

成田の将来と日本の未来を見据えて擊つ!
そんなあなたにホットな話題をお送りする
最先端オピニオン紙

発行:ネットハウス
〒286-0044 千葉県成田市不動ヶ岡 1958
TEL 0476-24-6777 FAX 0476-24-6778
<http://www.naritacity.com>
成田市、佐倉市、印西市、富里市、酒々井町、宋町、小林、安食に折込
発行部数:125,000部

成田シティーニュース

「日本は素晴らしい国だ」と声を大に叫びたい!

成田が真の国際都市になるための12ヶ条

1. 成田空港に依存しない強い経済の基盤を創るため国内外の優良企業を誘致しやすい街造りをする
2. レベルの高いモラル基準を定めて庶民に悪影響をもたらす一切の非道徳的なメディアを排除する
3. 緑と水の自然環境を早急にクリーンアップして庶民が安心して余暇を楽しむことができるようとする
4. 体と心の健康管理を目指した心のケアを含む医療施設や福祉センター及び体育施設を整備する
5. 将来を担う若者の教育レベルを上げる為に教員の向上心を高めカリキュラムをより実践的にする
6. 日本の伝統文化と宗教道德觀を大切にしつつ外国人も住み易い国際化された文化圈を創生する
7. 食文化を重んじ自給率100%を栄養バランスを考慮した上で目指しながら食料の備蓄を開始する
8. 最先端の通信インフラと交通網及び上下水道を市内全域に整備しエネルギー源の供給を確保する
9. 将来を見据えた明確なマスタートーナーに基づく国際都市の創生に不可欠な条例と規制を施行する
10. あらゆる有事を想定した危機管理体制を整備し市民一体となって迅速な対応ができるよう訓練する
11. リスクを負ってでもやるべき事は何が何でも自信を持って実践して行く強いリーダーを選出する
12. 家族を愛し故郷を愛し国家を愛し世界を愛する市民が国際都市を創生するということを理解する

自国の文化と伝統を愛することは世界の常識

先日仕事でタイのバンコクを訪れた時、タイ語が全くわからないにもかかわらず、仕事の合間を見計らってタイの映画を興味本意で鑑賞しました。日本では予告篇から始まるのが普通ですが、タイでは驚いたことにまず国歌が流れ、国王の写真がスクリーンに映し出されると同時に全員が起立して静かに佇むのです。若者も子供も誰一人声も出さずに国王を見つめている!仏教国であるタイでは国王が大変尊敬されており、特に現国王の人気は著しいものがあり、クーデターが起きても国王の一言で事態が収束してしまうほど力があると言われています。その国王に国民が素直に敬意を表し、起立してから映画を見るのです。また町のいたる所に国王の肖像画が飾られ、仏壇も街角の随所に設けられ、人々が線香をあげてお祈りを捧げている風景が見られます。リゾートやエスニックなタイ料理しか話題に上らない昨今ですが、タイの文化、伝統には深い感動を覚えることがあります。世界各地の多種多様な文化を見聞き体験することも、国際的感覚を養い相互の理解を深める為に不可欠なことではないでしょうか?

国際都市の文化とは如何に? 世界共通のモダンな文化か?

国際都市と言うと、多くの人は近代的な西洋文化を主体とした街を想像します。それは複数の人種が住むメルティング・ポットのような共栄圏と考えることもできるため、一國家の特異な文化を犠牲性にしても世界的な影響力を持つ近代西洋社会の文化を軸にした街造りが最善であると思えるからですが、果たしてどうでしょう。地球上に住む私たちは地球号という宇宙船に乗り込んで一緒に長旅をするようなものです。そこでもし1日3回の食事が最近はやりのゼリー状チューブパックの宇宙食だとしたらどうしますか?考え方は斬新

で合理的、日々の必要栄養素を100%取るという目的も達成、お腹も脹れる、おまけに余分なスペースもとらず保管も簡単とすれば大変優れた案と言わざるを得ませんね。でもこの近代的な宇宙食で一体どれだけの人が満足するのでしょうか?恐らくすぐに飽きるのではないかでしょうか?例え宇宙船内での食事でも、日本人ならやはり箸でごはんと漬物、アメリカ人ならフォークとナイフでピーフステーキ、インド人なら手でこねながらカレーライス、ドイツ人ならフランクフルトとソーセージ(キャベツの酢漬)が絶対に欲しくなるでしょう!

これが食文化であり、これらの違いがあつてこそ初めて自国の文化に対する愛着が深まるだけでなく、多種多様な他国文化に対しても敬意を表するという国際的感覚が養われてくるのです。

国際都市を語るならまず 自国の文化を愛しましょう

自分を愛することができない人は他人を愛することができないように、自国の文化を愛することができない人は他の文化も本当の意味で愛することができません。今日あまりにも多くの日本人、特にこれから時代を担う若者たちが西洋文化の都合の良い部分だけを見聞きした結果、猿真似シンドローム(症候群)に陥っていることを危惧します。自分自身のしっかりとしたアイデンティティーが無いから自己のルーツがわからなければなく、とかく流行の欧米文化を無意識に猿真似し、それがたまたま本当の自分であるかのように演出する傾向は危機的と言えるでしょう。髪を染めるも良し、男がピアスするも良し、ラップを踊るも良し、ハンバーガーばかり食べるも良し、但しその裏では「日本の若者は相当アメリカに感化され、コンプレックスを持っているんだね」と思っている外国人の方が多いことを覚えておか

なければなりません。また逆に多くの外国人が日本の古典的文化を見て素晴らしいと感じ、必死に学ぼうとしていることも知るべきです。国際都市とは自国の文化を捨てて西洋文化の猿真似をすることではなく、自国の文化を基軸とした上で、異文化との共栄共存を目指すことに他なりません。

日本の文化は素晴らしい! いつの時代も世界が注目!

日本の文化は私達が想像する以上にいつの時代でも世界が注目しています。小さな島国でありながら2000年以上に及ぶ長い歴史を持ち、大陸の文化をタイムリーに吸収しながら独自の文化圏を構築してきた日本は、とかく課題に事欠きません。何しろ見かけは微弱な島国であるにもかかわらず、海外での戦争は第二次世界大戦を除いては負け知らず(戦争は反対ですが、ただ歴史的事実だけを述べています)。蒙古が攻めてくれば神風に助けられ、日清、日露戦争では超大国に打ち勝ち、有色人種の中で唯一諸大国と対等に長年論じ合う力を持ち続け、戦後ではその工業力において敗戦のハンディーを乗り越え、瞬く間に世界的な経済大国となった日本は、とにかく非凡で勤勉かつ信心深い民が集まった不思議な国ではないでしょうか。

日本に根付いている文化は食文化、宗教文化、生活習慣、国民性、どれをとっても特筆に値します。例えば食文化においては、和食は世界のベストセラーのひとつとしてどこの中でも大人気です。特に寿司人気は世界各地ブームとなっており、ワサビ、ガリ、トロやハマチ等、寿司が一番の好物という外国人の方をいたところで見受けます。世界有数の多様性を誇る和食には、前述した寿司を始め、刺身や焼き魚、そばにうどん、てんぷら、しゃぶしゃぶ、鍋料理、果てはフルコースの懷石料理などがあり、これ程の美味で多種類の料理を

満喫できる日本人は本当に恵まれていますね。また日本のお家芸と言える柔道や空手などの武道も、長年世界中で注目されています。日本の伝統を代表する文化の一面として、全世界で数百万人の武芸家によって日々愛されている武道は世界にも欠かすことのできないスポーツとなりました。

また昨今の温泉ブームに見られるように日本人は風呂好きです。この温泉文化ひとつをとっても、世界のどこにも類を見ない多種多様の天然温泉を掘削して造り上げ、日本の伝統として今日も楽しんでいます。海外からのビギナーは日本の温泉リゾートを訪れると、誰ももただ「ワンダフル」を連呼するほど、素晴らしい温泉が日本にはいっぱいあります。同様に日本の建築文化は各國の専門家が驚嘆するほどその精巧性を極めています。確かにインドのタジ・マハールのような世界的に著名な建築物は他にも散在します。しかし例えば美観と威厳を兼ね備え、尚且つ自然との調和や、ひと握りの砂まで細かく考えられて建てられた金閣寺など日本の建築文化も、世界を驚嘆させる人類最高レベルともいえる大作が勢揃いしているのです。

世界で多くの人が愛してやまない日本の文化をもっと日本人が自ら愛し、自分の内なるものに息づいているルーツとして自覚した上で世界と接することが、異文化を理解し眞の国際都市を形成するために不可欠なのです。

日本の宗教文化を大切にし、 日本のルーツ、使命を考えよう

今日、あまりにも多くの日本人が、自らのルーツを考えず社会情勢も省みず時代のトレンドも把握せず、ただ私利私欲にうつつを抜かし自分に都合の良い所だけを見よう見眞似でやりたい放題行なうという猿真似シンドロームに陥っています。幼い頃からマニュアル化された人生設計図を歩むことしか教わらず、その道から外れるとなれば人間のレッテルを貼られ、愛国心どころか逆に社会に対する嫌悪感を抱いてしまい、主体性の無いまま生きしていくうちに自分自身を見失い、その結果として国際社会を生き抜くバイタリティーカー乏しくなったよう思えて仕方がありません。しかし、解決策はいくつか残されています。

1. 家族の絆を第一とする
文化は伝承されるものであり、それは魂の内に根付くものです。それゆえ家族の中にあって、親から子、子から孫に伝わっていくべきものです。しかしながらその肝心な家族というコンセプトにひびが入り、現実問題として家庭が崩壊しやすくなってしまった昨今、日本文化の伝承など不可能であるといわれても致し方ないでしょう。まずこの一番の元凶を改善するには、家庭内に「和」を戻すことです。家族みんなが寛ぎ共に仲良く過ごせる時間を日々の生活中で楽しむことが大切なのです。少なくとも平日は仕事、夜は仲間と飲み歩き、週末は家族を置き去りにしてゴルフに行くよ

うな、よくある父親の典型的な行動パターンは極力慎むべきです。このごく当たり前と思われているライフスタイルが、実は自分の家庭だけでなく、日本の文化を破壊することにも一役買っていますので、まず何よりも家庭と家族を第一とした先祖代々のベーシックな生き方に戻ることが大切です。

2. 子供の教育を親が自ら実践する日本の文化を子供たちがしっかりと心に留めて成長していくように教育を重んじることも大事です。その鍵を握るのが円満な家庭であり、一家の長である父親とそのパートナーである母親の在り方が問われます。教育の基本は学校や塾ではなく家庭そのものであり、父と母です。両親が幼い子供達を威厳をもって自ら教えることを最重要課題として自覚し、それを長年実践することにより今日私達が抱えている社会問題の大半が解決します。その上で子供達に学校教育を提供すべきです。日本を愛し、日本の文化を愛し、その延長線として世界の文化を愛することを教えられた子供達は国際社会における適応性が断然違います。そしてルーツを自覚している人はいざというときの底力が違うのです。その為にはまず大人が日本の文化をもっと良く勉強し、楽しみ、自分のライフスタイルの一部として子供たちに教えなければいけません。パンチングで半日を無駄にする時間があるなら、子供たちと成田山にお参りし、なぜ日本人は昔から信心深いのか、話を聞いて聞かせてあげるのも面白いでしょう。また子供たちにサッカーを教えるのも良いですが、日本の武道も捨てたものではありません。昔のように警察官が剣道や柔道教室を開いていた時のほうが子供も警察官も今よりずっとまともだったと思いませんか?

3. 宗教文化を大切にし、日本のルーツ、使命を考える。

最後に、先祖代々より伝承されてきた宗教や道徳觀を学びながら、国際社会における日本の使命をよく考えることが大事です。宗教の博物館とも言われる日本には世界のありとあらゆる宗教が存在します。その中で仏教、儒教、神道が中核をなし、近代においてはミッション系の学校が多数設立されたために教育制度の一環としてキリスト教の影響も多分に受けながら培ってきた日本の道徳觀とスピリチュアルな文化こそ、世界に貢献することのできる日本の美学、美德です。いつまで世界の民からエコノミックニアーネルと呼ばれて甘んじているのでしょうか?物質欲の行き着くところはアニマル化した貪りでしかありません。しかしながら日本の高次元な精神文化から生まれる想いは、家庭の絆を重んじ、社会の和を重んじ、世界平和をひたすら願う祈りに他ならないのです。その上で文化を継承していくことが大切なことです。そのような想いを持つ人が一人でも増え、本当の意味で国際都市の風格と力がみなぎってくることを夢見てやみません。(文:中島尚彦)

盛田で Sail On!

Voyage 6 日本のヨット事情

文・高坂昌信



四方を海で囲まれた島国“日本”。一昔前は造船世界一を誇り、遠洋漁業の船団は世界中のマグロを追い求め、1年中大洋を渡り歩いていました。近年、船籍は外国に移し船員も多国籍化してきたとはいえ、船が日本の貿易の中心を担っていることに間違いはありません。しかし、ヨットやモーターボートといった趣味の船（プレジャーボートとして総称されます）については先進国の中でも一番遅れた状況にあります。国民100人あたりのプレジャーボート保有隻数は次のとおりです。（出典：Icomia）

日本	0.2隻
アメリカ	6隻
ノウエー	16隻
オーストラリア	4隻
他の国と比べて一桁少ないのが現実の姿です。日本の南方系の先祖は南の島から小舟に乗って流れ着き、日本民族の血には海に対する憧憬や恐れといったような感情が海に対して少なからずあるはずです。それなのになぜこんなに差があるのでしょうか？	

私が最初に舟への憧れをもったのは、30年以上前にアメリカのテレビドラマ“わんぱくフリッパー”で海外の状況をはじめて目にした時からでした。沿岸警備を仕事とするお父さんと小学生位の男兄弟2人、それに人間の話を聞き分けピンチになると活躍するかっこいいルカが主人公の物語です。主人公の家は海岸のすぐわきにあり、お父さんは大きなモーターボート、子供達はそれぞれ自分の小さなモーターボートを持ち、ひとたび事件が発生すると玄関から外に出、庭先の桟橋からそれが自分の舟に乗り、あるときは入り江の奥へ、またあるときは沖の小島へと向かっていくのです。こんな世界はテレビの中だけだとずっと思っていましたが、海外の事情を知るにつれ実際にもこんな夢のような環境があることを知り愕然としました。オーストラリアでは仕事を16:00頃に終えた後、日暮れまでの4時間、存分にヨットレースを楽しみ、それが終わると仲間で一杯やりながら食事を楽しんだり… アメリカではヨットハーバーに係留

したクルーザーに住み込み、そこから会社へ通っているプログラマーがいたり…北欧では子供の誕生日にディンギー（一人乗りのヨット）をあげるのが最高のプレゼントだったり…等々なんでこんなに日本と違うのか悲しくなってしまいます。

日本でマリンスポーツを楽しもうと考えた場合、一番問題になるのは港です。海岸線をドライブするとわかるように国内の漁港は3000近くあり、その数はマリーナの約10倍もあります。残念ながらこの漁港は漁業組合に所属する漁船が大部分を占め、趣味の舟は空いた場所があった場合のみ漁協の了解のもと利用できます。（もちろんほとんどの場合有料です）。このところ日本の沿海漁業は衰退の一途で、現実に漁を行っている漁船も少なくなっています。だんだんとスペースにも余裕ができ実際にプレジャーボートに対し積極的に門戸を開く港も増えました。しかし、「門戸を開く=商売気がでてくる」となってしまいかちなのが残念なところです。内房の保田漁港という私もよく行くところがあります。桟橋の端に船を泊め、漁港直営の海の家に似た食堂で格安の昼食を楽しみに行くのが恒例です。数年前は船を2-3時間泊めて無料、食事代も格安という具合に、いうことなしの隠れスポットとしてヨット仲間に口伝で広まっています。その後、船での来訪者も増え、魚が

おいしい食堂ということでガイドブックなどに紹介されるにつれ大型バスも立ち寄るようになり店も港も賑わいはじめました。そしてある日船を桟橋に止めて食堂に歩き始めると漁協のおじさんが停泊料を集金にきました。この日から無料で停泊することはできなくなってしまったのです。とはいえ隣の勝山漁港は乗合の釣り舟で岸壁は占有され、停泊することすら拒否されるに比べればまだいいとあきらめるしかありません。もともと国の税金で造った施設のはずなのにこんなこといいのかと疑問に思う面もありますが、私営のマリーナに停泊することを思えばまだまだ格安料金で利用できるのも事実のため、今後もこういった漁港を利用していくこととなりそうです。

莫大な公共事業費を費やして作った立派な港をもっと有効に使えば今後の日本のマリンレジャーも発展し、多くの人に海を身近に楽しんでもらえる日が来るはずです。東京都知事の石原慎太郎さんはヨットマンとしても有名ですが、羽田空港の拡張だけでなく漁港の活性化についても是非力を入れてもらいたいと切望する限りです。お金をかける必要はありません。人気集まるちょっとした工夫で魅力的な港に生まれ変わるのは、港に浮かぶ船を見ながら夕暮れの海を眺めるときの心の安らぎを是非多くの人に味わってもらいたいと思います。

Let's Tennis!



テニスには出会いが一杯！

2年前のある夜、小さい子供を3人つれて私は安食の小さな寿司屋へ食べに行きました。子供達は畳の上で寝入ってしまったので一人で食べていただのですが、ちょうど真横では年配の仲の良さそうな夫婦がお寿司をつまんでいました。ちらっとお顔を拝見するとどこかで見たことがあるような気がするので「あれ?!」と思って何度も振り向いているうちに、向こうもこちらを見るようになりました。お互いに首をかしげているのもおかしいので「どこかでお会いしてませんか?」と切り出してみると、向こうも「そうだよね、どっかで会ったよね!」と話がはずみ20分程あーでもない、こーでもない、と話しているうちに「もしかするとテニス…!!」

そこで話が爆発です。何と彼は樺沢選手で、30年近く前に石黒修(元デビスカップ選手)チームで私と一緒に練習をしていたテニスの先輩だった

たのです。彼は夢の全日本に出場し、その後公津の杜駅前でテニススクールを経営するに至ったとのこと。私は長年アメリカに渡った後、帰国してから成田に引越してきて仕事をするようになりました。そしてどういう縁か、成田を更に越えた安食という小さな街の寿司屋で再会したのです。テニスには多くの出会いがあります。でもこんな出会いは奇跡に近いのです。今ではミズノテニススクールで

私も学生時代の気持ちに戻り「ちょっとだけ」練習をしています。そして先月号までこのコラムの記事を書いていた通称カツノリ君は樺沢家の一員です!これだから人生は面白い。テニスはもっと面白い!! 出会いを求めるためでも何でも良いです。テニスをしてみてはいかが? (文・中島尚彦)

成田ウェブサイト HOT

- 行政・協会 成田市役所▶ <http://www.city.narita.chiba.jp/>
- メディア 成田市観光協会▶ <http://www.root.or.jp/naritakanko/>
- 成田ケーブルテレビ▶ <http://www.nctv.co.jp/>
- 成田エリアステーション▶ <http://area-station.com/>
- ショッピング 成田ウェブ▶ <http://narita-web.com/>
- 成田国際フレンドシップクラブ▶ <http://welcome.to/NIFC/>
- 成田俱楽部▶ <http://www.d7.dion.ne.jp/~naribaka/>
- 求人 B-Can▶ <http://yp-net.co.jp/BCAN-TOP.html>
- レジャー 成田ゆめ牧場▶ <http://www.yumebokujo.com/>
- 大和の湯▶ <http://www.yamatonoyu.com/>

成田が生んだ驚愕の本格輸入家具専門店!!

安さ断然日本一!!全商品最低価格保証付!!

人気の北欧デンマーク製家具を各種取り揃えております!

**最高級
ダイニングテーブル**
落ち伸びたデザインながら伸縮自在と機能的にも優れたダーリングテーブルが安らぎのひとときをお手伝いします。
※イスは全て別売となります。

DC03K 159,800円	SM32B 169,800円
SM76K 99,800円	SM40MB 129,800円
SM21MB 79,800円	PINAGE シリーズ
24072B 2,980円	24077B 19,800円
24071B 3,980円	24079B 6,980円
24070B 3,980円	26000/106 35,800円 ※マットレスは別売です



すてきな都市計画の結果が大渋滞

成田が生んだ驚愕の本格輸入家具専門店!!

安さ断然日本一!!全商品最低価格保証付!!

人気の北欧デンマーク製家具を各種取り揃えております!

**最高級
ダイニングテーブル**
落ち伸びたデザインながら伸縮自在と機能的にも優れたダーリングテーブルが安らぎのひとときをお手伝いします。
※イスは全て別売となります。

DC03K 159,800円	SM32B 169,800円
SM76K 99,800円	SM40MB 129,800円
SM21MB 79,800円	PINAGE シリーズ
24072B 2,980円	24077B 19,800円
24071B 3,980円	24079B 6,980円
24070B 3,980円	26000/106 35,800円 ※マットレスは別売です
30300/03 32,800円	スキャンバーグ製ベッドフレームは未来を飾る美しくて機能的なファニチャーです。デンマーク製のナチュラルウッドが、寝室のイメージを一新することでしょう。

CUBICシリーズチェスト

30333 **14,800円** 30334 **25,800円**
30335 **20,800円** 30339 **7,800円**
30336 **27,800円** メイプル・チェリー色有り

商品お買上げ後14日以内に他店にて同一規格品が弊社価格より安値で販売されている場合、お申込頂ければ内容確認後に差額をお返しするシステム。(在庫処分品・メーカー特別企画品を除く)

※マットレスは別売です

30333 30335 30336 30334 30339

25200/19M **79,800円** 25200/26C **109,800円**

幅200奥行40高さ215cm 幅248奥行40高さ215cm

48033 **39,800円** 48012 **21,800円** 48011 **14,800円**

幅246奥行43高さ192cm 幅157奥行36高さ167cm 幅80奥行36高さ167cm

48020B ガラス扉付 **39,800円** 42019B **13,800円** 42014B チャビネット付 **19,800円**

幅80奥行36高さ167cm 幅42奥行36高さ167cm 幅42奥行36高さ167cm

42030B コーナースペース用 **16,800円**

幅80奥行36高さ167cm

42020B **13,800円**

幅42奥行36高さ167cm

42015B CDラック付 **21,800円**

幅42奥行36高さ167cm

47060B コーナースペース用 **21,800円**

幅42奥行36高さ167cm

42001B **4,200円**

幅42奥行36高さ122cm

41003 子供用チェスト **8,800円**

幅194奥行76高さ54cm

30386W **11,800円**

幅194奥行76高さ54cm

41013 子供用ベッド **9,800円**

幅194奥行76高さ54cm

47054 子供用デスク **6,800円**

幅110奥行48高さ142cm

30300/03 **32,800円**

幅300奥行106高さ142cm

Tvium-Scanbirk A/S

スキャンバーグ製ベッドフレームは未来を飾る美しくて機能的なファニチャーです。デンマーク製のナチュラルウッドが、寝室のイメージを一新することでしょう。

株式会社 ファニチャーハウス

平日10:00~19:00 土曜日12:00~18:00

TEL 0476-24-5111 FAX 0476-24-5112

http://www.furniturehouse.co.jp

至千葉

株式透視

企業業績と政策との“綱引き”
次のステップを確認する局面

3月末は見かけ上、平穏なまま迎えたが、不良債権処理問題が今期以降に先送りされた格好となつてゐる。相場は大底を入れたとの見方が大勢を占めながらも、慎重に見るを得ない。一方で、米国景気の回復期待が高まるにつれ、国内企業の業績向上期待が株高を演出するとの読みもあり、当面の相場は、米国景気の回復による改善期待と、不良債権処理など国内問題の2点がポイントとなる。企業業績に関しては、ここから徐々に回復するというのがメインシナリオで、すぐに崩れるとは考えにくい。気になるとすれば、米国の消費関連データが弱含みになつてきていることへの懸念である。米企業部門では生産拡大傾向が続いており、雇用や所得への好影響が期待されているが、個人消費が一段と弱まる前に、設備投資がどこまで回復するかが、米国景気の先行きを占うカギとなろう。“外需主導の国内景気回復”シナリオの土台が揺らぐ可能性も否定できないので要注意である。一方政策面については、デフレ対策や税制改革などへの期待があるうち、株価の下支えになるとも思えるが、催促相場で株価が下げるとも考えられるのでこちらも要注意である。

毎月書いているが、政策次第では大相場になる素地はできている。世界から懸念されている日本景気、待つ

<過去の推奨銘柄のその後>

月	推奨銘柄	推奨日寄付	その後の高値	その後の安値	4/19終値	万円
2月号 3月号	イホン タカラ 協和エクソ	1300円 800円 671円	1440円 729円 678円	1168円 770円 610円	1386円 806円 620円	半分持続 700円台買い増し効味あり
4月号						持続

たなしのところまでできているのでは、と思うのは私だけなのであろうか。

日経平均（週足）



<推奨銘柄> 2874 ヨコレイ

シーズンストック銘柄とは、ビールをはじめ、飲料・アイス・炭酸・ビン・ペットボトルなど、夏場に暑くなってきた頃材料になる銘柄であるが、中でも冷凍・冷蔵食品関連のなかから、ヨコレイをとりあげる。冷蔵庫で国内2位、冷凍部門が収入源で、農畜産品も扱う。好財務体質で、PBRは0.6倍。02/9決算予想も増収・増益で、予想一株益36円。PER16倍台の割安銘柄である。高値は、99年は6/23（990円）・00年は7/4（770円）・01年は6/5（808円）と、6月から7月にかけて年初来高値をとる習性がある。チャート的にも煮詰まり感があり、今年も夏場に向けてひと動きが期待される。

株価 4月19日終値 598円
目標 800円
ロスカット 545円 (4月19日 記)

2874 ヨコレイ



関東財務局長第937号(成田市在住)

エヌ・オー・ティー投資顧問 鈴木晃一
銘柄相談等、お問合せ大歓迎します。
TEL/FAX 0476-23-1077

老化を防ぐ最先端医療

Welcome to anti-aging City of Narita!

Dr. 米井のアンチエイジング講座

第6回 抗加齢プログラム その3 精神療法ガイドライン

「病は気から」という格言どおり、病気に対抗するためばかりでなく、健康を維持しながら加齢や老化に対抗するためには、健全で調和のとれた精神活動、すなわち「心」の安定が求められます。

精神療法①:ストレスコピング

ストレスマネジメント、ストレス管理など、みな同じことをさします。要するに受けたストレスを放置せず、いろいろな方法をとおしてそれを軽減してゆこうという試みをいいます。ストレスコピングには、アロマテラピーに代表される手法である「よいにおいをかぐ」という簡単なものから、自己暗示や催眠の手法を応用した「自律訓練法」までさまざまな方法があります。

精神療法②: 健康意識自分で啓発する方法

「健康意識」自分で啓発する方法で、自律訓練の手法を応用しているおすすめのプログラムを紹介しましょう。自律訓練というのは「結果を意識的に再現して、その結果を生じさせる根本的な要因をコントロールするという精神医学的な手法」です。例えば、リラックスした状態で現れる体症状は「筋肉の弛緩」、すなわち「筋肉の緊張も余分な力もどれ、ゆつたりとした状態」です。生理学的には筋肉内の血管が広がり、血行が良い状態といえます。「さあ、リラックスしてください」と言われても、どうしたらよいがわからないでしょう。それが、こうした自律訓練によって自分が望む時にリラックスができるようになるのです。健康意識を自分自身の力で啓発することによって「前向きな考え方」「ストレスに対する抵抗力」「良い生活習慣」を身につけようというわけです。

詳細については、関連ホームページを参照ください(<http://www.vitalsystems.co.jp>)。

精神療法③: 音楽療法

私の趣味は音楽です。しかし、アンチエイジングメティシン全体の治療効果を百とすれば、癒しの音楽の効果は五にも満たないかもしれません。それでも、音楽が好きな人や、興味がある人にとっては、魅惑のアンチエイジングミュージックセラピーになる可能性があります。

精神療法④: アンチエイジング入浴法

入浴には、単に体を洗い清潔をとる目的以外に、疲労した筋肉の凝りをほぐし、心身をストレスから開放させるという高いリラクゼーション効果があります。

それではアンチエイジングメティシンのガイドラインに沿つた入浴法をご紹介します。この入浴に関する基本的なガイドラインは、いかに長い時間、のんびりと風呂を楽しむことができるかということです。

1)お湯の温度は30~33度

夏場はもっと低温度で、29度くらいがよいでしょう。目安は、一度入ったら外になかなか出られない「ちょっと、ぬるいかな」という程度の温度です。追い炊きを開始するのは体がお湯の温度になじんだ後にしましょう。給湯システムにもありますが、追い炊きは散熱でもいいし、一~二分かけて構いません。寒い時は、湯船の中で四肢を頻繁に動かしてください。だんだんと血行がよくなります。四十度に近づけば、四肢や筋肉のこりが軽くなつたことに気づくはずです。

2)10分間以上入浴する

仕事や義務の事を少しだけ忘れて十分です。もつとつと早く試してみたいという方は、休みの日の朝、起きたら何も考えずに服を脱いで、昨夜の残り湯にドブンとつかってみてください。そして、湯船につかってから、慌てて、追い炊きボタンを押すのです。秋、冬のほうが、効果があります。さあ、あなたは何分、風呂にはいることができたでしょうか。

3)入浴生活の充実をはかる

長湯の妙味を知ったあなたは、さらに入浴生活の充実をはかるようにしましょう。本や新聞を読むのもよし、音楽を聴くのもよし、シーズン中ならばナイター中継に没頭するのもいいでしょう。

これらのことには、ちゃんと医学的裏付けがあります。まず、「ちょっと寒いな」と感じる程度の寒冷刺激を皮膚が受けると、血管が広がって血行がよくなります。そのため脈拍や呼吸数が増え、新陳代謝が高まることがあります。これは環境変化が体に与える良質な刺激効果です。不規則な生活や過剰なストレスが続くと、体内のリズムが乱れてさまざまな病気が頭をもたげてきます。そんなとき、このような入浴法は体によい刺激を与えることになります。不規則な生活で失われた体のリズムを安定させることができます。

著者プロフィール：米井 嘉一（よねい よしがず）

1958年東京生まれ。慶應義塾大学医学部卒。現在、日本鋼管病院内科・人間ドック脳ドック室長、(株)サウンドハウス産業医、CENEGENICS®顧問。Anti-Aging Medicine(抗加齢医学)の伝道師としてテレビ、ラジオ、雑誌等で活動中

日本抗加齢医学研究会HP：<http://www.a3mj.com>

パントリ員募集中

音響機器・楽器国内最大の販売店！

職種	業務内容
音響、楽器、家具営業	インターネット・FAX・電話での受注・発注処理及び顧客のフォローアップ業務。外回りや訪問は一切なし。PC経験者で明るく電話応対出来る方ならOK。商品知識がなくても大丈夫。
WEB技術スタッフ	WEBチームはホームページ制作とオペレーション管理。ソフト開発はVB.NET, BASIC, SQL, SERVER等。経験者歓迎。技術チームは各種音響機器のメンテナンス、ラジオ・TVの修理程度の技術経験が必要。
理美容院スタッフ	経理担当者歓迎。PCデータ入力、顧客管理、ファイリングが主な業務。理容室スタッフは一般的な経理業務。試算表作成及びOJT入力等を行ないます。
広告企画スタッフ	各種雑誌広告、WEB広告、メールニュース、通販用CATALOG制作。地域別での発行も行なっています。デザインが好きな人でPageMaker, Photoshop, Illustrator等の経験者歓迎。
物流・梱包スタッフ	商品の梱包・発送業務。基本的にルールにのっとってきちんと業務をこなせる人なら大丈夫。きれいで好きな人清掃が好きな人歓迎。女性スタッフ歓迎です。

<勤務>男女不問、
<就業時間>平日 10:00~19:00 土曜日 12:00~17:00
<休憩>15分、
<福利厚生>祝日、休憩室貸切、4回購入しの可能性有、海外研修優先2回、
社員旅行(ラオイアン・スンサン)、
<月給>189,000円~500,000円(手当含) 新築社屋全館禁煙
<時給>900円~1,500円(経験等による)

会社概要 創立：1993年
資本金：2億7千5百万円
従業員：54名

店舗方法 志願書(写真貼付)
志願書(自己PR等)
以上の書類を下記アドレスまでmail、
または郵送して下さい。
job@soundhouse.co.jp

(株)サウンドハウス

〒286-0044 成田市不動ケ岡1958 (JR成田駅より徒歩15分) ※応募される方はまずはホームページをご覧になって下さい。
<http://www.soundhouse.co.jp>
<http://www.nethouse.co.jp>
<http://www.furniturehouse.co.jp>

国内最大の音響ショップ、サウンドハウスがお薦めする 今、一番話題のデジタルピアノはこれだ!!

1. 国内最低価格返金保証付！
2. 音質とクオリティーが素晴らしい！
3. 成田のショールームで弾ける！
4. 多数のプロがショッピングする著名店！
5. アフターサービスも万全！

イタリアの伝統とプライドが生んだ
デジタルピアノの傑作
GENERAL MUSICが日本上陸!!

JP76
特価49,800円
安すぎる!!
この価格でこの機能!!

88鍵高級
デジタル決定版!!

サイズ:1350W×934H×1102Dmm

ホームユース
に最適!!

RP60
特価79,800円

RP70
特価99,800円

デジタルグランドピアノ
GRP180 鋼琴特価
298,000円

RAPTOR PLUS 特価12,800円

ギターを買うなら
サウンドハウスしかない!!

クロバー・ロッカーユニット搭載
弦に余分な張力をかけない
Pawayクリーニングレット

3シングルコイルピックアップを採用。
弦位置センサーによるギターリングを実現。

トラスロッド
弦の弓をベースで張った
ままに箭頭可能！

深いサウンドの
只为のバランス。
ハイゲインの
フレも容易！

プロ用ピックアップが2個付！
弦の弓をベースで張った
ままに箭頭可能！

で切れの良いカットポイントでハイゲイン
リフも自然なサウンドメイクが可能！

2点支持式シンクロ
ナット式トレーリー
も楽しめる！

6種類の選べる
カバーハード・ラバーハード・ラバーハード
・ラバーハード・ラバーハード

・カバーハード

最高音質に匹敵する
こだわりのバーツ!!

マネーバッグ付き販売金保証付!!

この価格でこれより良いギターが無い
ことを自信を持って良縁します!!

PREDATOR PLUS 特価24,800円

ギターを買うなら
サウンドハウスしかない!!

クロバー・ロッカーユニット搭載
弦に余分な張力をかけない
Pawayクリーニングレット

3シングルコイルピックアップを採用。
弦位置センサーによるギターリングを実現。

トラスロッド
弦の弓をベースで張った
ままに箭頭可能！

深いサウンドの
只为のバランス。
ハイゲインの
フレも容易！

プロ用ピックアップが2個付！
弦の弓をベースで張った
ままに箭頭可能！

で切れの良いカットポイントでハイゲイン
リフも自然なサウンドメイクが可能！

2点支持式シンクロ
ナット式トレーリー
も楽しめる！

6種類の選べる
カバーハード・ラバーハード・ラバーハード
・ラバーハード・ラバーハード

・カバーハード

最高音質に匹敵する
こだわりのバーツ!!

マネーバッグ付き販売金保証付!!

この価格でこれより良いギターが無い
ことを自信を持って良縁します!!

MARTIN

ギターを買うなら
サウンドハウスしかない!!

OMI 93,800円
OOO1 89,800円
OOOx1 79,800円
OOOM 82,800円
OOO15 109,800円
D1R 79,800円
D-M 57,800円
DXM 259,800円
HD35 289,800円

OOO28EC

9,500円
特価6,800円

直径20cm
ピニッポン
照明スリーナー付

特価5,800円

AUK DEO-DJ

フレームマイク

AMERICAN DJ

SMOKE II

ミラーボール

直径20cm
ピニッポン
照明スリーナー付

特価5,800円

PEAVEY INTERNATIONAL SERIES

ドラムセット

世界No.1ブランド
Peaveyだから
できるDRUM革命!!

独立したカムローダーはセッティングが自由。

ステイク、イスまで付属。箱を開ければ即演奏可能!!

スピーカーは吸音機につけを可能!!

14"X6.5"ステルラーティプ

ホンモノの鼓面フロントヘッドに輝く
PEAVEYゴ!!

この価格で5種類の
カバーをチョイス可能!!

ブラック・タリック・ワイヤード
・タリック・ダーグリーン・ディープ

オーシャン・メタリック・シルバー

激特価