

東淀川をもっとゴキゲンに!

月刊

スネイルトラック

9

月刊 スネイルトラック SEPTEMBER 2020



新聞部門

ニュースを届ける。

株Snailtrackのお仕事は、「ニュースを届ける」ことだと考えています。

東淀川が少しでもゴキゲンになるようなニュースを届けることで東淀川を元気にしていくことを目指しています。その中でも、ニュースに一番近いのがこの新聞部門です。東淀川のみならず日本で、世界で起きている出来事を毎日読者の方にお伝えすることを使命としています。今やテレビやインターネットを通じてニュースを受け取ることが出来る時代で、新聞を読む人は減ってきているのが実情です。でもそんな中でも新聞を必要とし、楽しみにしてくれる人がいる。そんな人々に対して、私たちは正確に、確実に新聞をお届けすることに日々取り組んでいます。毎月の集金も私たちの楽しみの一つです。ぜひ皆さんのニュースもその時に聞かせてくださいね。

Snailtrack NEWS



毎週土曜日

シニア向けスマホ教室開催中!

スネイルトラックでは毎週土曜日に【シニア向けスマホ教室】を開催しております！PR部のタケナカとかずが講師をさせて頂いております！

スマホ利用者が増えています。中には本当は苦手だけど時代の流れで仕方なく…とか、持っただけで使い方が分からなくて電話しか使ってない…という方などもおられるかと思えます。確かに従来型の携帯電話より使い方は難しくややこしい部分もありますが、逆に考えると便利なこともたくさん増えています！アプリという機能もあるので携帯ゲームやSNSやテレビ番組やナビなど今はスマホ1つでほんとに様々な事ができるようになりました！

スマホ教室を開催する目的として、【リモート】という言葉が最近ではよく耳にされると思いますが、現在コロナウィルスの影響でお子さんが実家に帰れないとかお孫さんの顔が見れない、お友達に会えないなどの声も多くあるかと思えます。

そういう時にスマホの機能の【LINE】【ZOOM】といったアプリやSNSを使っただけで少しでも家族でのコミュニケーションや防災、お子さんやお孫さんの顔が見れる、お友達ともお話できる機能をこういう状況だからこそ尚更利用して頂きたいと考えました！

スマホ教室で使い方をマスターし、できなかった事ができるようになったり便利だなと感じてもらえるように私達も頑張ります！お待ちしております！

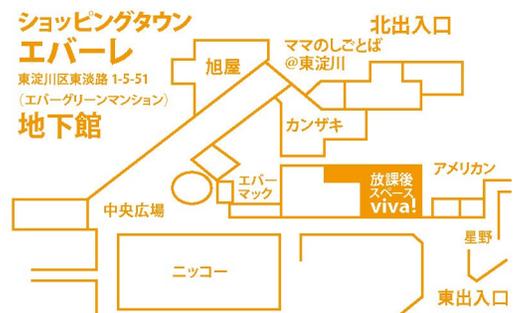
シニア向けスマホ教室

日時：毎週土曜日 14:00～17:00

予約不要。上記の時間帯にいつ来ていただいてもOK

料金：30分につき500円

場所：放課後スペースViva!



大阪市東淀川区東淡路 1-5-51
ショッピングタウンエバーレ内



ほんさんの手紙 Hello, I am HON-SAN!

家庭のこと、地域のこと、社会のこと。徒然なるままに毎月手紙をお届けします。

63 企業主導型・地域で子育て



新聞の集金にお伺いする際に、「しゅくだいカフェの活動に使って!」と毎月のようにご寄付をいただきます。本当にありがとうございます。

「しゅくだいカフェって何?」って聞かれた時に、ある程度時間がある場合はしっかりご説明するのですが、一言で答えなければならぬ時はこう答えています。「企業主導型の地域で子育てです」と。

昔の話をするのは好きじゃないんですが、僕が子どものころはまだまだ「地域で子育て」が当たり前前の風景でした。知らないおっちゃんがお菓子を

買ってくれたり、危ない遊びをしていたら近所のおじいちゃんに烈火のごとく怒られたり…
あくまで「その子ども」と「そのおっちゃん」個人の関係性でそれが成り立っていて、お菓子を買ってもらったと知った親が後日お礼を言いに行ったり、怒られたことを謝りに行ったりしなくてよかったですよね（状況によりますが）でも今もし自分の娘が知らないおっちゃんにめっちゃ怒られているのを見かけたら、ダッシュで走って行って「何かありました?あとは僕から言って聞かせますので…」ってなると思っています。ご近所との関係性が希薄になったこともあるし、怖い事件が多い、子どもを取り巻く環境に親が過敏になっているという面もあるでしょう。

東淡路でしゅくだいカフェをはじめまして丁度4年が経ちました。近隣の小学校の子どもならだいたい顔と名前が一致します。子どもたちも僕が何者か知ってるので、道で僕と立ち話して保護者に

「あの人誰?」って聞かれても「しゅくだいカフェの先生!」って答えてくれます。僕以外にもしゅくだいカフェには多くの信頼できるボランティア先生が出入りしていますが、彼ら彼女らも地域で子どもたちを見守る「目」となってくれています。「保護者、先生に続く信頼できる第三の大人と出会える場所」でもあるしゅくだいカフェは、そうやって「地域で子育て」の実践基地に少しづつなっています。

「企業主導」だからこそ持続可能な仕組みを作りやすい（人・モノ・金のリソースがある）というのが最大のポイントであり、企業側も地域から応援され、その地域にとってなくてはならない企業だと認知していただけたらというメリットがあります。

実際にSnailtrackの商品やサービスを利用してくれる方が増えたり、お金だけではなく様々なものを寄付していただいたり、「御社で働きたい!」と求職者が増えたり・・・と予想していなかった嬉しいことがたくさん起こっています。

ともあれ子どもたちを見守る目、そして過ごし方の選択肢が増えることは良いことだと思っています。昨年からのしゅくだいカフェのモデルを全国の企業に広げていく活動をしています。読者の皆さまの中にも興味のある方がいればご連絡ください!



「タレこみ情報」

「ほんさんの手紙」のご感想や要望、また弊社事業に関するクレームやアドバイス、なんでもお気軽にメッセージください!

お待ちしております!

ほんさんメールアドレス

honkawa@tsumurin.net



今年の夏も猛暑が続いていますね。
8月の主ないえサポ!活動内容は、『草むしり』『自転車の空気入れ』『粗大ゴミ出し』『網戸の貼り替え』などでした!!暑くなってきたので庭の草むしりや網戸の貼り替えは欠かせない季節ですね!やはり草むしりが断トツで多かったです!

そしてこの度草刈機を購入しました!
これで今までより早く更に綺麗に作業できます!!
通販でお客様が購入した浄水器、火災警報器の取り付けなど、細かいサポートもしています。
先月の特殊な作業は『ガラス割り』がありました。
あなたのお困りごとを聞かせてくださいね!

基本料金 20分 500円 内容によっては別料金になる場合があります

何かお困りごとがあればお気軽にご相談ください!

皆さまの購読料の一部は、「いえサポ!」を通して地域貢献に役立てております。

Mail info@tsumurin.net
☎ 0120-374-341

TEL 受付 月～日 9:00～20:00

ゆる体操で歌声が変わる!?

「ずっと元気のお手伝い」を教室スタイルで開催しています

8月の健康教室は須賀先生による『ゆる体操』でした!
今回の健康教室ではいつもとちょっと違った検証を行ってみました!私、PR部かずは音楽のお仕事もしています。普段歌を歌ってるので、

【ゆる体操をする前とした後では声の出し方は違うのか?】
実際に体操する前と体操した後に、1曲歌い、声の出し方に違いがあるのか検証してみました。

- ・上腕ジョウワーン体操
 - ・肩ユツタリ体操
 - ・胸フワ体操
 - ・肩モゾ体操
- など計14種類を行い、胸部周りの体操が多かったのもあり1回目の歌唱よりも2回目の歌唱のほうが圧倒的に声が出ていました!

発声練習をして喉を開いたり声を出しやすくするのは聞いたことありましたが、ゆる体操でこんなにも変わるのが体感できてびっくりしました!

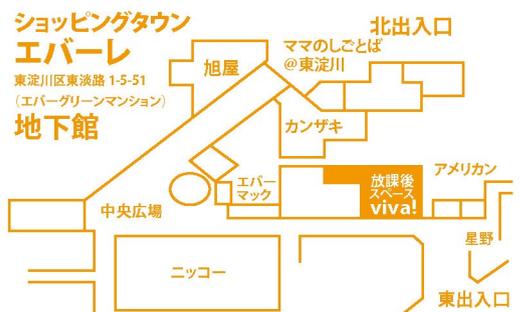


日程 9/23(水) 10/10(土)

時間 10:00 ~ 11:30

会場 放課後スペース viva!

大阪市東淀川区東淡路 1-5-51 ショッピングタウンエバーレ内



ここ数ヶ月はコロナウィルスの影響でお客様と笑顔で写真撮影できません(泣)
早く皆さんと素敵な写真が撮れますように!



お家を隅々までクリーニング!

お家の隅々まできれいにさせていただきました時の写真です!
めっちゃ広い範囲の清掃だったのですが、お客様のトークが非常に面白く
あっという間に終わったように感じました。お客様とコミュニケーションを
取りながら清掃できるのは本当に楽しいですね。



お店に清潔な空気をお届け!

こちらは業務用天井カセットエアコンを洗浄させていただいた時の写真で
す!真上を向いて作業したので腰がバキバキでした。
『多くのお客様に清潔な空気をお届けできるようになりました』と言って
いただけて腰の疲労も吹き飛びました(ホントは2~3日痛かったです)。



レンジフードとお子様と!

レンジフードの清掃をさせていただいたときの写真です。
お家のお子様が作業に興味津津でした笑
思わず笑みが零れますが薬剤を使用するので、掛かったりしないように配
慮して作業は難航を極めました笑



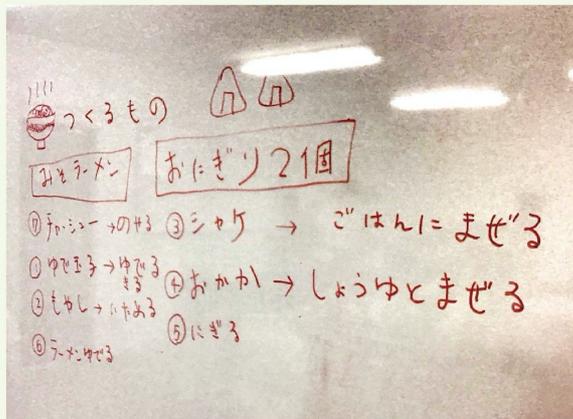
自動洗浄機エアコンもお任せあれ!

自動洗浄機能付きエアコンを清掃したときの写真です。自動洗浄機能付き
エアコンは業者にとっても難しいものが多く、2ショットを許可していただ
いたこちらのお客様も、大手清掃会社に断られ夏の暑い時期までエアコン
無しで過ごされていて大変だったようです。ピカピカにしてきれいな空気が
出始めた時は二人で大いに感動しました笑

他の会社で洗浄を断られたエアコンがございましたらぜひ一度お問い合わせください!
弊社の技術で洗えない自動洗浄機能付きエアコンはございませんよ!

ハウスクリーニングはいえサポ!プロにお気軽にお問い合わせ下さい!





しゅくだいカフェイベントレポート

こどもキッチンで
じぶんメシクエスト!

7月のイベントは毎年恒例の大人気企画「サマーデイキャンプ」だったのですが、まさかの当日朝から大雨洪水警報で中止…参加予定だった子どもたちの落胆はハンパなかったです…「絶対に近いうちに企画して!」という希望に応じて、9/27にリベンジキャンプに行くことになりました! (詳しくはイベント予告で)

8月は予定通りこどもキッチンでじぶんメシクエスト!今回は小学1年生のAちゃんが頑張ってくれました!まずは初歩的な袋麺(みんな大好きサッポロ一番!)とおにぎりを作ってみました。

※「じぶんメシクエスト」とは子どもたちが料理のスキルを楽しく身につけるためのしゅくだいカフェオリジナルプログラム。「家の冷蔵庫の余り物で定食が作れるレベル」を目指して取り組んでいます。



しゅくだいカフェイベント予告

リベンジキャンプ!

9月は「リベンジキャンプ」やります! 飯盒炊爨したり焚火したり小川でちょっと水遊びしたり… 残暑を楽しみます!

- 日時 9/27 (日)
09:00 しゅくだいカフェ集合
21:00 しゅくだいカフェで解散
(低学年は保護者が迎えに来てください)
- 対象 小学生
- 料金 1000円 (当日徴収)
- 持ち物 水筒、着替え、水着、1000円



※リベンジキャンプは事前申込制ですが、「リベンジ」なので前回参加予定者が優先です。キャンセルが出ればその人数分は追加で受付します。参加希望の場合はお問い合わせください。

せんせい
ひだ教室長
の手紙



生徒の成長が一番!

教室長として生徒たちに関わり始めて、間もなく1年半が経とうとしています。
 そんな中でブレずに常に意識していることは身近な大人として、また教育に携わる者として、生徒を「成長させる事」です。
 教科の学習に一生懸命取り組み、テストの点数が上がるというも成長。
 更にその過程で、それぞれの目標点に対して「何をどのくらい、どのような方法で行うのか」を自分自身で考えてもらうようにしています。
 もちろん考える上でのフォローはしっかりしながらにはなりますが、これにこだわるのは、「やらされないと出来ない」まま社会に出ると「指示されないと出来ない人材」になってしまうからです。
 目の前の課題を認識し、自主的に解決に向けて前進していく「問題解決能力」を育む場でもありたいと思っています。
 また教科の学習以外にも隣の「しゅくだいカフェ」の駄菓子の買い出しを生徒に担当してもらっています。
 これも自分の好き嫌いでなく「客観的に見て何が売れるか」賞味期限切れがどのくらい起こるのか想定した上で、「いくらで仕入れていくらで売れるのか」低学年・高学年皆の事を考えて、「どのような陳列や値札の付け方をすると見やすいのか」こんな事を店側の視点で考えるということは将来役立つだろうと信じていますし、シンプルにめっちゃめっちゃ助かっています!笑



今月の「ありがとう」

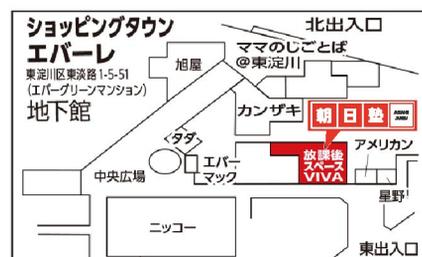
- ◎乾物・調味料・冷凍食品等：ふーどばんくOSAKA
- ◎卵・菓子パン・お菓子類：喫茶アメリカン
- ◎お米・消毒用アルコール：株式会社 上政
- ◎お米：神戸市在住N様、豊中市在住M様、塾生保護者T様
- ◎野菜等：ひだ整骨院患者様M様
- ◎スイカ、お菓子等：ひだ整骨院患者様N様
- ◎お菓子詰め合わせ：塾生保護者様Y様、M様

今月もたくさんのご寄付ありがとうございました! 皆でおいしくいただきました!



まかない付き学習塾

0120-939-070
TELでの受付 月~土 10:00~21:00





せんせい
ひだ院長の健康コラム



「頭痛」に良い食べ物と良くない食べ物

夏は屋外と室内の気温差もあり、今年は特に自粛ムードも影響してか、運動不足から血流が悪くなり、例年よりも頭痛に悩まれる方が多いと実感しています。「頭痛」には「緊張性頭痛」「片頭痛」「群発性頭痛」など原因や症状によって分類されます。それぞれの頭痛の特徴などは割愛させていただき、ここでは慢性的に起こる頭痛と食べ物について紹介させていただきます。

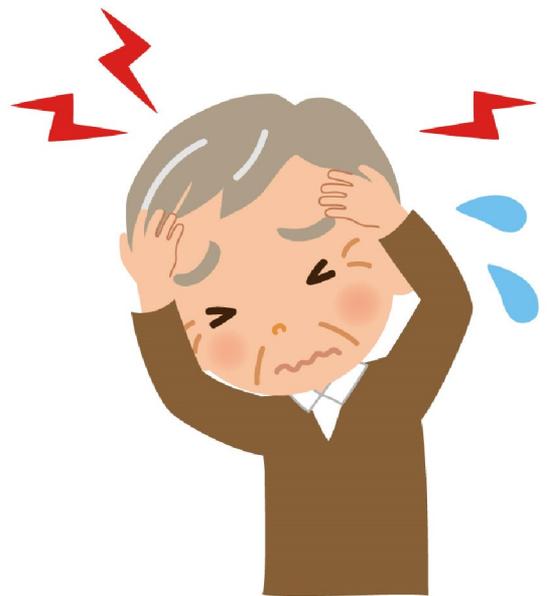
◎頭痛の時に良い（予防できる）食べ物

豆腐・豆乳・納豆などの豆・大豆製品や魚介類
カモミール・ペパーミント・ローズマリーなどのハーブティー

◎頭痛を引き起こしやすい（悪化しやすい）食べ物

化学調味料を多く含む製品（特にグルタミン酸）
ハム・ソーセージ・サラミなどの加工肉製品
アルコール（特にワイン）、チーズ、チョコレート

最近頻繁に頭痛がする方は特に食生活を見直してみると改善するかもしれませんので、是非参考にしてくださいね!



「今月の症例紹介

今月は症例というより、報告に近い形となりますが、当院で整体院時代から1年以上プロの格闘家を目指してトレーニングや施術等サポートを続けてきた山口真宙選手のプロデビューが決まりました。先日の全国大会で大学生2位になったことが決め手だということです。当院では健康保険での施術を始め、運動・栄養指導やメンタルトレーニングなど、本気でアスリートを目指す為のメニューも充実しています。是非、ご相談下さいね!



お手伝いレベルの掃除だけではお客様のニーズにはこたえられへん……

よつしや！本格的なハウスクリーニングに参入や！！

いえサポ！プロを立ち上げる！！

新規事業

となると人間が必要や

あ、たまちゃんオレオレ

ほんさん久しぶりどうしたん？

誰かええ人おらんかな……

いい人材をさがしてんねんけど条件は……

- ★きれい好き
- ★若い(20〜30代)
- ★サービス業・営業経験者
- ★見た目がさわやか
- ★手先が器用

無茶言うな……

あ!!

ピツタリな人がおるわ!!

身の回りのちよっと困っていることをお手伝いするいえサポ!

スネールマーク!

Vol.3 ハウスクリーニングははじめました

中でもないちばん依頼が多いのがお掃除なのですが

終わりましたよ!

まあ!きれいにしていただいて! あ、たまちゃん

ピカピカ

エアコン掃除はやってないのかしら?

本格的にやろうん

やってないんですよー

その後も……

お風呂をもっとピカピカに!!

レンジフードを

床にワックスを

鏡のウロコ取り

本格的なお掃除を求める声は多く……

入社2年といえサポ!プロ部門の部長に就任し

人呼んで

洗師

5年で4千台のエアコンを洗うという実績を残す

エアコン洗浄だけでなくさまざまなプロレベルのサービスを提供し

うちの店でもやってみたいんだけど

ぜひ!

他の新聞販売店に洗浄ノウハウを販売する事業も始まりました

4名のスタッフを率いて大忙しのナカジは

今はたまちゃんと結婚し

一人娘にも恵まれています

できる男や!

たまたまちゃんが紹介してくれたのが

ナカジ

しかし当時ナカジは親戚が経営するコンビニで働いており……

ハウスクリーニングには興味ないです

俺には興味ない

そこをなんとか!

そこから猛勉強を開始し……

YouTubeの洗浄動画を研究

YouTubeの洗浄動画を研究

掃除の練習をさせてな!

修業させてください!!

そんなナカジを一年かかってようやく口説きおとすと……

YouTubeの洗浄動画を研究

YouTubeの洗浄動画を研究

YouTubeの洗浄動画を研究

スマートライフ!

Vol.4 ハウスクリーニングランキング

さあ!
今日はハウス
クリーニング
のお仕事を

ランキング
形式で紹介
していきます!!

会社は
わたし
ほんせんじす!!

まずは
クリーニング
依頼の
ベスト3!!

第3位は
お風呂!!



山下ギャンブルゴリラ

第2位は
フレンジ
!!



生みうろ



そして
ダントツの
第1位は
……

エアコン!!

夏前が
一番の
繁忙期
ですが
一年を
通して
依頼が
あります



ナカジ



エアコンは分解して
内部を洗浄しないと
きれいに
なりません

機種によっては
複雑で分解が
難しいものも
あると思うの
ですが
ナカジが分解
できない機種は……



ありません!!



なんと!!



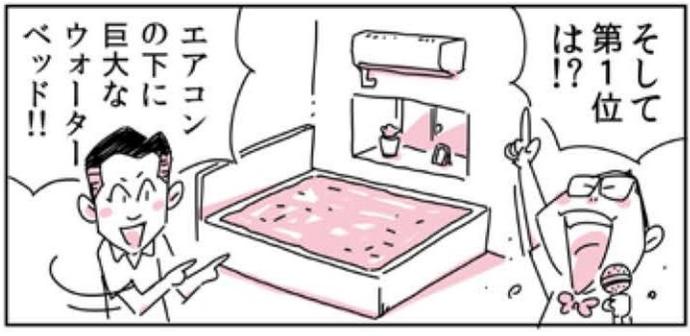
エアコン洗浄を
きわめた洗師
5年で4千台の
エアコンを洗った
ナカジの
洗師
思い出に残る
エアコン
クリーニング
ベスト3は!?



第3位!!
なぜか
床から
50センチに
設置された
エアコン
寝転がって
高圧洗浄
しました……



第2位
は!?!
脚立を
立てる
隙間もない
ゴミ屋敷
エアコン
洗う前に
やること
あるでしょ
……



そして
第1位
は!?!
エアコン
の下に
巨大な
ウオーター
ベッド!!



ナカジさん
なに遊んで
るんですか?
しまちゃん



脚立が使えない
ので出窓に
よじ登って……
重くて移動できない……



あ
おまる

More HAPPY for Higashi-Yodogawa!



住所 大阪市東淀川区豊里4-15-4
電話 0120-374-341
(月~日)9:00-20:00
FAX 06-6329-0378
Mail info@tsumurin.net



Snailtrack広報部
@snailtrack0401



Snailtrack広報部
@Snailtrack0401



住所 大阪市東淀川区豊里4-15-4
電話 0120-374-341 (月~日)9:00-20:00
FAX 06-6329-0378
Mail info@tsumurin.net



まかない付き学習塾



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-939-070 (月~土)10:00-21:00
Mail info@tsumurin.net



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-374-341 (月~日)9:00-20:00
Mail info@tsumurin.net



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 06-6379-3384 (月~日)9:00-20:00
FAX 06-6329-0378
Mail info@tsumurin.net



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-987-195 (月~日)9:00-20:00
FAX 06-6329-0378
Mail info@tsumurin.net



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-939-070
(平日)15:00-19:00
WEB syukudai-cafe.net



スネイルトラック
ハウスクリーニング
チャンネル



Snailtrackハウスクリーニング
YouTubeチャンネル

>> 各事業部のFBページもあります! 事業部名で検索! <<