

読者の皆様におくる毎月1日の定期便

ココナだより

COCONA DAYORI

2021年
11月
vol.69



株式会社 **NHC**

ASA 光が丘公園

幸せ創造事業部ワクワク通信係

東京都板橋区成増1-7-22

TEL:03-5998-4714/FAX:03-3930-4551

ゴリ田の独り言

仲間に支えられ夢は叶う！ 息子から学んだ、夢を叶える方法

皆さんこんにちはゴリ田です。
11月になりだんだん寒くなってきましたが、皆さん体調など崩されてませんか？
ゴリ田はこの時期になると憂鬱になります。
極度の寒がり……です。
なんでこんなに寒がりなのか分かりませんが、もう既に暖房をつけて仕事しています（笑）。

【子供の体育発表会】
さて、今日はプライベートのお話をさせていただければと思います。私には小学校2年生の娘と小学校6年生の息子がおります。どちらも僕に似ていなくて、どちらかというインドア派。スポーツが苦手、活発に動くことが好きじゃない！など
昔、ディズニーランドに行った時には1時間で「帰ろ」と言われ帰ったこともあります（笑）。さすがの僕もその時は驚きました……。そんな我が子（息子）も気付けば小学校6年生。

来年には中学生になるのは、親でありながら「こんなに大きくなったんだあ」つくづく思います。
先日、学校で体育発表会（コロナの影響で運動会の代わりに体育発表会という形に変わりました。）がありまして、見に行ってきました。
今までは正直そんなに楽しみではなかったのですが、今回僕はワクワクした気持ちでした。
それは息子が応援団長になったからです。
これは初めて聞いたのですが、彼は6年生になったら「絶対に応援団長をやりたい」とずっと思っていたみたいです。
当然、彼は立候補して先生の推薦もあり、晴れて今回応援団長となりました。

【彼はなぜ応援団長をやりたいのか？】
それは息子が1年生だった頃、お世話をしてくれる当時6年生の男の子が応援団長になり、そんな彼

にずっと憧れていたそうです。
僕も何度か会いましたが、本当に6年生か？？というくらい礼儀正しく真面目でナイスガイの青年でした。
その当時、優しくお世話をしてくれたことが息子にとっては嬉しく、そんな彼の姿にずっと憧れていて、
「6年になったら応援団長になる！」と決意したそうです。
そんな夢を抱きながら小学校生活6年間を過ごしていたことは私も知りませんでした。
応援団長に決まったその日、私に報告する前に息子は嬉しくてある人にそのことを報告しました。
その人こそ、当時6年生で、お世話してくれた男の子（現在、高校2年生）だったのです。
「自分が応援団長になれたのは彼のお陰だ！」そんな思いで、彼に喜びやお礼を伝えたかったんだと思います。
彼に電話をし、そのことを伝える

と自分のことのように彼も喜んでくれて「今から会おう！」と言ってくれたらしく、5年ぶりに会ったそうです。
この話を聞いた時、僕は正直驚きました。
自ら電話し、思いを伝える！「そんなことができるんだ？」
嬉しいような、頼もしいような複雑な思いでした。
『成長したんだなあ』という気持ちと同時に『人はこうして誰かに支えられて生きているんだ』と改めて気づきました。また、そんな息子の思いに自分ごとのように喜んでくれる彼は本当に素敵な青年だなあと感じました。
誰かの夢を心から応援する！
仲間に支えられ夢は叶えられる！
12年間ではじめて息子から大切なことを教えられた気がします。



成田清司（なりたせいじ）GORITA（ゴリタ）
まごころサポート成増・光が丘店オーナー 兼 地域密着YouTuber
生年月日/1981年12月1日 血液型/O型 趣味/筋力トレーニング

Profile

ご意見ご感想などお気軽
にご連絡ください
gorita@nhc-a.jp



トドフヨ

ココロに触れる産直通販

パリッと食感&甘い感動
80年以上の伝統が紡ぐ！こだわりの林檎

今回お届けさせていただくのは、シャクシャクした食感でこの季節に食べたくなる方もきっと多いはず！秋の代表フルーツ「林檎」です。リンゴ栽培は実だけではなく【林檎の味は剪定で7割変わる】と言われるほど木を育てる事が大切です。



しかも、林檎の木は完成までに25～30年かかるのだとか……！！
そのためには職人の剪定が欠かせませんが、その剪定の作業はとて

理想のリンゴの木を育てるために、毎日…毎年…何十年。気が遠くなる時間をかけて剪定していくのだそうです。
まるせい果樹園のリンゴ栽培は、そうした、せいちゃん（生産者）の地道な努力、そしてそこにかかる思いが詰まっている林檎になります。
林檎は、実がなってから収穫までが1番長い果物。
リンゴが真っ赤になるまで、実は少しずつ変化をしていきます。
最初真っ青な実から、少しずつ黄色みがかかり、赤くなります。
その後に青さが抜けて、黄色みの

差した真っ赤に成熟した林檎ができるのです。
真っ赤なリンゴには、様々な想いと職人技、そして林檎の生命力が宿っていて、一粒ひと粒が偶然じゃなく特別なものであると感じます。
今回お届けするのは「陽光」と呼ばれる、真っ赤な見た目、そしてパリパリとした食感の品種です！
味は、酸味が少なめでとにかく甘いのが特徴です！



まるせい果樹園
せいちゃん



◆2kgセット（5～7個入り）

お申し込みは今すぐお電話ください。

☎03-5998-4714

3,500円（税込）

送料込みの価格となります。

原因不明の慢性痛でお悩みのかたへ

成増駅南口から徒歩4分という好立地にある『1room整体院』へお邪魔してきました。

店名の通りワンルーム完全個室のプライベートサロンとなっています。他のお客様と顔を合わせずに済むのは、コロナ禍の昨今ありがたいですね。

こちらの整体院は、関節や神経（感覚センサー）を調節するという“AKS療法”を取り入れており、どこへ行っても治らなかったガンコ

な肩こりや腰痛、頭痛などが軽減した！と喜ばれているそう。このAKS療法、根本治療には手術しかないと言われている脊柱管狭窄症にも効果があるのだとか！シニアの方には耳よりな情報なのではないでしょうか？

まず最初に痛いところや辛いところを丁寧に聞き取り、ホワイトボードに書きながらカウンセリングしてくれるのですが、なんだか授業を受けているような気になりま

した（笑）。

カウンセリングが一通り終わったあと施術に入ります。かなりのソフトタッチで、まったく痛くないのですが、施術が終わった後は不思議なほどのスッキリ感が…！施術前、3センチも違った右左の足の長さが、しっかり整って、さらに気になっていた左腰の違和感もかなり軽減されていました。その場限りの気持ち良さだけでなく、根本的なからだの改善を目指したい人におすすめの整体院です。キッズルーム完備なので子育て中のママさんにもおすすめ。ゴリ田も次の予約をさっそく入れたいと思っています！



丁寧なカウンセリング



1room（ワンルーム）整体院

電話：03-4500-7251

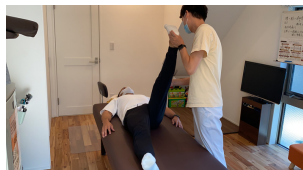
【住所】板橋区成増1-23-19クロスロードa室

【営業時間】平日9:00-20:00 土曜9:00-15:00

【休診日】日曜（祝日は不定休）



施術が進み、取材を忘れるゴリ田…



キッズスペースもあり、小さなお子さんがいいても安心



グッチのコラム

ご意見をお聞かせ下さい！

【コロナ禍で良かったこと】

コロナ禍で良かったことがあります。それは当社の採用です！仕事内容は、新聞配達+人の役に立つ仕事、週休2日制で給与は24万円～という内容でこの1年半の間、積極的に採用活動を行い、男女問わず20代～50代の方々とお会いすることが出来ました。志望動機で一番多いのは、まごころサポートへの共感です。誰かの役に立ち、ありがたいと言われる仕事をしたいという気持ちを持っている方は多いのだと改めて感じました。

【スタッフ紹介】

今回は、今年4月に入社した27歳の中野君を紹介させていただきます。滋賀県生まれの中野君はプロの雀士を目指しています。

東京には強者が多く、大会も多いことから、腕を磨くために上京しようと決意しました。プロの雀士を目指しながら、生活を維持するために仕事を探していたところ当社の募集を発見してくれました。週休2日でプライベートと両立できることや、まごころサポートに共感してくれ、入社することとなりました。最近ではマスクを着用しているので顔は見えづらいですが、中々のイケメンですので、いつか皆さまの前でご挨拶出来ればと思っております。

【脳トレに麻雀は、いかが？】

今回は皆さまにご相談があります。最近ではシニアの間でも麻雀は脳トレにもなり、密かなブームとなっています。健康麻雀とも言い、「（煙草を）吸わない、（お金を）賭けない、（お酒を）飲まない。」を原則として各地で開催されているようです。

せっかく当社にはプロ雀士を目指している中野君がおりますので、麻雀教室や麻雀大会が出来ないかと考えております。大会開催の際にはスポンサーも募り、景品も用意したいと思っております。

【麻雀に興味がある方は…？】

ただ、当社のお客様の中に麻雀に興味がある方がいらっしゃるかが少々不安です…ご興味がある方がいらっしゃいましたら、ご一報いただきたいと思います。人数が多ければ多いほど実現する日が近くなると思います。大会開催時には私も参戦させて頂き、皆さまと談笑しながら麻雀をやりたいと思います。麻雀に興味ある旨を下記のメールか電話でご連絡いただければ幸いです。皆さまからのご連絡をお待ちしております。よろしくお願い致します。

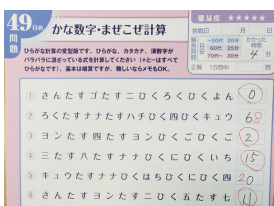
E-mail asa@nhc-a.jp 電話03-5998-4714

総務部
インフォメーション

こんにちは！総務部の菊池です。前回10月号に載せた「花壇」の相談についてご意見をいただいた皆様、ありがとうございました！皆様のご意見を元に、その後の花壇についてまたお知らせをさせていただきます♪

当店で毎回大人気の脳活マガジン♪ハレやか

さて今回は発売中の「朝日脳活マガジン ハレやか12月号」をご紹介します。こちらは毎日2ページづつ「計算」や「間違い探し」など楽しみながら「脳活」ができる1冊です。この1冊で2ヶ月間楽しめますよ♪ また絵がお好きな方へは「ぬり絵コンテスト」がおすすめです！入賞者の方の絵を見ると独創的で色使いがとても素敵で感動しました。皆さんもぜひ挑戦してみてください。ご注文は下記ASAまで♪



菊池が実践してみました！

ひらがな、カタカナ表記の数字を足したり引いたり…数字が苦手な菊池には難問でございました。脳フル稼働！したもの、2週間間違えてしまいました…

1 おうちで楽しく「脳活」！ 定価910円（税込）

週刊朝日増刊 朝日脳活マガジン
ハレやか
2021年12月号
隔月刊 偶数月の各25日頃発売



定期購読受付中！

10月25日発売

※一部地域で発売日は異なります。

私の元気の秘訣

毒蝮三太夫さん

ガンコはだめ！チャーミングで愛されるジジイになることが大事



腰痛、ひざ痛なら必読！歩き方の教科書

自分では普通だと思っていた歩き方が体を痛める原因に。歩き方を学び直しましょう。



熟語読みがななりとり
2文字漢字クロス、点つなぎ、間違い探し
60日分「脳活」パズル

…………… 特別付録 ……………
今までにない漢字パズルで「脳活」習慣。
保存版！漢字のナンプレ

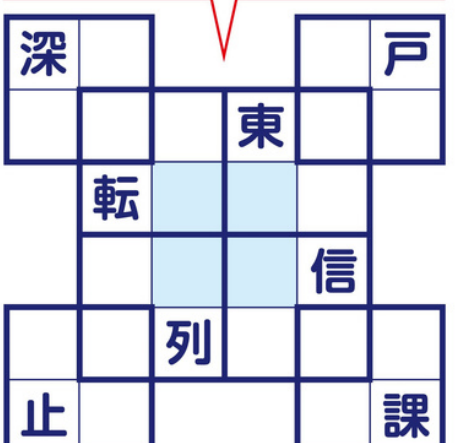
付録リスト
ぬり絵
賞金総額10万円
「切り絵風ぬり絵」



例題 合成四字熟語

太い線で囲まれた2×2マスの8つの四角形に、それぞれ左上から時計回りに四字熟語ができるように、リストの漢字を入れます。完成したら、真ん中のマスに現れた四字熟語をこたえましょう。

…………… リスト ……………
育 一 海 機 教 禁 行 車
職 心 瀨 層 地 駐 通 程
内 方 夜 理



※ASA光が丘公園がお宅までお届けいたします。※代金は新聞代金と一緒にご請求させていただきます。

お電話・FAX・メールでASAまでご注文ください。

ASA光が丘公園

〒175-0094板橋区成増1-27-13

TEL 03-5998-4714

FAX 03-3930-4551

MAIL:asa@nhc-a.jp