

成田の将来と日本の未来を見据えて撃つ！
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

成田シティージャーナル

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、香取市、山武市、八千代市、四街道市、酒々井町、栄町、小林、安食、多古町、横芝光町、芝山町、神崎町

発行部数：275,000部

それでもプーケットが大好き!!

第1回プーケット国際マラソンで思わぬハプニングが続出!!

春先にロスアンジェルス国際マラソンを走り終えたばかりで、来年2月の東京マラソンまではもう走ることはあるまいと思っていましたが、6月に第1回プーケット国際マラソンが開催されることを耳にすると、思わず勇み立ってエントリーしました。

プーケットは仕事の関係でよく訪れます。来る度に緑の自然に囲まれた美しい南国の風景や、いつも暖かく透き通った青い海、そしてタイ人の気質の優しさ、タイ料理の美味しさに魅了され、いつしかプーケットの大ファンになりました。世界中を旅する筆者にとって、プーケットは正に癒しの楽園の筆頭であり、余暇を過ごすにはもってこいのリゾートタウンです。

しかしあの悪夢のような津波の被害から、プーケットは未だに100%の復興を成し遂げていないのが現状です。日本からの観光客は徐々に回復してきてはいるものの、未だに現地の観光業界は苦戦を強いられています。だからこそ、マラソンを走ってプーケットにエールを送りたいと思いました。

コース情報の無い国際マラソン大会?

1週間程しかない準備期間でしたが、体調もさほど悪くなく、毎日多少は走っているのが3時間台で完走できる自信は十分です。まず初回の国際マラソン大会ということで、最低限の情報収集を行いました。気温は29度、湿度は90%前後と高く、ランナーにとっては過酷な条件です。しかも困ったことに最も大事なコース情報が手に入らず、ホームページにも十分な情報が掲載されていません。プーケットは小島でありながらも、海岸沿いの道路は意外と高低差があります。もし急斜面がコースの途中にあるとするならば、事前に理解していないと、ひどい目にあってしまうのです。大会後わかったことですが、最後までコースのルート変更があった為、正式なデータを事前に提供できなかったそうです。

つまるところ情報は無くても

国際マラソン大会なので、きっとランナーに優しい、できるだけ平坦な道をコースとして選んでいるだろうと、希望的観測をもってそのまま本番に臨みました。その後、とんだ奇想天外の難コースが待ち受けているとは知る由もありませんでした。

プーケットマラソンのスタートはお祭り気分

フルマラソンはホノルルと同じく朝5時、暗闇の中でのスタートです。過去3度ホノルルを走っており、ロスアンジェルスでは30度の猛暑の中を走り通した経験があるため、暑さは全く気になりません。しかし日本との時差はあまり無いとはいえ、遅くとも午前2時までには起きなければならず、睡眠時間は2-3時間しかとれないのが早朝マラソンの宿命です。

大会全体の参加者は1400人程でしたが、フルマラソンの参加者はさすがに2-300人しかいないとのこと。早速スタートラインに到着すると、これまで見てきた大規模な国際マラソンでの雑踏とは打って変わって、スタートライン周辺でもさほど人が集まっておらず、参加者も周囲の人達も、和気藹々と写真を撮ったり騒いでいるのが印象的です。

スタート直前、このマラソン大会の発起人の一人である著名ランナー、増田明美さんが日本語で挨拶をされました。ゲストランナーと聞いていたので、てっきり一緒にコースを走るものと思っていたのですが、残念ながらトークだけに終わってしまったようです。

スタート直後の快適なコースは見もの!

ピストルの響きと共に、期待に胸をはずませてスタートを切りました。まだ周囲は暗闇ですが、さわやかなプーケットのそよ風に体を労わられながら、潮の香りを体一杯にうけて前進です。プーケットでも高級リゾートホテルが立ち並ぶラグーンがスタートセクションですので、そこから最初の5kmは綺麗に整地さ

れた道路沿いを、自然を眺めながらランナーは走ります。さすがプーケット!例え暗闇であっても自然の香りに満ちた、うっすらと目に映る朝焼けの美しい光景はランナーをワクワクさせます。「あー、走り始めて良かった」と感じたのは、この最初の5kmだけでした。

夢が失望のどん底に化ける最悪コースか?

コースに選ばれた周辺道路は想像以上の起伏があり、最初の5kmを過ぎると、高い気温と重なって、思ったより体力の消耗が激しく感じられました。「アー、やっぱり大変だ。」とつぶやきながら海辺の折り返し地点に近づくと、まず最初のハプニングです。舗装された道路がいつの間にか、水溜りだらけの泥道に変わっているではありませんか!しかも、まもなくハーフ地点を通過するはず、と思われる場所に何故かしら標識が見当たらないのです。通常、ハーフ地点は人が大勢いますし、「ピー」となる計測用タイマー用のマットだけでなく、大きなサインが掲げられているものです。でこぼこの土道を気をつけて走っているうちに、いつの間にかハーフを通り過ぎていたのです。

繁華街と交通整理の無い道路を暴走?

30km地点を過ぎてひどく疲労を感じ始めた矢先、このマラソンコースは驚くことにプーケットの人々が買い物で賑わう商店街に突入したのです。そこはマラソンを走る環境ではありませんでした。何しろ人が大勢いるのですから、スピードを出して走れば人にぶつかります。また疲れてのどが渇いている訳ですから、この雑踏の両側に並ぶお店は誘惑でしかありません。美味しいドリンクと食べ物があり、そこで人々が飲み食いしているのです。立ち止まって「お水一杯」などと言おうものなら、そこでレースが終了しかねません。見て見ぬふりをする、とは正にこのことでしょう。

商店街を過ぎると今度は車が普通に行き来している一般

道路へとコースが移り変わったのです。「あれれ?」と思いきや、正に不安が的中です。どこをどう見ても交通整理されている気配がありません。マラソン大会で車が走っている道路を、車と平行してランナーが走るという思いがけない体験です。不安にかられて走っているその時、突然オートバイが自分の右肘をかすって走り抜けて行きました。更なる恐怖は、道路を横切ってコースを右折することです。タイヤは左側通行ですから、右折する際は道路の左側から中心沿いに車線変更(?)して、それから右折します。ということは、ランナーは右肩越しに車が来ていないかを確認して、道路を横切らなければならないのです。疲れ切って走っているランナーに、車に注意して道路を横切れと言えるでしょうか!

更にこの大会では毎kmごとに目印が設置されることになっていますが、それ自体もあてにならないことがわかりました。設置されている位置がずれているような箇所があり、またハーフを過ぎると徐々にサインも見当たらなくなり、ラップタイムの計測が不可能になったのです。レースの後で分かったことですが、マークを設置できない箇所が複数あったため、サインを前後に適当に動かして設置しているうちに、かなり狂ってしまったとのことでした。

ランナーを失望させる給水所の悲劇

究極の失望が2.5km間隔で設置されている給水所です。フルマラソンでは通常、前半は水を補給し、後半では栄養ドリンクを摂取してエネルギーの補給をします。ところが本当に必要となった30km地点以降の給水所には水しか置いてなかったのです!まさかと思って次の給水所まで我慢して走ると、そこにもありません。「こんな馬鹿な話があるか?」と、いっきに戦意喪失です。

これも後から聞いたことですが、ハーフマラソンのコースが31km地点からオーバーラップしていたために、先にその箇所を走り抜けたハーフランナーが、用意してあった栄養ドリンクを飲み干してしまい、在庫が無くなってしまったとのことでした。

無論、当初からレースの目玉であった各給水所におけるスイカとバナナの配給等、先に食べつくされたのでしょうか、一度も見ることはありませんでした。

最後までランナー泣かせのコース!

それでも我慢して走り続けるのが根性というもの。しかしゴールまで後10kmというランナーが一番疲れを感じる32kmポイント以降から、遂に恐れていた急斜面の登場です。「これが最後の難関か!」と思って1つ越えると、また次の坂道が現れるのです。何度も続く斜面の連続に、筆者も遂に根をあげてしまい、レース途中で歩いたことがない自分が、上り坂で歩き始めました。歩いて分かったことは、その方が無理に走るよりも確実に早く、楽に坂を登れるということです。

遂にゴールまで後1km、コースはショッピングセンターの中を通り抜けていきます。その時、驚いたことにセンターの入口に向かって道路の逆側から大勢の小学生が走ってくるではないですか。そしていつの間にかちびっこランナーの群集はフルマラソンコースに合流し、肝心なラストストレッチをふさぎ始めたのです。子供達も疲れきっており、歩く子もいれば、ゆっくり走っている子もいます。最後の力を振り絞って走っている疲労困憊の自分にとって出来ることは、子供達に「you can do it!」「頑張れ!」と大声で声を懸けることだけでした。

やっとの思いでゴール!しかし問題はまた続きます。ゴールラインを切った後、脱水症状がひどいので水を飲もうとしても、大勢の子供達が狭いゴール周辺で立ち止まっていた為、暫く身動きが取れなくなりました。これは「Water please!」と言っても誰も手を差し伸べてくれない!既に吐き気を催していたので、もう少し給水がおそければ、その場で倒れていたことでしょう。

何だかんだと文句ばっかりに聞こえてしまう体験記ですが、これを参考に、来年はもっと素晴らしい、本来あるべき姿のマラソン大会を開催してもらいたいものです。頑張れ、プーケット! (文:中島尚彦)

世界の片隅から

私のカメレオン5 井上 健



前は、コオロギの宅配便を利用することによって、私が飼っていたカメレオンのファータマの餌の心配がなくなったことを書きました。ついでにもう少しコオロギのことを書いておくと、100匹のコオロギは、それは良い声で鳴きました。秋の夜にコオロギが鳴くのはいいもので、私は結構聞きほれていました。ところが、毎晩毎晩コオロギの音色が小さくなっていくのです。しばらく経つと、とうとう何の音色も聞こえなくなりました。「そして誰もいなくなった」というわけです。このときは改めて生物界の冷酷さを思い知らされ、カメレオンとコオロギの双方に感情移入をしてはいけないうえと実感した次第です。ファータマは長い舌をペ

ろりと伸ばしておいしいコオロギを食べまくり、元気いっぱいのようなのでした。元気といっても別に活発に動き回るわけでもなく、相変わらず枝にじっと止まっているだけです。そこでファータマを街に連れ出すことにしました。とはいえ特別なものが必要なわけではなく、ただ肩に載せるだけです。ファータマは小さな手足でしっかりセーターにしがみついていますから、ちょっと歩き回ったくらいで振り落とされることはありません。自分でどこかに飛び移ろうなどという気もさらさらないので、かくて私はファータマを肩に載せてジュネーブの目抜き通りを歩き回りました。すれ違う人でファータマに気がつく人はいませんでしたが、私がウィンドウショッピ

ングなどをして立ち止まっていると、隣にいた人が突然ファータマに気がつき、びっくりしていました。今思えば馬鹿馬鹿しい話ですが、私はそれが面白くて、得意げにファータマを見せびらかしたり持たせてあげたりして喜んでいました。ファータマは嫌な顔ひとつせず(あまりカメレオンに表情はないのですが)、それなりにみんなに愛嬌を振りまいていました。ところで、ジュネーブに住んでいると物価の安いフランスに毎週末のように買い物に出かけるのですが、ある日ファータマを連れてフランスのスーパーまで買い物に行った帰りに、なんと税関でファータマが見つかったのです。このときは結構大変でした。税関の官吏に、どこでこのカメレオンを手に入れたのか、なぜ連れまわしているのかなどとさんざん尋問され、挙句にこれはワシントン条約に違反しているのではないかと言いつつ出します。ワシントン条約というのは、ワシントンで1973年

に採択された「絶滅の恐れのある野生動植物の種の国際取引に関する条約」というのが正式名称で、この付属文書に記載されている動植物を、国境を超えて移動させる際には、輸出入の許可が必要とされています。当時の私は、カメレオンがワシントン条約の対象動物かもしれないなどとは考えても見ませんでした。今調べてみるとカメレオンは付属文書IIに記載されています。付属文書Iに記載されている種は(たとえば象やトラやサイなど)、絶滅の恐れがあるので商業取引は原則として禁止されており、付属文書IIに記載されている種は(たとえばカバや北極クマやカメレオン)、現在は絶滅の恐れはないが、将来的にその恐れがあるので取引が制限されています。しかし、当時はまだカメレオンは付属文書IIにリストされていなかったようで、税関官吏が分厚い本のページを隅々まで調べ上げた末に、ファータマはシロとみなされ無罪放免になりました。

成田ナルミNAVI 第13回 "ちょっと贅沢"が楽しめる店 『寿司・創作料理 一幸』

イオン脇にちょっとお洒落な寿司・創作料理の一幸がある。空港街道から一本奥に入ると、駐車場も広くアクセスは悪くない。小奇麗な玄関から中をちょっと覗くだけで、良質の和食に伴う新鮮な雰囲気を感じることができる。正面には寿司カウンター、右側がテーブル席、左に行くと10人程座れる小奇麗な和室がある。早速和室に案内され、ちょっとリッチな気分になって和風ランチをオーダー。メニューは寿司を中心として7種類、1200円から2000円まで。蕎麦やてんぷら、茶碗蒸し等、旬な食材を取り入れたメニューで、数種類の一品料理を一口サイズで楽し

めるレディースランチもある。筆者は特別ランチを注文。冷たい一口蕎麦、寿司、天婦羅、煮物、茶碗蒸し、シャーベット付で2000円とやや高めの値段設定だが許容範囲。冷やし蕎麦の好みは分かれるが、普通のざる蕎麦の方がベターか?天婦羅は衣があっさり揚げられ、塩味で食すると特にイカ天が美味しく大満足。肝心の寿司は昼時で忙しいせいシャリの握りが甘く、箸でつまむとすぐにくずれてしまった。ネタはまずまず。店の雰囲気もよし、板前さんも熱心であり、何となく応援したくなるような店でした。総合評価★★★★☆



＜一幸＞ 成田市ウイング土屋93 TEL 0476-24-1114

くらしを考える 第27回 …暮らしの中の化学物質… 健康への影響

人間の健康に悪影響を与える化学物質の主な発生源は、実は日常生活の中で使用される家庭用品に多く潜んでいます。健康被害の原因究明のため環境省環境安全課では調査研究が進められていますが、口・皮膚・呼吸器から体内に入り込んだ化学物質が病気を発症させたり症状を悪化させる原因となっていたことが徐々に解明されつつあります。①口からの場合、たとえば殺虫剤・医薬品などの誤飲による中毒事故や、特に乳幼児特有の「何でも口に入れる」行為による化学物質の溶出に伴う健康被害があげられます。

最近の話題として、アメリカで高濃度の鉛を含むアクセサリを誤飲した幼児が鉛中毒症状を示し死亡した事故が発生しました。日本でも高濃度の鉛を含む金属性アクセサリの販売自粛がこの3月から実施されています。②皮膚からの場合、洗剤などに広く使用される界面活性剤・クリーニング溶剤・着色剤・紫外線吸収剤・抗菌剤などによるアレルギー性接触皮膚炎等があります。皮膚は化学物質と接触する頻度が高く、健康被害は多いのです。③鼻・のど・気管支・肺等の呼吸器系に健康被害を生じるのは、塩素系と酸性タイプの洗剤の混合使用によって発生した有毒ガスによる中毒事故、高濃度の科学物質に接触することによる呼吸器障害事故、防水スプレーの噴霧ミストを吸い込み呼吸

器困難に陥った事故、更に化学物質が鼻粘膜から入り込み、脳の嗅覚中枢に達し神経系の機能障害を発生させる可能性などが指摘されています。こうした情報は一般にも広く速やかに、十分理解できるように提供されるべきであり、分からないことは随時メーカー等に聞いて、製品を正しく使用方法を確認し、健康被害から身を守りたいものです。

消費生活コンサルタント：桐原 照子

倉庫整理用
中古パレット
無料でさしあげます
数量に限りがありますのでお早め!
JR京成成田駅そば
サウンドハウス 物流部 (担当: 伊能)
0476-22-9338

ACD049
ダイニングチェア
販売価格 21,800円(税込)
幅60cm×奥行45cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD053
アームチェア
販売価格 9,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付

ACD055
ダイニングチェア
販売価格 34,800円(税込)
幅60cm×奥行55cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD059
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ALD013
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

AMB015
アームチェア
販売価格 6,500円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD049
ダイニングチェア
販売価格 21,800円(税込)
幅60cm×奥行45cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD053
アームチェア
販売価格 9,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付

ACD055
ダイニングチェア
販売価格 34,800円(税込)
幅60cm×奥行55cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD059
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ALD013
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

AMB015
アームチェア
販売価格 6,500円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

RC0086
リクライニングチェア
販売価格 35,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

RC0087
リクライニングチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

ACD049
ダイニングチェア
販売価格 21,800円(税込)
幅60cm×奥行45cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD053
アームチェア
販売価格 9,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付

ACD055
ダイニングチェア
販売価格 34,800円(税込)
幅60cm×奥行55cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD059
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ALD013
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

AMB015
アームチェア
販売価格 6,500円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

RC0086
リクライニングチェア
販売価格 35,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

RC0087
リクライニングチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

ACD049
ダイニングチェア
販売価格 21,800円(税込)
幅60cm×奥行45cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD053
アームチェア
販売価格 9,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付

ACD055
ダイニングチェア
販売価格 34,800円(税込)
幅60cm×奥行55cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ACD059
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

ALD013
アームチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

AMB015
アームチェア
販売価格 6,500円(税込)
幅60cm×奥行65cm×高さ85cm
クッション付
カラー:ダークブラウン

RC0086
リクライニングチェア
販売価格 35,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

RC0087
リクライニングチェア
販売価格 19,800円(税込)
幅100cm×奥行110cm×高さ110cm
カラー:ダークブラウン

※ 価格は全て税込み価格で表示されています。

最低価格
マネーバック
保証付

「サウンドハウス」の
家具は全て「日本製」です。

「サウンドハウス」の
家具は全て「日本製」です。

「サウンドハウス」の
家具は全て「日本製」です。

株式会社サウンドハウス
〒282-0044 千葉県成田市不動ヶ岡1958
http://www.soundhouse.co.jp

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

日本とユダヤのハーモニー

文・中島尚彦

【第8章】ヘブライ語が解明する「さんさ時雨」のメインテーマ

54

未病を治す

橫山瑞生

第22回

自分の健康は自分で守る

中国医学の古典『黄帝内経・素問』は世界に誇れる人倫・医学・哲学を記した書籍です。私たち漢方医学を生業としている者にとって、座右に置いて、事有るごとにひもとく重要なものと昔から伝えられています。

その第一篇は「上古天真論」と名付けられています。「上古」とは、人類の生活がまだごく初期の段階であったことを指す総称です。「天真」とは先天的に与えられた命と解釈されましょう。その命に備わった「氣」を元真とか元氣といいます。「ご無沙汰いたしていますが、お元氣ですか？」の元氣のことです。

さて、その第一篇の中に次のような文章を見かけます。
帝日、人年老而無子者、材力尽耶、將天数然也。岐伯曰、
女子七歳腎氣盛、齒更髮長。二七而天癸至、任脈通、太
衝脈盛、月事以時下。故有子。

直接現代の言葉に訳すと次の様になります。黄帝がいう。「老境に至れば、もう再び子供を産むことができません。これは精力が不足したからなのか。それとも天から与えられた限度があるからなのか」。伯がいう「男女の一般的な生理過程は、女子は七歳になると、腎氣が充たされだし、齒が脱けかわり、毛髪もまた長くなってきます。十四歳になると、天癸が発育・成熟し、任脈はのびやかに通じ、太衝の脈は旺盛になって、月経が時に応じてめぐってきます。だから子供を産むことができます。」…と女子の人身の盛衰を述べています。いうまでもなく男子についても記されていますが、ここでは略します。

このように自然の摂理を観察し、質の良い生涯をいかに過ごすかを二千年以前に説いているのです。驚きです。

女性にとって月経は特別な意義があります。月経がある年齢になりますと、大人の女性としての美しさが異なります。それと子供を産む事が可能になるのです。しかし、月経期は決して楽でない人も少なくありません。往診の際、七転八倒の苦しみに喘ぐ方に会ったことがあります。そこで月経困難症、月経異常に用いて、著効をみるツボを紹介しましょう。東洋医学としての漢方薬・鍼・灸は絶妙な効果をもたらしてくれます。先ず、ツボの名は関元。へそと垂線下で恥骨上線を五等分します。へそから3/5のところが関元です。足三里は先月号で図解があります。三陰交は内踝の上、約15cmのところ。月経時だけでなく、続けること。指圧でも、灸でもよい。この記事は次に続けます。

PROFILE



横山 瑞生
(よこやま ずいしょう)

1939年 茨城県常陸大宮市に生れる。
1964年 東京高等鍼灸学校卒業、在学中から大塚敬節氏に師事し漢方を学ぶ、後小川晴通氏に師事し鍼灸を学ぶ。
1971年 中国医学研究協会設立に参画。
1973年 中華医学会の招聘で訪中、鍼麻酔、耳鍼療法など我国に最初に紹介した1人。現在、日本東洋医学会会員、日中医療普及協会会長、新宿鍼灸師会会長、日本ホリスティック医学協会常任理事、一本堂鍼灸療院院長などの傍ら国内外の後進の指導に当たる。

著訳書 『カラー版鍼灸解剖図』『最新中医針灸穴位掛図』『針灸経穴辞典』『針灸寄穴辞典』『アレルギーはツボで治る』『耳針療法掛図』ほか多数。

〈連絡先〉

一本堂横山鍼灸療院 電話 03(3359)6693 FAX 03(5379)8901
東京都新宿区本塩町10 四谷エースビル101

[illegible]

求人 仕事の延長線に夢を持ちたい人、大集合!

インターネット、電話、FAXなどにより頂いたご賞・照明機器楽器の注文も、日本全国に即日発送! スタッフ全員がお互いの個性を認め合う、そんな職場です。水曜読者も大歓迎! みんなが活躍できます!!

編集・梱包

商品の梱包、発送、倉庫管理、清掃を行います
トラック運転、フォークリフト経験者歓迎

営業

PC経験者で明るく電話対応、接客ができる方
外国人/ノルマ 切ありません

総務

伝真作成や書類のファイリング、データ入力

広告

雑誌広告、PC製作等、Illustrator、CTP経験者
文章が得意な方、出版、編集経験者歓迎

SE・プログラマー

Visual Basic及びデータベースの構築を行います
経験3年以上のプログラマー優遇

社内システム管理

Windowsサーバー/ネットワーク管理に興味がある方

応募: 月/10:00~19:00 (日曜/12:00~17:00)
就業地: 東京、近畿圏

休日: 月曜、祝日、隔週1日、夏季・年末年始休暇、有給休暇
住所: 18区にある、学生・社会不慣れ・パート・主婦も大歓迎
給与: ハード・アルバイト 時給850円~1,200円
正社員 1.75,200円~3,800,000円/月
マネージャークラス 400,000円~200,000円/月
※その他は給与次第で、年4回の昇給チャンスあり!
※年俸制、経験・年功を重視いたし、し、
待遇: 各種社会保険、社宅・社中車、海外1回、
福利厚生あり、テニスクラブ費等。

応募方法

①お便り(写真添付)は応募書(PDF形式)
②以上の資料を左記アドレスでEmail、または
郵送してください。
job@sundhouse.co.jp

音楽機器・楽器・楽器の総合デパート

サウンドハウス

<http://www.sundhouse.co.jp/>

「成田シティージャーナル」に関するご意見、ご感想、ご要望、バックナンバーご希望の方、
その他なんでも、皆さんの声をお待ちしております。連絡は下記まで。
電話：0476-24-6777 電子メール：comment@naritacity.com

バックナンバーが全部見られる！表も写真もカラーで表示！
<http://www.naritacity.com/>