

いやしのひととき



# 千代田日記

～ちよだにっき～

## 今月のごあいさつ

向寒のみぎり、ますますご清栄の事とお喜び申し上げます。  
皆様、お変わりなくお過ごしのことと存じます。

さて、今年もあと残り二ヶ月となり、一年を振り返る時期となりました。

その年の世相を表す言葉として毎年発表される「新語・流行語大賞」の大賞候補と予想されている言葉をあげてみますと

「今でしょ!」「アベノミクス」「じえじえじえ」「倍返しだ」「おもてなし」等です。

今年は例年以上の激戦が予想されておりあります。

皆様ならどれに一票入れますか。

「アベノミクス」で年2%のインフレ目標と言っておりますが「じえじえじえ」と気がつけば物価も消費税も「倍返しだ!」となりかねない状況です。

弊社としては、将来不安に備える意味でも金を買うなら「今でしょ!」ということを幅広い方に訴えていきたいと考えております。

もちろんお客様に

「おもてなし」の心で、きめ細やかなサービスを忘れずに。



ご存知  
ですか?

### 「新大阪駅」

弊社、大阪支店の最寄り駅の一つが「新大阪駅」です。

新大阪駅は、大阪市淀川区西中島五丁目にある西日本旅客鉄道(JR西日本)・東海旅客鉄道(JR東海)・大阪市営地下鉄の駅です。東海道新幹線の終点及び山陽新幹線の起点であり、二〇一一年三月十二日からは、全線開業した九州新幹線からの列車が乗り入れています。東海道・山陽新幹線の全列車が停車するほか、この駅を始発とする列車が数多く設定されています。また、駅周辺は大阪市内屈指のオフィス街の一つです。

JR新大阪駅は四階建ての構造で、地下一階が在来線ホーム、四階が新幹線ホームとなっております。在来線ホームはJR西日本管轄部分で「のりば」、新幹線ホームはJR東海管轄部分で「番線」と表記・案内されます。ちなみに11～18番のりばが在来線ホーム、20～27番線が新幹線ホームとなっている為、1～10番、19番のりばはありません。

大阪市営地下鉄御堂筋線の駅は、一九六四年十月の東海道新幹線開業に先立ち九月に開業しました。当時の駅は用地買収の遅れから現在のホームの南半分(梅田側)のみ完成での開業で、南側に木製の仮設ホームを継ぎ足してホームの長さを確保していました。現在も梅田側の上下線がホームのかなり手前から大きく開いているのは、その線路の間に仮設ホームがあった頃の名残です。ホーム北半分は一九七〇年に完成し現在の御堂筋線の駅が完成しました。

皆様が普段利用している駅にも新たな発見があるかもしれませんね。



# 算

## 手帳は「暮らしのレシピ」

# 暮らしの足し

手帳は、予定を記したり行動を記録したり大切なことをメモしたりと、私たちの日常生活に密着した「小さな記録本」。仕事上の必須アイテムとしてフル活用している人もいれば、好みのデザインやサイズ・色などで選び、気軽なコーディネートを楽しんでいる人もいます。



いずれも、機能重視のシステム手帳から、固定ファンもいるようなオシャレなブランド物までバラエティに富んでおり、シーン毎に楽しく利用できるものになっています。

一九九〇年代には電子手帳が登場し、以来、スケジュール管理はすべてデジタルで行っているという人も増えてきました。近年では、パソコンや

スマートフォン  
普及によって、アプリなどを使ったデジタル化が加速  
ついでです。

手帳は、うまく使いこなすことができれば時間の管理がスムーズに行え、できることが倍増します。これは、ビジネスマンだけでなく、学生や主婦や高齢者にも共通しています。忙しくて何から手をつけていいかわからないという時ほど、まずはやらなければならないこと、またはやりたいことをすべて書き出してみましょう。面倒なようにも、そうすることで取り組みの「見える化」がはかれ、優先順位がつけやすくなります。予想以上に効率的に、また、有意義に行動できるようになります。手帳は私たちにとっての「暮らしのレシピ」なのです。

小さいことを重ねることが  
とんでもないところに行く  
ただ一つの道だ。

イチロー

日本が世界に誇る大リーガーとして、長きにわたって第一線で輝き続けるヤンkeesのイチロー選手。この夏、日米通算四〇〇〇本安打を達成したのも記憶に新しいところ。アメリカでは「魔法使い

や願いといったものを抱え、毎日を生きていることと思います。けれども、「棚からぼた餅」のように、じっとしているだけで願いが叶うことなど稀です。

# じ さ と ひ ゐ な

「安打製造機」といったニックネームがつくなど、「天才」の名を欲しいままにしてきた彼ですが、実は人一倍ストイックな「努力の人」としても知られています。

道がどんなに遠く感じられても、少しずつでも、進まなければ決してゴールしないのです。ですから、どんなに遠回りに思えても、絶対に焦らず、地に足を付け、眼前のことを一つ一つやり切っていくことが大切であり、幸福や勝利への早道なのかもしれません。

神業と称されるような偉大なプレーの数々——それは、「小さいこと」「つまり地味で苦しい鍛錬を、人知れず積み重ねてきた結果なのです。

誰でも、夢や希望、目標





## 好感度アップのための会話テクニック

その上で、話すときは相手の目を見るよう心がけ、聞くときははっきりとうなづきやあいづち、アイコンタクトなどを意識することです。

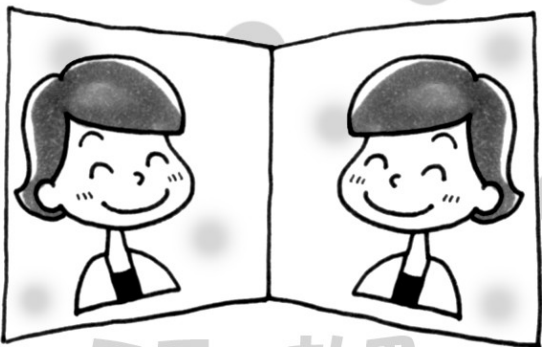
加えて、相手が笑顔ならこちらも笑顔を見せるといふように、さりげなく、相手と同じ行動をとってみましょう。これは「ミラー効果」または「同調効果」などと言われるもので、心理学的にも好感度アップの効果が実証されています。

ミラー効果は態度に限らず、話の内容にも活用できます。自分の考えとは異なった発言でも、すぐに否定せず、「そういう考えもあるんですね」と、いったんは同調してみるのです。その後は自分の考えを述べることになっても、いったん違う考えを受け止めることは相手との関係に好影響を及ぼすだけでなく、自身の成長の機会となり、謙虚さを学ぶことへ繋がります。

さらに、会話の上では「言葉の選び方」が重要ポイントになります。相手を不快にしたり傷つけたたりしないよう、マイナスイメージの言葉でもプラス表現に置き換えてみましょう。例えば「わがまま」は「自分に正直」、「頑固」は「信念がある」と、少しでもポジティブな表現へ。

これはいざという時にすべからず出てくるものではないので、平日頃からメモなどに書き、頭の中にインプットしている人もいます。さらに、言いにくい話題のときは、クッションのよう表現を和らげてくれる言葉をはさんでみましょう。話を切り出すときは、「申し訳ないのですが」「急に悪いけれど」といった言葉から始めます。語尾も「〜してください」「〜はなへん」「〜していただけませんか」と疑問形にすることをオススメします。すると、不思議と相手が柔らかく受け止めてくれる傾向があるそうです。

全体的には、「最初に、伝えたい結論や要点を述べる」↓「その理由を述べる」↓「具体的な実例をあげる」↓「最初に述べた結論・要点を繰り返す」といった流れが良いとされています。これによってポイントが簡潔に伝わり、相手にもすっきりした印象を与えるのです。好感度アップが期待できる話術としてとても有効と言われています。ぜひ、トライしてみてください。



ミラー効果

「人と話すのは得意じゃないけど、少しでも上手にコミュニケーションがとりたい」「苦手な人や考えの合わない人ともなんとか打ち解けたい」「大事な時も緊張しないで相手と向き合えるようになりたい」「そういう時に、こちらの言いたいことをきちんと伝えつつ、相手が不快感を覚えないよう上手に接するには、どうしたらいいでしょう？」

基本となるのは、相手がどんな人でも、「その人の立場に立ってみる」ということです。すると自然に理解が深まったり、なすべきことが見えたりすると言われています。

「最初に、伝えたい結論や要点を述べる」↓「その理由を述べる」↓「具体的な実例をあげる」↓「最初に述べた結論・要点を繰り返す」といった流れが良いとされています。これによってポイントが簡潔に伝わり、相手にもすっきりした印象を与えるのです。好感度アップが期待できる話術としてとても有効と言われています。ぜひ、トライしてみてください。



# 心得の教科書

## 中華料理のマナー①

中華料理には、フランス料理のような厳しいテーブルマナーはありません。しかし、最低限守りたいマナーはあるので、「どこでいくつか」紹介してみましよう。

中華料理では親しい人たちが集まって楽しく食事することを大切にしていることで、お互い気遣いをするのが大事です。

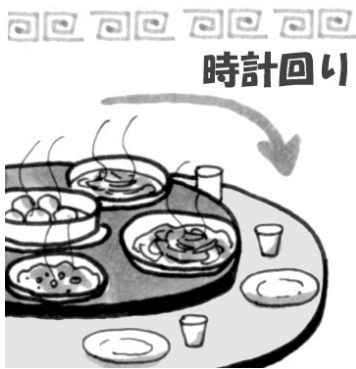
まず、円卓を取り囲むように座ります。席次は、基本的には入り口から最も遠いところが上座で主賓、入り口から最も近いところが下座で招待主、となります。主賓から右隣、左隣の順に一番・三番と主な人が座ります。

料理は大皿に盛っており、それを各自で取り分けるので、まず最初は主賓から取っ

てもらいます。

円卓を回すときは時計回りにし、食器がぶつからないか、他の人が取っている最中ではないかなどを確認すること。また、立ちあがるマナー違反なので、必ず座ったまま取ってください。

取り皿は何枚使っても構いませんが、取り分けるときも食べるときも取り皿は一切手に持ちません。また、お箸をひっくり返して使うと、失礼にあたる場合があるので、気をつけてください。



## イメージは自然？天然？正しい四字熟語を作って

正しい四字熟語となるものを選んでください。

【1】花鳥〇〇

A. 猪鹿 B. 山海 C. 風月

【2】曖昧〇〇

A. 模糊 B. 每々 C. 魍魎

【3】天衣〇〇

A. 無法 B. 無縫 C. 無常

【1】答：C「花鳥風月」（かちょうふうげつ）  
美しい景色やそれを重んじる風流のこと。

【2】答：A「曖昧模糊」（あいまいもこ）  
はっきりせず、ぼんやりしている様子。

【3】答：B「天衣無縫」（てんいむほう）  
天人の衣には縫い目がないという言葉で、詩歌などに技巧のあとがなく自然で美しいこと。転じて、飾ったり気取ったりしない無邪気な様子。

## 学び直しの日本語クイズ

