年の秋は、紅葉を眺めて少しばかり心を休めてみませんか？



## 社長のこらむ ~初心の日々忘れずに~

### 「一期一会」の心

日本各地を旅し、多くの名句と紀行文を残した松尾芭蕉を、みなさんご存じですよね。旅行先で、「おや、松尾芭蕉はこんなところにも来ていたのだ」と、句碑を見つけたことはありませんか。元禄七年、その生涯を終えんとしたとき、芭蕉は弟子たちに辞世の句を求められ、「わが生涯の句に、一句として辞世ならざるはなし」と答えたといひます。

つまり芭蕉は、一句、一句を、常に辞世の句として、いわゆる「一期一会」の心で詠んできたということです。「一期とは一生涯」、「一会とは、文字通りたった一度会う」という意味です。仕事に於いても、この「一期一会」のこの言葉からは、たとえ、おなじみのお客様であっても、その日、その時は二度とない、だから、精神誠意が通じるその思いが大切だということをお教えされました。

### 「本当は恐ろしい病氣」を、心の健康管理で撃退しよう

ところで、ややもすると、仕事にも慣れ、お客様とも気安く接する事が出来るようになった頃、往々にしてベテランが故の、ちょっとした心の油断の隙間に、病魔が入りこんでくる事があります。

新人の頃は、なれないながらも真摯な態度で全力投球していたはずだったのが、いつしか、ベテランと呼ばれる域に達した時に、思い込みの違いか、「うぬぼれ」「傲慢」等々の悪性の症状が出始めてしまうことがあります。

これは「本当は恐ろしい病氣」の予兆ですが、初期段階では、自覚症状はほとんどなく、本人も気がつかず、症状を悪化させてしまう事があり、そのまま放っておくと、治療の施しようがない「手遅症候群」という恐ろしい合併症が出てしまう大変怖い病氣になってしまうこともあります。

本当は、その症状に気がついた周りの人が注意してあげるのが一番の特効薬なのですが、中にはその薬に拒否反応する体質の人もあるので細心の注意を払って処方することが大事かと思ひます。

すなわち、なおさらのこと「一期一会」の心の精神を大切に、「初心の日々」を忘れず、「心の健康管理」を心掛けることが何よりも大切な予防になるのではと思ひます。

たちの悪い病魔を撃退し、心身共に充実した毎日が送れる泉になればと思ひますが、皆さんはどう感じただしょうか。

代表取締役社長 坂井 武

## 新型インフルエンザ対策について

既に皆さまも十分に情報はお持ちとは思ひますが、改めて以下のことについて確認をお願いしたいと思ひます。

### 【症状の特徴】

- 38℃以上の突然の発熱、咳、咽頭痛、頭痛、倦怠感等の他、下痢・嘔吐等の消化器症状の可能性が多いとの指摘があるようです。

### 【診療できる医療機関】

- 7月27日より国の体制が変わり、最寄りの医療機関で診察が受けられるようになっています。但し、事前に電話などで問合せをした方が安心でしょう。なお受診の際はマスク着用を忘れずに。

### 【予防法】

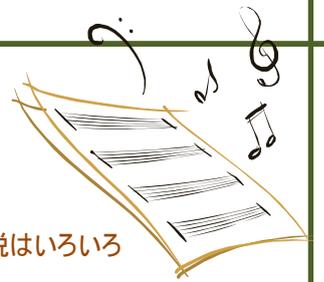
- 手洗い、うがいをしっかりとすること(特に手洗いは石鹸で15秒以上洗うと効果的)。人ごみに近づかない。粘膜から感染するので、手で口や鼻に触らない。

新型インフルエンザに関するご相談は、県北保健福祉事務所 TEL 024-534-4108 医療薬事課感染症予防チーム まで。



# こおいやま便り

## ～「音楽に込められた郡山魂」～



9月になりました。秋です。秋の語源を調べてみました。空の色が「清明(あきらか)」だから。収穫が「飽き(あき)満ちる」から。草木の葉が「紅(あか)色」に変わるから。とまあ、説はいろいろです。それにしても、美しい言葉が似合う季節です。時は確実に、秋本番へ向かっています。ところで、皆さんにとって秋と言えば、食欲、読書、芸術？

さて、郡山市は「東北のウィーン」と呼ばれています。嘘ではありません。音楽都市として、ここまで名をあげることになった背景には、音楽に込められた「郡山魂」がありました。敗戦直後の荒廃した時代、音楽は日本人の心に癒しと希望を与えました。戦災復興を目指す郡山市民にとっても、音楽は心の拠り所でした。

昭和29年、市民の熱い思いが、郡山市で初めての、本格的な、オーケストラ演奏会を実現させました。場所は、国鉄郡山工場の大食堂(私の父が勤務していました)。招かれたのは「NHK交響楽団」。大成功でした。そして昭和49年8月、開成山陸上競技場。今や伝説となっている音楽イベントが、郡山の若者たちの手によって成し遂げられました。ワンステップフェスティバルです。何と7万人を越える人々が集まったのです。当時の日本では、最大規模の野外ロックコンサートとなりました。出演者は、内田裕也、かまやつひろし、沢田研二、山下達郎、などなど。そして、トリを飾ったのは、あのオノ・ヨーコさん。新曲「夢を持とう」でオノさんは、胸を打つメッセージを送ってくれました。

**“一人で見える夢は夢で終わるけど、みんなで見る夢は必ず実現する”**

市民の音楽を愛する力と町を愛する力によって、郡山市は、「東北のシカゴ」から「東北のウィーン」へ。平成20年3月24日、郡山市は、その思いと力を未来へ繋げるために、「音楽都市宣言」をしました。人間が心一つにした時のパワーは本当にすごいですね。「Yes, we can.」は、アメリカだけではないはず。みんなで良い夢を見たいものです。あきらめないで。

郡山営業所 熊田 和雄

## 今回の担当は齋藤です!!

### ～考え方の幅を広げてみませんか～

誰もが少しずつ考え方に偏りをもっています。パターン化されたネガティブな思考に気づき修正することで、今までより少しだけ生きやすくなるのではないのでしょうか。先日、心療内科の先生の講話を聞くことができましたので、**偏った考えの一部の例をご紹介します。**

**【根拠の乏しい決め付け】** 恋人から何日か連絡が無いだけで嫌われたと決め付けてはいませんか。ただ単に忙しいだけかもしれません。何の根拠も無いのに勝手に決め付けてしまう癖はありませんか。

**【自分だけのフィルター】** 自分は上司から低く評価されているというフィルターを常にかけていませんか。その上司から本気でほめられてもフィルターがかけられているから全然嬉しくない。どうせ嫌われているとはねかえしてしまうような損はしていませんか。

**【行き過ぎた一般化】** 会議で自分の発言をたまたま一度だけ聞いてもらえなかっただけで、私の意見はいつも誰にも耳を傾けてもらえない、ここの職場は無理だと行き過ぎたレベルでとらえ、いつもそうだと一般化してしまう癖はありませんか。

**【すべき思考】** ～すべきだ、～しなければならない、と考え、逆に自分を攻めたり周囲に対して居心地の悪さを与えたりしてはいませんか。みんなに好かれなければいけないと自分をどんどん追い込む、これはいわゆるメランコリー型うつ病になりやすい傾向です。

**【何でも自分のせいにする】** 私の責任だ、私がみんなの足をひっぱっていると思いつつ癖はありませんか。

**【感情に引きずられた判断】** 仕事始めはだれでも不安があります。感情に引きずられる人は不安になると慣れてないからではなく、きっとこの仕事はとっても難しいという判断をしてしまう、不安＝大変、難しいと引きずってしまう癖はありませんか。

**【自分で実現してしまう予言】** 性格が暗いから嫌われてしまうと予言し、自ら嫌われてしまう態度をとってしまうことはありませんか。予言に何の根拠も無いのに自分の中で現実のものにしてしまう癖はありませんか。

私も時々偏った考えに陥る時があります。そんな時はもう1つポジティブな案を考えてみると気持ちが楽になります。皆さんの診断はいかがでしたでしょうか。

営業 齋藤 美紀



土曜営業カレンダー  
＜2009年10月～12月＞

下記の土曜日は  
通常営業しています。

10月/3日・17日  
11月/7日・21日  
12月/5日・19日