



元気村から送る 楽しく素敵なニュースレター！

第四十五号

# ベンチタイム

# 12月号



発行責任者

パン工房ハローエレファン

(有) ルカンプリエ 楠 忠修

神奈川県 平塚市 公所 408-1

TEL: 0120-397-529

FAX: 0120-42-1510

HP: <http://www.genkimura.com/>

ベンチタイムとは…分割・丸める時に傷ついた生地を一度休ませる為に必要な時間。

今年もいよいよ残りわずかとなってしまいました。紅葉で美しかった木々の姿も、最近では木枯らしがふきすさぶ姿となり、なんだか寂しく感じています。そんな寂しさを、クリスマスのイルミネーションに励まされ、歩んでいる毎日です。皆様はどんな年末を過ごされているのでしょうか？



皆さんは初日の出を見に行きますか？

「元旦には初日の出を必ず見に行くよ」という方もいるかもしれませんが、ありふれた情景にもかかわらず、日の出ほど人の心を打つものはありませんね。特に初日の出ともなると、普段は関心の無い人もつい見たくて遠出をしてしまうこともあるのでないでしょうか。 \*



ところで、日本国内で一番最初に初日の出を拝める場所はどこだと思いますか？

多くの方は、「北海道の一番東にでも行けば」と思うかもしれませんが、ちょっと違います。

日本での日の出時刻の決定は3つの条件が絡みます。 \*

- ①東に行けば行くほど早くなる
- ②南に行けば行くほど早くなる
- ③高所に行けば行くほど早くなる。

割合的には、①は緯度1度あたり約4分。②は緯度1度あたり約2分30秒。そして③は高度1000メートルあたり約5分。これらの条件にそって探していくと、日本で一番早く初日の出を拝める場所は北海道ではなく、富士山頂ということになるのです。

しかし、確かに富士山頂が一番早いです…が、真冬の富士山に登頂してまで、初日の出を見たいなんて思う人は多分いませんよね(笑) 皆さんは来年、どこで初日の出をご覧になるのでしょうか？



今月の一句 悔い捨てて 明日の新風 待ち侘びる

きみ子

# 販売員のひとりごと

担当は中村 健次郎です



この仕事を始めて3年目を迎え、お客様一人一人が自分の家族のように思えてきたこの頃です。



初めは売り上げを伸ばそうと必死でした。他の人以上に新規訪問をし、多くのお客様と接して行く中で、様々な出会いがありました。笑顔や、優しい心遣いから励まされ、励ましあい、交流を重ねていくうちに、自分に無い人格形成に必要な真の愛(あたたかい心)が心の中に流れ込んで来るようになりました。



いつからか、「売り上げを伸ばす」「お客様」という以上に、誰か大切な家族を訪問するそんな気持ちになっていました。これからも長い付き合いをして行きたいと思うයි。



寒い朝に目覚めると、お客様の顔が浮かんできます。“真心込めてあいさつから”と、今日も飛び出して行きます。

# 天然重曹パワー

粒子の細かい天然重曹！！

## 年末年始大掃除の巻

年末の大掃除。新しい年を気持ち良く迎えるためにも、お家をピカピカにしましょう。こびりついた汚れも大丈夫。今年の締めくくりも重曹パワーにお任せ下さい！

①コンロのまわりの油汚れに…  
ガス代に飛び散った油汚れなど、お酢と重曹を各適量混ぜた溶液で拭き取ると簡単にきれいになります。

②冷蔵庫はいつでも清潔に…  
約500mlの水に、重曹大さじ1杯を溶かした水溶液で拭き洗うとピカピカに。

③便器に染み付いた汚れをキレイに…  
重曹をたっぷりかけて、トイレブラシでこすりましょう。少し時間をおいてから流します。



靴箱にもOK!

# 頑張れ編・集・長

今年も寒くなってきました。

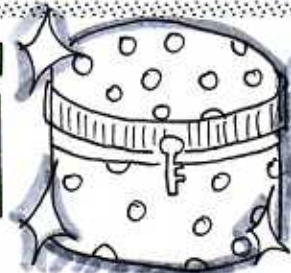


日ごと靴下の履く数が増えます。



# レシピの宝箱

「生ハムのオープンサンド」



## 【材料】

- ☆ロイヤルハニー 6枚切1枚
- ☆スライスチーズ 1枚
- ☆トマト 1/4個
- ☆生ハム 4枚
- ☆玉ねぎ 1/6個
- ☆オリーブオイル 適量
- ☆塩・こしょう 適量



## 【作り方】

- ①玉ねぎを薄切りにし、トマトをスライスする
- ②ロイヤルハニーにスライスチーズをのせて、4枚の三角形になるようカットする
- ③カットしたパンにスライスしたトマトをのせ、生ハムを重ね、玉ねぎをのせる
- ④オリーブオイルをかけて、塩・こしょうを振る  
お好みでハーブを飾ってみたり、トーストにしても美味しく頂けますよ。是非お試しください。



# 桑茶

## あんな声 こんな声

今月も嬉しいお便りが届きました。そんな喜びを皆さんにもお裾分け～☆

### これから桑茶生活頑張ります！

桑茶の話は担当販売員の方や、様々な形で耳にしていた気にはなっていました。が、なかなか一歩踏み出せず足踏みをしていました。

そんな折、ふとしたきっかけで決心することが出来、3ヶ月程前から購入する次第になりました。毎日朝食時には必ずかかさず飲んでます。一日一包ですが、しっかり継続していて、調子もいのように感じています。次回の検査の結果を楽しみに思いながら、またお手紙を書こうと思っております。これからもよろしくお願ひします。

厚木市 高穂様

応援  
しています。

### 担当販売員より

いつもありがとうございます。糖尿予備軍なのだそうです。飲み方をしっかり守って、私も良い検査結果が出ることを期待しています。

## パン屋さん 今月のひとおし!

ハローエレファン

移動のパン屋さん。車の中にはたくさんの美味しいパンが積み込まれています。今月のひとおし! 各販売員にパンの紹介をしてもらうコーナーです。

【商品名】  
「黄な粉パン」

【価格】  
105円 × 3個入

【特徴】  
揚げたドックパンに、黄な粉をまぶしたパン。冬限定商品。

【紹介者】  
担当: 楠 友美  
「小学生時代、給食で大人気だった黄な粉パン。一口食べるとあの時を思い出す思い出のパンです(笑)ただ、黄な粉がまぶしてあるだけなのに、なんでこんなに美味しいのでしょうか？」



## 注目です!伝言板ですよ。

☆移動販売の年末・年始休業日が決まりました。

12月28日(日)から1月4日(月)までお休みします。何かとご不便をおかけ致しますが、よろしくお願い致します。年末の特別注文の用紙が、各販売員より配布される予定です。是非ご利用下さい。

## 編集後記

姪っ子が誕生して、来週の土曜日で200日目。成長には個人差があるが、姪っ子はまだ寝返りが出来ない。急かすつもりはないが、見守る側としては焦れる思いが募る。

今年一年を振り返ってみるとルーチンワークと日曜日、そんな一週間が繰り返され、そして一年が終わろうとしている。

ふと、今日は私が誕生してから何日目だろう?と考へてみた。微々たる変化だが、毎日少しずつ成長している姪っ子の姿に比べ、自分自身は少しでも成長し続けているだろうか、と。

今、原稿に向き合っているこの瞬間も、私の生涯において一度しかない瞬間。そう考へてみると、同じなようで同じでない大切な瞬間であり、新しい一日だと気づいた。

ここで来年の決意表明。「この瞬間を大切に生きる!」今年一年ありがとうございました。来年もよろしくお願ひします。

各担当者に聞きました!



# 四字熟語 & 川柳



今年も最後の一ヶ月。各販売担当者に聞きました！  
今年を振り返っての「四字熟語」と、来年に向けて一句。さあ、あなたの担当者は  
どんな言葉を残しているのでしょうか？



名前

くすのき ただのび  
楠 忠修

☆四字熟語☆

無我夢中

\*川柳\*

踏み出した  
一步広がる  
靑い空



名前

やまうら ゆたか  
山浦 豊

☆四字熟語☆

自戒自制

\*川柳\*

皆様の  
笑顔を見るが  
喜びぞ



名前

なかむら けんじろう  
中村 健次郎

☆四字熟語☆

初心貫徹

\*川柳\*

満月や  
心の隅に  
照らし来る



名前

やまだ ひろあき  
山田 浩道

☆四字熟語☆

七転八倒

\*川柳\*

こんにちは、  
さわやかにここに  
山登り



名前

みとひわ ひさえ  
十河 久恵

☆四字熟語☆

大器晩成

\*川柳\*

世の不義と  
己の科は  
同じ事



名前

くすのき ゆみ  
楠 友美

☆四字熟語☆

自由闊達

\*川柳\*

前を向き  
手を取り合って  
この一歩