

あなたにそして自分にも

どんまいどんまい



「知行合一」知識は行動 を起こしてこそ、身に付 き合一となる！

今年こそは、
事業継承の
年にしたい
です♪



いろんな仕事や生き方についての参考になる本を読んで、その時ばかりで忘れてしまっている武田英昭です。

読んでいる時は、「なるほど、そうだなあ」と納得しているのですが、しばらくすると何に感動したのかさえも忘れてしまって、さっぱり進歩がないなあと思っています。

講演会等で、感動するような話を聞いた時も「今日の話は、為になるいい話だったなあ」と、その時は、しっかり覚えて何かの時に実践しようなんて思っている、その後何の行動を起こす事もなく、結局はただ聞いて終わりでも何も自分の生き方を変える事もなく過ごしていました。

どんな素晴らしい話を聞いて知識を得ても、行動に移さない限り、時と共に忘れてしまい、何も身に付く事は無いようです。

そんな私ですが、ある講演を聞いて、その日から実践を始めた事があります。

それは、自宅の玄関の履物をきちんと並べる事です。

すぐにでも出来る簡単な事だったので、講演を聞いたその日からずっと続けています。

玄関の履物がきちんと並んでいると、一日のスタートが気分よく始まります。

こんな些細な事にも気をかけていると、仕事をして細かい事に気が付くようになります。

家族みんながそんな気持ちになってくれる事を期待して毎日やっています。

どんな簡単な事でも、今までやっていない事を始めると自分の気持ちにも一本芯が入ったような気分になります。

そして、家族みんなが自主的にきちんと並べてくれるようになるまで、黙ってやり続けていこうと思っています。

まだ、やっていない人は、今年は家族に黙ってやってみてはどうですか。

誰が気づいてくれるか楽しみが出来ますよ。

それから、新年会などで泊りの時なども、部屋のスリッパがバラバラになっていませんか。

私は同部屋のスリッパもきちんと並べています。

ちょっと恥ずかしいような気持ちにもなりますが、自分の気持ちは、すかすかしさを感じています。

なんかバカまじめの様に思われるかもしれませんが、自分の決めた事は恥ずかしがらずにやっ行って行こうと思っています。

こんな人間がいたっていいじゃないか位の気持ちで自分の生き方を貫きたいと思っています。

今年は、私にとって大きな決断の年になると思います。事業継承も踏まえて、しっかり行動に移せるようにしたいと思います。 武田英昭

「どんまい どんま〜い」

他の月の「どんまい どんま〜い」を見逃した方は金物ショップタケダのサイトからぜひ御覧下さい。

失敗した時、がっかりした時、つらい思いをした時、落ち込まず再チャレンジ出来る様にとの思いで、あなたと私の心のかけ橋レターを送ります。

毎月1回発行 発行編集責任者 武田英昭 ㈱タケダ 山形県山形市あかねヶ丘 3-18-1 電話:023-644-5633 FAX:023-644-5663

金物ショップタケダ: <http://www.ks-takeda.biz/>

寒さ対策で待ちに 待っていた、あったか 肌着で救われたぁ！



毎年のごとく、冬シーズンになると、肌着を二枚着て、更に腹巻もして、厚手のワイシャツを着てその上にカーディガンを着て、最後に会社の名入れの厚手のジャンパーを着ています。

腰下は市販のズボン下を履いています。着ぶくれしているようですが、この位、着こまないと寒くて風邪をひきそうです。

会社の事務所はエヤコンとペレットストーブをつけているのですが、いつも足元が寒く感じていました。

今まではこの重ね着で何とか毎年冬を乗り切っていました。

今年の冬は当社がミズノ株式会社の販売店になった事で、プレスサーモという素晴らしい素材とめぐり合いました。

フレスサーモという素材は人間が放散する水分(水蒸気)を吸収して発熱するので、この素材を含ませた肌着は寒さ対策には最高の助っ人になると思っていました。

人間は通常一日に二リットルの水分を放出しているそうです。

汗をかいていなくても微量の水分を放出し続け

るので、その水分を吸収して発熱する吸湿発熱素材のプレスサーモが含まれている肌着は私にとって救いの神でした。

早速試しに、自分用にフレスサーモの素材が一番多く含まれているヘビーウエイトタイプの上下を交換用として二枚ずつ購入しました。

今まで来ていた二枚の肌着と腹巻を脱いで、フレスサーモの肌着一枚にして、ズボン下もヘビーウエイトタイプのロングタイツに変えました。

おかげで着ぶくれ感も無くなり、全身が寒さを感じなくなりました。

それに、プレスサーモが含まれている腰部骨盤ベルトと血行促進とむくみ軽減になるひざサポーターも購入してつけてみました。

腰部骨盤ベルトは筋力の低下でゆるんでいる骨盤をしっかりと固定してくれて、背筋がピンとする感じがします。

骨盤だけを固定する細いベルトなので、腹に対する圧迫感がぜんぜんなく楽に付けていられます。

ひざサポーターも楽につけられて、しっかりひざを支えてくれるので、階段の上り下りも軽々と出来るようになりました。

この年なので、何かと補助してくれるものをうまく利用しながら、元気に生活して行きたいと思えます。

武田英昭



“どんまい どんま〜い”を読んでいかがだったでしょうか。「あなた」の感想をお聞かせ下さい。

電話 023-644-5633 FAX 023-644-5663 武田英昭までお願いします。

㈱テラ陶板浴タケダのホームページが出来ました。料金改定してフリーパスもスタートします。

㈱テラ陶板浴タケダ <http://tera-takeda.com> こちらも見てください。

