

こんにちは、知花です。今回は、桜坂劇場で『ロスト・キング』を観てきました。2012年、500年以上行方不明だった、リチャード三世の遺骨がイギリスのレスター地方のある駐車場で発掘されました。その指揮をとったのが会社員として働きながら2人の息子を育てている女性、フィリップパでした。フィリップパは夫と別居中ではありますが、良好な関係を築いていました。



ある日、息子達と舞台“リチャード三世”を鑑賞し、俳優の演じたリチャード三世に強く感銘します。その日から、リチャード三世の幻影を再々見るようになります。興味にひかれリチャード三世に関する書物を読んでいくと、シェイクスピアが王の死後100年後に書いた戯曲のせいで、みにくい容姿をした、残虐な悪しき国王として不当に扱われてきたことが分かってきました。そして又、フィリップパも、筋痛性脳脊髄炎が理由で上司から正當に評価されない自身と重ね、名誉回復のため奔走するのです。ついに歴史学者やDNA鑑定する科学者等の力を借りながら遺骨が王だと証明されました。戦死した最後の国王として、又、大衆の味方であったことで、尊敬を集め本来いるべき場所に埋葬されています。アマチュア歴史家が信念で歴史を塗り替える偉業を果たした勇気ある物語でした。

やっぱり映画っていいですね。



MONTHLY PAPER

おとなり通信

Vol. 154



～お客さまとの心の掛け橋をめざして～

2024年1月



明けましておめでとうございます。
皆さん、昨年の目標は達成できましたか？何の目標だったか？？
忘れてしまっている人も多いでしょうね・・・

さあ、今年も、楽しく明るい1年に過ごせますように！

では、今月号のスタートです。 よろしくお願ひします(^^)

辰年

Let's try 脳トレクイズ

お正月クイズ

問題 1 一こたえ

お正月とは、いつからいつまでのことをいいますか？

1月1日～1月31日まで
本来、お正月は1年の最初の月のことをいいます。
現在は三か日(1/1～1/3)や、松の内(門松を飾っておく期間)をいうことが多くなってきています。

問題 2 一こたえ

子供たちが楽しみにしているお年玉は昔はお金ではなかったようです。一体何を渡していたのでしょうか？

餅
歳神様が宿ったお餅を家長が家族に分け与えたのが、お年玉の始まりといわれています。

問題 3 一こたえ

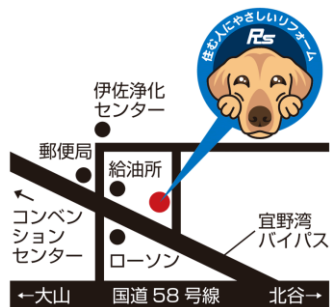
お年玉を入れる袋をポチ袋にというのはなぜでしょうか？

「これっぽっちですが…」の“ぽっち”からものやお金を渡すときの日本人の謙虚な言葉から、ポチ袋といわれるようになりました。

問題 4 一こたえ

三が日(1/1～1/3)にしてはいけない家事があります。それは何でしょう。

掃除・洗濯・刃物を使うこと・煮焚き
掃除・洗濯をすると福を持って訪ねてくれた歳神様を追ひ払う、刃物を使うことは縁を切る、煮焚きは灰汁が出る(悪が出る)ことになるといわれています。



外壁塗装・防水工事・内装・ばくれつ工事
マスコットボーイのミッキーで
リフォームサイエンス(株)
宜野湾市伊佐3-9-12
HPはコチラ↓
0120-84-4146
携帯電話・PHSからもご利用になれます
営業時間 朝8時～夕方6時

HOROSCOPE 2024年

星占い1月の運勢

占い/瑠璃光ルナ

♈ おひつじ座(3/21～4/19) 決断力が試されるとき。一度決めたことは自信を持ってやり抜くことで報酬アップ。	♎ しし座(7/23～8/22) 心身のデトックスが進むでしょう。悪習慣を絶ち切ることで、再生力が高まることに。	♏ いて座(11/22～12/21) 金運大幅アップの兆しあり。これまでの負債をゼロにできるようなチャンスがあるでしょう。
♉ おうし座(4/20～5/20) 多芸多才の人から刺激をもらえそう。好奇心が高まって日常世界が広がることに。	♍ おとめ座(8/23～9/22) 強烈な個性が炸裂しそう。好きなことに集中すると、カリスマ的な魅力が発揮できるでしょう。	♐ やぎ座(12/22～1/19) 再生に向けた活動にツキあり。効果的な自己アピールをすることでモチベーションアップ。
♊ ふたご座(5/21～6/21) いろいろとリセットするタイミング。心機一転することでパワーアップできるでしょう。	♏ てんびん座(9/23～10/23) 家の片づけで運気アップ!収納や分類に工夫をしたり、便利グッズを購入したりすると◎。	♋ みずがめ座(1/20～2/18) 心の中のモヤモヤを吐き出しましょ。内面の葛藤を昇華させることが成功のポイントに。
♊ かに座(6/22～7/22) 対人関係では究極の判断を迫られそう。曖昧な状態を解消することでトラブル回避へ。	♏ さそり座(10/24～11/21) コミュニケーション力を磨きましょう。洞察力や観察力を鍛えることが対人運アップのカギに。	♊ うお座(2/19～3/20) 友達から頼られてしまいそう。できることと、できないことをあらかじめ伝えておく◎。

暮らしの知恵 おもてなし

01 準備編

- ◎事前に日時や人数を確認。
お開きの時間をあらかじめ決めておく。
- ◎玄関は、すっきりと。スリッパは人数分揃えておく
雨の日なら傘立てを用意しておく。
- ◎玄関からお通しする部屋までと、
洗面所やトイレは最低限掃除しておく。

02 到着編

- ◎玄関で出迎え、コートや大きな荷物を預かり
スリッパをすすめて部屋へ案内。
- ◎正式な挨拶は、洋室なら席を立て
和室なら座って行なう。手土産は
お礼をいって、受け取り下がる。
- ◎お茶などを出す。
部屋に茶器を用意して淹れるのもOK。

03 帰宅編

- ◎玄関で、預かったコートや
荷物を渡す。
- ◎見送りは、目上の方ほど
遠くまで。親しい間柄なら
玄関先でOK。

年の初めは、何かとお客様が多いもの。
おもてなしのコツをご紹介します。

用意していたお菓子が手土産と重なってしまった。

◎お客様からいただいたものを出すのが正解。

予定の時刻を過ぎたのに、なかなか帰らない。

◎お茶を入れ替えるタイミングで、「そういえば、お時間大丈夫ですか？」また
「すみませんが4時から用事がありまして」などと切り出しても失礼ではありません。

ヘルスケア

疲れたおなか は白湯ですっきり

年末年始、美味しいものを
食べ過ぎてしまったり、
イベント続きで疲れが溜まって
しまったりなど、していませんか。

そんなときは、簡単にできる白湯デトックスです。

「白湯」とは水をいったん沸かしてから冷ましたもの。大体50度くらいで「ふうふう」しながら飲む、ちょっと熱めのお湯です。「ただのお湯」なのに体にいいとされるのには、どんな理由があるのでしょうか。
白湯は朝起きてすぐ飲むと、体や胃を優しく温めて目覚めさせてくれます。胃腸が動き出して朝食を食べやすくなりますし、効果的に水分補給ができて排便を促してくれます。眠る前に飲むとリラックス効果があり、ぐっすり眠るための準備ができます。また体が温まった状態で睡眠に入ることができるので、睡眠中も代謝がいい状態を保てます。
冬の風邪予防にも白湯は効果的です。
寒い冬には、体は体温を上げようとして力を使うため、免疫力が落ちてしまいます。しかし、温かい白湯は体温を上げる助けになりますから、習慣的に白湯を飲むことは免疫力をキープするのに役立つわけです。

白湯の作り方

水から沸騰させます。
水道水なら10分以上沸かすと有害物質トリハロメタンを除去できます。その後少し冷まし、熱い間にゆっくりと飲みます。
一回200 cc程度を一日3回飲むのが目安です。
電子レンジでも作ることができます。500Wなら2分加熱し、適温まで冷まします。

知って得する お金の話

クラウドファンディング

小口の投資を集めてプロジェクトの資金に

「クラウドファンディング」は「Crowd（群衆）」と「Funding（資金集め）」を合わせた造語。その名の通り「多数の人から少しずつお金を集めて、あるプロジェクトの事業資金にする」という取り組みです。
この仕組みはまず「起案者」がプロジェクトを立案し、その上でプロジェクトに必要な資金集めをクラウドファンディングの「運営者」に依頼します。「運営者」はインターネットなどを使ってプロジェクトの内容を広く宣伝し、共感してくれる支援者を募って資金を集めます。

クラウドファンディングは、インターネットを使って、クリエイターや起業家がお金を集める仕組みです。ソーシャルファンディングと呼ばれることもあります。

寄付型、購入型、金融型の3タイプ

クラウドファンディングには、
寄付型、購入型、金融型という3つのタイプがあります。
それぞれ投資に対するリターンが異なります。

寄付型 リターンなし。

購入型 物品や権利のリターン。

金融型 投資に対する配当など金銭的なリターンが期待できます。

ハイリスク・ハイリターン

リターンに期待するなら、リスクをしっかりと理解しておく必要があります。プロジェクトが成功しなければリターンはありませんし、資金集めを担う運営会社が倒産した場合には資金が戻ってこないことも考えられます。

趣味の時間

自分を育てる読書

- 語彙力や表現力が増し、普段の会話の中でのコミュニケーション能力がアップします。
- 感動や共感を繰り返すと、他人の気持ちに寄り添って、深く思いやれるようになります。
- 自分で読み進める「能動的」なものであるため、脳が活発に働き、自分の考えを整理して新しい発見や気づきが生まれやすくなります。

読書は自分を育てるもの

本を読み慣れていない場合

朝の10分間読書

朝起きてすぐに10分だけでも読書をする、頭が冴えて集中力が上がり、仕事にスムーズに取りかかれるようになります。朝に読んだことは記憶に残りやすいようです。

芋づる式読書

最初は読んでみたいと思った本を選びます。その次は似たようなテーマの本、または同じ作家の本を選んで読む、次はその作家が紹介していた人の本に移るといったように本を見つけていきます。理解が深まりやすし、自分の好みや考え方の傾向に気づきます。

スキミング方式

忙しい人におすすめは、拾い読み。最初に本の帯、表紙を読み、続いて目次を読んで気になる章を見つけ、その章の結論をさっと読みます。もしこれはじっくり読んでみたいと思えたら熟読用に、そうでないなら次の本へ移ることで効率よく読書を進めることができます。

最近読書する人が減っているようです。でも、読書にはただ知識を得るためだけではないメリットがたくさんあります。