

# ココナだより

COCONA DAYORI

2022年

7月

vol.77

ゴリ田  
の  
ひとり言

## スマホ教室から得た、ゴリ田の野望 この地域で孤独なシニアをなくす！

皆さんこんにちはゴリ田です。ジメジメした日や雨が多い梅雨の時期はなんだか気持ちが暗くなる今日この頃ですが、皆様はいかがお過ごしですか？7月後半にもなってくると梅雨が明け、本格的な暑さが増してきます。くれぐれも熱中症にはお気をつけください。

【スマホ教室】  
先月から始まりました”スマホ教室”の様子をお伝えします。以前は、定期的にスマホ教室を開催させていただいており、大変ご好評をいただいているのですが、コロナになり約2年開催を自粛しておりました。コロナも落ち着いてきたことと、以前よりお客様からのご要望が多かったため、内容をリニューアルし、先月より再開させていただきました。

教室では、スマホの基礎基本の初級編とLINE講座の中級編と分けて開催することといたしました。大変有り難いことに予想を上回る反響で、多くの方にご参加いただきました。特に、LINEは子供から高齢者まで幅広く使われている、コミュニケーションアプリです。家族やお友達とも繋がることができることで、ご利用されている方も多いとは思います。

「実は、家族に言われてLINEを入れたものの、あまり理解していない」という方の声を多く聞きました。

確かに、自分の母親もLINEをほとんど理解しておらず、



メッセージ（トーク）をするだけでもやっとというレベルです。

でも僕は、若者みたいに使いこなせなくても、必要最低限は使いこなせるようになれば十分と思っております。

そうすることで、1人でも多くの方と繋がり、孤独な思いをする高齢者をなくせるのではないかと考えております。

そしてそれが僕にとっての使命であり、目標でもあります。時代が変化することは良いことですが、新しい時代になればなるほど取り残される方も多くいらっしゃいます。

### 【時代は加速する】

最近ようやくスマホに変えたという方もいる中で、時代はAIやロボットが当たり前になりつつあります。

最近はファミリーレストランでもロボットが食事を運ぶ光景が

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

多く見られるようになりました。

今後、時代はどのようになっていくかは僕もわかりませんが、スマホは当たり前の世の中はまだ当分続くと考えています。

【こんな皆様に受けて欲しい】

「今更スマホなんて・・・」

「ガラケーでいい」そう思っている人がいたら、ぜひ私がやっているスマホ教室に参加してください。

もちろんスマホを1から学びたい方も、既に使っている方も大歓迎です。

参考本でもショップでも教えてくれない皆様のスマホの悩みも解消いたします。

私オリジナルに作った、難しくない内容で1人1人に寄り添った講座となっております。

今月も開催していく予定です。詳しくはチラシをご覧いただき、私宛にご連絡ください。ゴリ田は”地域の健康を守り、孤独をなくす”ために、走り続けます！

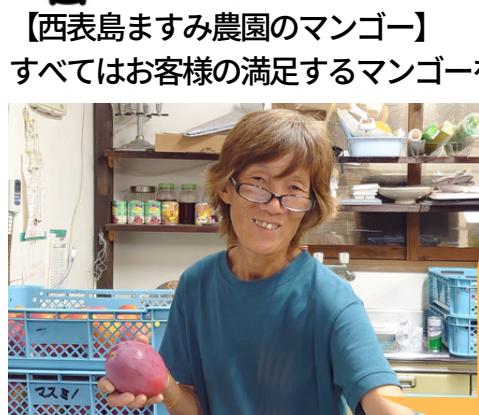
ご意見ご感想などお気軽にご連絡ください  
gorita@nhc-a.jp



Profile

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

トドクヨ  
ココロに触れる産直通販



【西表島ますみ農園のマンゴー】  
すべてはお客様の満足するマンゴーを作るため



「お客様の後押しがあったから今があるんです」という生産者ますみさん。ずっと長い間、マンゴーと向き合ってきたからこそこの経験と想いがあり美味しいマンゴーが出来上がります。

是非そんな想いの詰まったマンゴーを一度食べて頂けたら嬉しいです！



西表島のマンゴーは温かい気候を十分に生かし、低コストかつ自然の力で育てられるというところが特徴的です。



今回ご紹介するのは、西表島という恵まれた環境で育つマンゴーです。

実はあまり知られていませんが、マンゴーは1つの枝から1つの実しかとれないで、形や成長の良い、選び抜かれたマンゴーを残すのは本当に大変な作業で、長年の経験が必要です。

また、気候、温度管理、枝切りや害虫対策など1つ1つ丁寧に育てていくため、出荷時まで気が抜けません。

不作の時には辞めてしまいたいと思うこともあったのですが、お客様のお声が支えで、ここまで続けてこられました。

そんな生産者のますみさんは「支えてもらえたお客様やこれから食べて頂けるお客様に満足してもらえるマンゴーを作りたい」という思いで毎年マンゴー作りに励んでいます。ココナだよりをご覧の皆様にもぜひ食べていただきたい一品です♪



マンゴー

◆1kg (2~3玉)

**5,300円** (税込)

◆2kg (3~6玉)

**9,500円** (税込)

◆訳あり小玉マンゴー700g (2~3玉)

**3,800円** (税込)

送料込みの価格となります。

通常1週間～10日程度で配送をさせて頂きます。  
天候によりフェリー欠航が発生してしまう場合は、数日程度遅れる場合がございます。

お申し込みは今すぐお電話ください。

**03-5998-4714**

## ハッピーオーラ漂う、街のパン屋さん

「子育て中のママさんたちって、とっても忙しいですよね。そういうちょっとした時の1食分をサポートできればと思って心を込めて作っています。お客様とのコミュニケーションを大切にしたいんです」 そう話してくれたのは、今年2月にオープンしたばかりの“あおぱん”オーナーの青木さん。田柄小学校のすぐそば、豊島園通り沿いにある可愛らしい小さなお店です。お店に入るとガラスケースの中にぎっしりと並んだ、とりどりのパンが口を開きます。定番の1番人気メロンパンや、キッズに人気のどうぶつパン、生クリーム配合



美しいパンが並びます



でちょっと甘めがおいしいオリジナル食パンなどなど。“あおぱん”では、自分で好きにパンを取ってレジへ行く…という方式ではなく、ケースに並んだパンをスタッフさんに伝えて購入する対面販売のため、パンを選びつつ世間話をしつつ…楽しくお買い物することができます。スタッフさんも明るく話しやすい人ばかりでした。



みんな大好き食パン

また、青木さんの出身地である長野県の“信州エッセンス”をちりばめた「ナスの油味噌パン」や「牛乳パン」も人気。ゴリ田も試食しましたが、長野の郷土料理であるナスの油味噌はびっくりするほどパンに合う！そして牛乳パンの中のクリームがとにかくウマすぎた！！ぜひ一度お試しください。青木さんの気まぐれ(?)で新たなメニューが並ぶことも多いので、お気に入りの定番商品+aで楽しむことができそうです。限定だったメニューが、大好評になり定番化することも多いのだそう。

Instagram



AOPAN\_BAKERY



ゴリ田も大人買い



あおぱん

【住所】練馬区田柄2-19-29ヴァンヴェール吉田1F

【TEL】03-6909-9077

【営業時間】10:00 - 18:00

【定休日】日・月曜日

※臨時休業あり。Instagramや店頭カレンダーにてご確認ください

## グッチのコラム

あっという間の…



### <スタッフが退職しました>

6月末で20代の女性スタッフが退職しました。彼女は1年ほど前に当社に面接に来ました。芸能事務所に所属して色々なイベントに出ていたのですが、コロナでイベントが次々と中止となり収入が安定しないことから就職活動をしていました。

そんな時に当社の「新聞配達+人の役に立つ仕事」「働き方は、あなた次第！」という求人サイトを見て応募してくれました。

面接でお話する中で、とても真面目で頑張り屋さんであることを感じましたので、とんとん拍子で採用させて頂くことになりました。

留学経験があり英語もペラペラ、歌も踊りも上手でしたので、当社のウォーキング教室で参加者の皆さんと歌しながら歩いたこともあります。これから色々なイベントが出来ると楽しみにして

いたのですが、コロナが落ち着いて来たことで芸能事務所からの仕事も入るようになりました。

頑張り屋の彼女は、数時間の睡眠で数日間続けるほど頑張り屋さんなのですが、頑張り過ぎの心配と彼女の夢を実現させるためには1つに絞った方が良いと思い、話し合った結果、退職の選択をすることになりました。残念な気持ちもありますが、夢に向かって全力投球してもらいたいと思います。

### <新たな社員が…>

4月以降も19歳、20代、30代の社員が男性2名、女性2名入社してくれました。

当社には10代の社員から70代の朝刊配達パートさん、留学生などあらゆる年代のスタッフがあります。

夢や目標が定まっているスタッフばかりではありませんが、仕事を通じて成長することを目標とし、それぞれの働き方で頑張ってくれています。

これからも皆様にとって必要な存在となり、応援してもらえますよう精進して参ります。

### <最近、やっと…>

実は今月、創業20周年を迎えます。

2002年7月以来お客様に支えて頂いたこと、そして働くスタッフが共に歩んでくれたことで20年を迎えることが出来ました。

父の時代の新聞販売店を見て絶対にやりたくない仕事と思い、住宅メーカーに就職しました。25歳の時に起業したい思いから新聞業界に転職しました。新聞業界を変えたい！と思い転職し、8年間修業し2002年に独立しましたが、10年以上の間は何も出来ませんでした…振り返れば、あっという間の20年でした。

最近ちょっと、自分が目指していたことへ向かっていけているなと思うことがあります。まだまだ、やる気は満々です(^^)vもっともっと地域の皆さまのお役に立てる 것을目標に頑張って参ります。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

ご意見・ご要望は下記までメール下さい。

E-mail yama@nhc-b.jp

## 不動産・相続の小話

2ヶ月に1度の奇数月に連載

斎藤智明の

### 【不動産・相続の小話】



#### <コロナ禍の挑戦>

第二回目のコラムになります。新型コロナの影響で外出が制限されてからは休日に料理をする

ことが増えました。

最近では少し難しい挑戦をしたいと思いまして手作りの「味噌」を仕込んでみました。

今月は「梅干し」を仕込む予定でいます。

以前は夏になると梅干しの「土用干し」をよくみかけましたが、最近はあまりみかけませんよね。そういう年中行事を子供に伝えることも親の務めと思っていますが、忙しい毎日ですとなかなか上手くはいかないものです。

さて、前回、「遺言書」について記載させていただきましたが、いかがでしたでしょうか？

「いつかやろう！」を「今やろう！」に気持ちを変えるきっかけにしていただければ幸いです。

#### <面倒な片付け、どうします？>

今回は生前整理・遺品整理についてお話をしたいと思います。

私どもへの相談で「相続した空き家の売却」についての話が本当に増えました。

皆さんと一緒に「荷物の片づけ」という手間のかかる作業に頭を悩ませています。

もちろん、手早くかつ安く片付けたいとの要望であれば片付け業者さんに「全部捨ててください」と依頼をすれば安くはできるのですが、「金銭的価値のある品」が含まれている場合には簡単に済ませてしまう訳にもいきません。

そういう時には専門の業者に依頼して鑑定を含めた選別作業を行うこともあります。

#### <面倒な事はイベント化！>

また、「思い出の写真」がでてきたりすると懐かしんだりしてあっという間に時間が経過してしまうので「何日あっても足りない」との声もよく耳にします。

こういった作業をお子さんたちにさせないためにも、生前から時間をかけて片付けをする時間をとるようにしておきたいところです。

「きっかけ」がないので5月の連休に時間をとって家族全員で片づけるイベントを企画したご家族もいらっしゃいました。

特に古い建物に長く住んでいらっしゃる方は収納が多いこともあり予想外の荷物がでてきたりします。

衣類、書籍、アルバム、子供のころの通信簿など皆でわいわいと楽しむイベントに代えてしまうのも一つのアイデアかもしれませんね。