

月刊

東淀川をもっとゴキゲンに!

スネイルトラック

12

月刊 スネイルトラック vol.17 DECEMBER 2021



一旦の最終号となる今回の表紙は、すごく悩みましたが「ばんざい5人衆」にしました。
月刊スネイルトラックが終わっても僕たちのことは忘れないでくださいね!

Snailtrack NEWS **ほんさん「となりの人間国宝」になる!**



8月号で「ばんざい東あわじがメディアラッシュ!」というニュースをお届けしましたが、それ以降も熱い注目を集め続けており、あの女優の薬師丸ひろ子さんがラジオ番組の中でSnailtrackのストーリーをラジオドラマ風に朗読してくださったり、NHKの解説委員が番組の中で「親切的な冷蔵庫」の特集を組んでくださったり。

そんな中、とうとう関西で知らない人はいないあの視聴率モンスター番組「よ〜いドン!」のロケで、月亭八光さんがSnailtrackへ! さすがのトーク力と楽しい掛け合いで、あっという間の時間でした。見事ほんさんが「となりの人間国宝」に認定され、いただいたステッカーをボケで投げ捨てたシーンは綺麗にカットされていました(笑)



ほんさんの手紙 Hello, I am HON-SAN!

しゅくだいカフェを運営し4姉妹のパパでもあるほんさんが、主に子育てや教育について書いています。

78 ほんさんの手紙最終回！

今まで
ありがとう
ございました！

6年半（78回）続いたこの「ほんさんの手紙」も、一旦今月号で最終回です。今までたくさんの反響をいただきました。長らくお読みいただき本当にありがとうございます！

最終回は今まで78回にわたり僕がたらたら書き続けてきたことのまとめと言うか、「ここだけ伝えれば嬉しい」という『子育てポイント』をまとめたのでぜひ読みながら「ああ、そんなこと書いてたなあー」と思い出して下されば幸いです。

- ・親が子どもに残してやれるもので最も大切なのは「愛された記憶」。それ以外はあってもいいけどなくても何とかなる
- ・躰より、礼儀より、勉強より、自己肯定感。体の健康と同じくらい心の健康を大事に育てあげて
- ・親は子をマルチプルインテリジェンスの視点で見あげて。勉強できるできないは多様な個性の中のたった1つ
- ・短所を補うために伸びてくるものが長所。最初から長所はない
- ・その子の強みは誰かの役に立つため。その子の弱みは誰かに愛されるためにある
- ・習い事もいいけど、できたら一緒に台所に立って調理を。生活力、健康志向、節約の精神、論理的思考、誰かに喜んでもらえる幸せ、未来の為に時間と思考を使うマインド・・・あらゆることを学べるのが自炊
- ・お母さんの機嫌が良い家庭が良い家庭。夫は全力で妻の機嫌をとるべし。目を見て話を聞く、相づちをうつ、まとめない、結論を言わない、毎日感謝を伝える
- ・理不尽に慣れさせるのではなく、戦い方を教える

- ・子どもの先回りをして「後悔する自由」を奪わない
- ・子どもに親の後を追わさない、自分が諦めたことを託さない、親の望み通り育てないのが健全な子ども
- ・家は「帰ってくる場所」であって「居続ける場所」じゃない。傷が癒えたら外に放り出そう
- ・機嫌で人を動かさない。察しない、察して動いてくれる家族を褒めない。言葉で伝える習慣を
- ・子どもが将来家庭を持つ時に何に幸せを感じるか、言えば『幸せセンサー』を今作ってる。歪なセンサーにしたくないよね
- ・大人と子どもは人権において完全に対等。人権に上下関係はない
- ・だから親も子どもに甘える時があってもいいし、「しんどい助けて」って言ってもいい
- ・子どもに好きなことをやらすのは無責任じゃないし、子どもの一生に親は責任を持たなくていい。関心を持ち過ぎるのが過干渉の始まり

.....

とまあ並べ立てると「こんなんわかつとるわ!」「ですよね。なんか偉そうにすいません」って感じですが、何か/つでも幸せな子育てのお役に立てると嬉しいです。

では皆さま、またどこかで!!



「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](mailto:honkawa@tsumurin.net)



■ 冬に向けた沢山のご依頼

月刊スネイルトラックは無くなってもいえサポ!は続きますので安心して下さい。

最近、大型の粗大ごみ出し、夏用カーペットから冬用カーペットに敷き替え、家の掃除(窓ふき、掃除機掛け)、庭の木を少し切って欲しい、灯油の運搬、電球交換などのご依頼が多くなってきました。

ちょっと困った!は【いえサポ!に相談】と頭の片隅に置いておいてください!

何かお困りごとがあればお気軽にご相談ください!

木の剪定



家具移動・家具の組み立て



お家の簡単なお掃除



電球の交換



料理



窓ふき



ゴミ出し



DIY



ペンキ塗り



買い物代行



模様替え・断捨離



家電サポート



パソコン・スマホサポート



お片付け



草刈り



どうぶつ目線のお掃除屋さん「アニマルフレンドリー」からのお知らせ

ペット家庭専門 ハウスクリーニング 誕生!

ただいまスタート前モニター募集中につき全てのサービスが半額に!



アニマルフレンドリー ANIMAL FRIENDLY HOUSE CLEANING



ペット家庭専門ハウスクリーニング 動物目線のお掃除屋さん 【アニマルフレンドリー】誕生♪

ハウスクリーニングを頼みたいけど、ペットを飼っていて洗剤の臭いや作業中にペットが遊んで邪魔にならないか心配でプロに頼むのを諦めていませんか?

私たちはメンバーで複数の資格(愛玩動物衛生士・キャットケアスペシャリスト・ペットシッター士・犬猫飼養アドバイザー・犬猫行動アナリスト等)を持っています。ペットの専門家による安心・安全なハウスクリーニングを施工させていただきます。スタートさせたばかりですが多くの嬉しいお言葉を頂いています。皆さん自慢のペットたちと会わせて下さい!

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!



LINE
OFFICIAL

ラインからもご予約・お問合せを承っております。
こちらのQRコードからお友達登録してください。

■ 「防災いえサポ!」の詳細

今回はいえサポ!で家具の転倒防止のお手伝いをさせて頂く流れを簡単に説明させていただきます。

先ず、ご依頼がありましたら各ご家庭に訪問し家具の配置、避難経路の確保などの現状を無料で見させていただきます。この時普段の生活スタイル等もお聞きして家具の移動や固定それに伴う不用品の整理が必要な箇所等をご提案をさせていただきます。そして話を聞いて頂いて「よし!いえサポ!でお願いしよう。」と思われご依頼頂いたら、ここからがいえサポ!のスタートです。

具体的には

- ・家具の移動、それに伴う不用品の整理
- ・家具同士の連結固定
- ・窓ガラス、家具のガラス部分に飛散防止フィルムを貼る
- ・液晶テレビの固定
- ・家具の固定(突っ張り型、ストッパー式、マット式)
- ・壁へのねじによる家具の固定

等をさせていただきます。

但し家具を固定したから災害時に絶対に倒れないとは言えないので、先ずは命に係わる高所にある荷物や高い家具の移動が最優先です。

料金は通常のいえサポ!料金+材料費(実費)となります。

近年の地震による負傷者の3~5割は家具等の転倒、落下、移動によるものが原因とされています。少しでも皆様の防災のお手伝いをさせていただきますのでよろしくお願ひ致します。



STEP 1 自宅の家具状況をチェックしよう!

Take this quick home furniture quiz!

自宅の各部屋の家具状況をチェックしてみましょう。チェック項目で当てはまるものに○をしてみましょう。

自宅の各部屋の家具状況をチェックしてみましょう。チェック項目で当てはまるものに○をしてみましょう。		寝室	居間・リビング	台所	こども部屋	書斎	玄関	洗面所・浴室	その他()
①固定していない家具類を置いている	家具の種類								
	食器棚								
	タンス								
	本棚								
	棚・キャビネット								
	机・椅子								
	ベッド								
	ソファー								
	その他家具類								
②「背の高い家具類」「重い家具類」を置いている									
③ガラス面のある家具類(鏡台等)を置いている									
④よく居る場所、寝る場所に家具類を置いている									
⑤部屋の出入口付近に家具類を置いている									
⑥家具類の上に物を置いている									
⑦本棚などの扉のない棚を置いている									
⑧観音開きの扉がある家具類を置いている									
⑨つりさげ型の照明や絵画などの飾りを設置している									
⑩テレビやパソコン、ポットなどの電化製品を設置している									
○の合計数									

○の数が多い「部屋」が、地震発生時に家具類の転倒による被害の危険性が高いと考えられます。

○の多い部屋順に、全ての家具類対策をしましょう!

これまでのステップを踏まえて 自宅の家具固定の総点検をしよう!

Let's review the steps covered so far and make a general inspection of your furniture's stability!

対策器具については、ホームセンターなどで販売されています。ご購入の際は、販売店等で使用方法等を含めご相談ください。(このリーフレットをご活用ください)

対策器具等を購入する際の自宅家具類のメモ		
Notes about sizes, etc. of furniture in the home to be used when shopping for stabilizing fittings		
	ネジ留めできる家具類 Furniture that can be fastened to walls, etc. with screws	ネジ留め以外で固定する家具類 Furniture that cannot be fastened with screws
記入例	寝室	たんす: 高さ180cm 幅120cm 奥行60cm テレビ台: 高さ40cm 幅120cm 奥行40cm
		鏡台、液晶テレビ(28インチ)

防災いえサポ!へのお問い合わせはこちらから

リフォーム担当の甲斐です!今月号で最後となりましたが、リフォームのご相談は今まで通りお受けさせて頂きますので、ご連絡お待ちしております!

小さなものから大きな建て替えまで リフォームもお任せください!

いえサポ!プロは「手すり1本取りつけ」などの小さなリフォームから、建て替えレベルの大きなリフォームまでトータルで請け負えるように、大工、電気工事、塗装など本当に信頼できるチームを作っています。

施工事例

今までの施工事例の一部をご紹介します

外壁補修



土間コンクリート打設



手すり設置



カーポート屋根修理



壁張り替え



換気扇交換



床貼り替え



浴室塗装



水栓修理



洗面所塗装



階段塗装



お家の小さなお困りごとから、「本当に困った!」という大きなお困りごとまで、どんな悩みでもまずはご相談ください!

※無料で現地調査、相談、見積もりにお伺いします

リフォームのご相談はいえサポ!プロリフォームにお気軽にお問い合わせ下さい!

第4話 散る桜、残る桜も散る桜



前回の予告で、自宅の片づけの話をしまずとお伝えしたのですが、なんと今回でこの雑誌の休刊が決まったということで、このコラムも今回で最終回になります。連載が終わってしまうのは悲しいことですが、僕はこのことは終活について扱うこの連載にとって非常に象徴的な出来事だと思っています。散る桜、残る桜も散る桜で、人間も遅かれ早かれ土に還ります。そしてそのタイミングは、我々のコントロールの及ばないところにあります。来年はこんなことをしよう、5年以内にあそこへ行こう、10年後にはここに住もう、みんなこの先も人生は続いていくという前提で将来の計画を立てるのですが、実際は、この連載と同じように、**いつ突然人生が終わるのかは誰にもわかりません。**

歩道を普通に歩いていたところに、突然トラックが突っ込んできたという死亡事故は珍しくありません。トラックの運転手も急病で意識を失っていたのが原因かもしれません。

もちろん、今日死ぬかもしれないとビクビクしながら生きていく人生はつらすぎますが、**覚悟をしておくことはいざという時のために重要です。**

このコラムを読んでいただいている方は、きっと終活に興味のある方だと思いますが、まだきっと一歩を踏み出せていない方が多いのではないのでしょうか。もっと勉強してから、もう少し体が弱ってから、まだ大丈夫、自分の中で色んな理由を見つけて踏み出せていないのだとしたら、この最終回をきっかけにしてもらえたら嬉しいです。僕もできるだけ力になります。どんな悩みでもいいので、お気軽にお問合せください。

さようなら

終活・相続関係のご相談は「まこと法律事務所」にお気軽にお問い合わせ下さい!



まこと法律事務所

〒530-0047

大阪市北区西天満 1-2-5 大阪 JA ビル 3階

☎ 06-6311-3001

■ 資産運用で大切な3つのキーワード「時間」と「分散」編

「資産運用で大切な3つのキーワード」を順番にご紹介しています。今回は、「時間」と「分散」について見ていきましょう。

まずは「**時間**」です。

資産運用は、じっくりコツコツと行っていくのがポイントです。

これを長期投資と言います。自分が保有する金融資産が多少値動きしても、売ったり買ったりせず、長期的な視点で運用します。例えば、よく耳にするiDeCoも、長期投資の考えが前提となる制度です。

ここで重要になってくるのが、「複利」という考え方。元本とその元本につく利息の両方に、新たな利息がつくことです。このあたりとても難しいので、直接ご説明が聞きたい方は遠慮なくお申し付けください。

金融資産は保有期間が長いほど、価格の動きは平準化されていく傾向があり、安定したリターンが期待できます。短期的には大きな値動きをすることもありますが、例えば10年20年単位で見ると上昇を続け、プラスになることが多いのです。また、長期保有すると日々変動する値動きを監視し続ける必要がないので売買取引の回数が少なくなり、時間の節約にもなりますね。



さて、「金利」「時間」と見てきて、最後の3つ目は「**分散**」です。

分散投資によってリスクを最小限に抑えていくことがおすすめです。

例えば、日本円だけで資産を持っていても、もし万が一日本円が暴落すれば全財産を失うということにもなりかねません。日本円だけでなく、ドルやユーロも持っておくことも視野に入れましょう。

また、貨幣だけでなく、金などの先物、ビットコインなどの仮想通貨、その他株券、投資信託など幅広く資産を分散させておくことで、これからの先行きの読めない時代に柔軟に対応できる態勢を維持することができるようになります。

いかがでしょうか？少し難しいお話になったかもしれませんが、あなたの大事なお金の使い道、運用の仕方のヒントになれば幸いです。

保険の見直し、資産運用のご相談等どんなことでもお気軽にお問い合わせください。皆さんの幸せのためのお手伝いをさせていただきます。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



短い間でしたが、連載させていただきありがとうございました！またどこかでお会いしましょう

株式会社アンド・エヌ 代表取締役 野村 将一

保険に関してのご質問、お問い合わせはお気軽に！





■ ボランティアスタッフに支えられています

絶賛バズり中のばんざい東を支えてくれているのは料理長のひだ先生やリーダーのじゅんちゃんだけでなく、たっくさんのボランティアスタッフたち。

近隣に住む高齢者の方から、フードロスや生活困窮者支援に興味がある大学生、夏休みなどの期間はしゅくだいカフェや朝日塾に来ている子ども達までもがこぞってお手伝いをしてきています。その数、述べ100人以上!

ボランティアの語源は、ラテン語の"voluntus"や"Voluntarius"だと言われていて、その意味は「自由意志・自ら進んでやること」。

「自発的な意志に基づいて人や社会に貢献すること」がボランティアってことです。

本当に優しくて温かくて、素敵な人たちが手伝ってくれていて毎日泣けてくるんですよ。

美味しい料理で体が温まるだけでなく、ボランティアスタッフを見ていると心も温まります。ぜひばんざい東あわじを覗きにきてくださいね!





■ メンズ脱毛を取り入れました!

こんにちは!いえサポ!ひだ整骨院院長の飛田です。寒さも本格化してきましたね!

身体を冷やすと様々な不調が出てきます。例えば肩コリや腰痛・神経痛など。

お風呂でしっかり身体を温めたり、外出の際にはカイロを貼ったりするのも良いかもしれません。

またショウガや根菜類を摂ると身体が温まると言われていますので、食事面で工夫してみるのも良いでしょう。

肩や腰の症状(痛みや神経痛など)に関しましては当院でも施術出来ますのでお気軽にお声掛け下さいね!

さて、ひだ整骨院では秋から新メニューとして「メンズ脱毛」を取り入れました。

友人やしゅくだいカフェや朝日塾、ばんざい東あわじのボランティアさん達と関わっている中で、「髭剃りが面倒くさい」

「夏半ズボンを履く時に毛が濃いのが気になる」
「脱毛に興味あるけど、高いし知らないところには行きにくい」

などの声をよく聞くようになり、出来るだけリーズナブルな価格で出来るようにしようと始めました。興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さいね!

長らくご愛読いただいた月刊スネイルトラックが今月号にて一旦休刊になり、それに伴い院長の手紙もしばらくの間、お休みをさせていただきます。いえサポ!ひだ整骨院は変わらず毎日元気にやっていますので、何かあったらいつでもお越しくださいね!



■ 12月のキャンペーン

初めてご来院の方限定!

① 無料施術体験

特に気になる部分を約 15 分で施術します。

② メンズ脱毛 1 部位が半額!

ひげ脱毛 4,000 円→2,000 円(税込)

すね毛脱毛 3,000 円→1,500 円(税込) など

ご興味のある方はお気軽にお電話または LINE にてご予約・お問い合わせ下さい!



LINE OFFICIAL



上の QR コードから
ご予約ください★



■ 朝日塾の取り組みをご紹介します

こんにちは!朝日塾教室長の飛田です。
朝日塾の教室長をさせていただき、もう間もなく3年
が経とうとしています。
前教室長から引き継いだ生徒たちを大切にしながら、
理想の学習塾作りに邁進してまいりました。
生徒やその保護者の方々のニーズにも出来るだけ応え
ようと始めた取り組みもたくさんあります。
その代表格が「まかない」。毎日無償で生徒たちに手
作りの晩御飯を提供しています。
保護者の方々の「通塾日の晩御飯の準備が大変」
生徒たちの「お腹減ったから勉強集中できない!ここ
でご飯食べられたらもっと勉強時間増えるのに」
との声に応えつつ、思春期に差し掛かり家族にはなか
なか話しくくなることも増えてくるので、まかない中
に自然な会話から悩みや想いを聞いてあげるためでも
あります。
他にも学校では学べない教科以外の授業
「フューチャークラス」を月に一度行ったり、子ども向
け料理教室「じぶんメシクエスト」、大学見学や課外
授業などもイベント事として行ってきました。
本来学習塾として求められる「成績向上」にもしっか
りと向き合いながら、通塾を通して未来を自分らしく
力強く「生きる力」を育めるような場所・それぞれが
第2の家のように自然体で過ごしながら目標に向かっ
て努力しやすい空間を目指しています。

長らくご愛読いただいた月刊スニルトラックが今月
号にて一旦休刊になり、それに伴い教室長の手紙もし
ばらくの間、お休みをさせていただきます。
楽しみにして下さっていた皆さんすいません!
(どのくらいいるんだろう・・・?笑)
朝日塾や生徒たちの歩みはもちろんまだまだ続いてい
きます!「子ども達と食べて!」とたくさんご寄付頂
いた皆さん!「頑張っていて偉いね!」と生徒たちを優
しく気に掛けてくれている皆さん!
今後ともご支援の程よろしくお祈りします!



■ 朝日塾 秋の遠足!

11月14日(日)に小学生・中学生と一緒に「大阪市
立美術館」「天王寺動物園」に行ってきました。
近くでやってた縁日で射的やスーパースポーツも楽し
んでいました!
美術館では200~300枚の絵から自分のお気に入り
を見つけて紹介し合い、動物園では天王寺動物園ク
イズをそれぞれが作り、出し合いました!
絵や動物もそうですが、普段塾では見られない無邪気
な生徒たちの姿にスタッフはとても癒されました♪笑

まかない付き学習塾

朝日塾

ASAHI
JUKU

0120-939-070

TELでの受付月~土 10:00~21:00

asahijukuosaka.com

朝日塾 | 検索



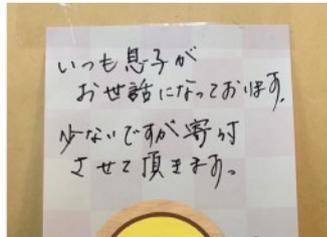


■ 今年もたくさんの応援ありがとうございました!

2021年もたくさんの方々のご支援のおかげで、無事に大きな問題なく放課後スペースviva!しゅくだいカフェを運営することができました。今年は、コロナウイルスの対応をしながら昨年よりも、多くイベントを開催できた年でした。また、今年の4月からこのしゅくだいカフェの活動報告ページを担当することになり、毎月、皆様に子どもたちやしゅくだい

だいカフェの様子を伝える機会を通して、たくさんの方々に応援していただいていることをより強く実感しました。また、たくさんの寄付だけでなく、たくさんのボランティアさんもお手伝いいただき、本当に楽しく賑やかなしゅくだいカフェを運営することができました。

最後に、今年いただいた寄付を紹介させていただきたいと思います。しゅくだいカフェを応援してくださっている皆様、今年一年本当にありがとうございました。



ご協賛のお願い

現在「しゅくだいカフェ」は完全無料でご利用いただいております。運営上必要な経費は全て持ち出しで賄っております。今後も東淀川の子どものために「しゅくだいカフェ」を無料で誰でも自由に利用できる場所として存続させていきたいと考えています。つきましては、「赤の他人の子どもの居場所」ではなく「地域で子育ての実践場所」を創るといふ当運営委員会の方針にご理解、ご賛同をいただける企業様、個人様からのご協賛を承りたくお願い申し上げます。何卒よろしくお願い申し上げます。

ゆうちょ銀行 記号:14090 番号:57623581
名義:放課後スペースviva!運営委員会

個人様:志で結構でございます 法人様:一口5,000円(何口でも結構です)

月額サポーター募集中!

持続可能なサードプレイス
にしていくために、
「月額サポーター」を
募集しております。

サポーターになるかどうかはさておき、
下記サイトだけでもご覧ください!



<https://congrant.com/project/viva/127>

協賛企業様

株式会社 Snailtrack
株式会社 西川
有限会社 共和堂

月額サポーター様 (順不同・敬称略)

株式会社ながいき
かたぐるま東淀川
谷本 直彦
竹重 智
武田 緑
本川 誠
倉垣 勝史

富井 真紀
高橋 正峰
西田 むつき
鈴木 真紗子
鐘下 信彦
川村 哲也
村山 和子

中島 圭一郎
正木 嘉織
岩崎 智彌
むろぞの剣心
嘉悦 弘一郎
比嘉 康夫
井上 啓一

石井 成
阪口 恵藏
奥田 康二
樋口 誠
塩塚 直生
水谷 英郎
宇佐美 裕仁

青木 大介
山口 岳夫
瀬戸口恵美子
南 延夫
山口 乃利子
徐 航明

※1000円以上の月額サポーター様のみ掲載させていただいております。

マンガ・スネイルトラック!



スマイルラック!

Vol.34 夢の楽園

しゅくだいカフェは
ほんさんが子どももの頃
欲しかった居場所を
具現化したスペース

なので…



ポイントカード
を導入!

宿題も「やりなさい」
と言われなくても
自主的にやるように



駄菓子屋が
併設されてたり

ニンテンドー
スウィッチや
卓球台が
あったり

マンガが
二〇〇〇冊
あったり



宿題をやつて
先生に見せたら
スタンプを
押して
もらえて



2

スタンプが
30個たまると

百円分の駄菓子
と交換できます



4人集まれば
40分遊べるので

学年や学校が
ちがう子も誘つて
友達になります



卓球やゲームを
やりたい人は

1ポイントで
10分遊べます



そんな自然な
コミュニケーション
発生装置としても
役立ってます

延長の
交渉も
4人がかり
なので
手強い…



4

3

More HAPPY for Higashi-Yodogawa!



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-987-195
(月~日) 10:00-18:00
Mail info@tsumurin.net



Snailtrack 広報部
@snailtrack0401



Snailtrack 広報部
@Snailtrack0401



住所 大阪市東淀川区東淡路1-5-51
電話 0120-987-195 (月~日) 10:00-18:00
Mail info@tsumurin.net



まかない付き学習塾

朝日塾

ASAHI
JUKU

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 0120-987-195 (月~日) 10:00-18:00
Mail info@tsumurin.net



いえサポ!
ひだ整骨院

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
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) 9:00-15:00
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



>> 各事業部のFBページもあります! 事業部名で検索! <<