

# フレンドリー通信 vol.39

2013 9月号



唐突ですが、進学や就職で首都圏の鉄道を利用された方はいらっしゃるでしょうか。私は約20年ほど前まで千葉と東京に住んでました。この頃、過酷な通学・通勤を約6年間体験したことがあり、そんな理由でこの本はとっても楽しく読むことができました。電車通勤士、田中一郎さんの著書「電車通勤の作法」。都会の混みあふ駅や電車では、日常的にいろんなストレスが潜んでいるのです。これらの「作法」を身に付けておけばほとんどの場合は回避できるはず。これから就職や進学で都会に進まれる子供さんやお孫さんには参考になるかもです。たくさんの方の作法の中から一部紹介したいと思います。

まず、「電車での座り方」

- 基本的には電車通勤士は座ろうとは思わないように。ただし、立っているのが不自然な場合に限り、ルールに則して着座してもよい。
- 「両脇に人が座っている場合の注意」
- 小声で失礼しますと声をかけ、尻を向けて5秒程度の時間を掛けてゆっくりと座る。
- 「着座後のふるまい」
- 窓のカーテンは基本的に閉めない。他人に委ねる。
- 直前に立っている乗客がハンディキャップパッセンジャーである場合、「あ、次で降りなきゃ」とつぶやきつつ自然な動作で席を譲る。
- 読んでいる小説は途中で閉じない。閉じる行為は降りる準備と取られ、期待させてしまう。
- 定期券をチエックするふりをして、目的地の駅名を立ち見客にチラ見せると良い。

「雨の日の行動」

- 傘を持っていない人は目的地向かって走り抜ける。その際、進行を邪魔することなく通り抜けるように傘を持ち上げてアーケードを作ってやることにより、その人が濡れずに済む。

などなど、普段気付かなかった快適通勤ハックなどが盛りだくさんな本でした。これなら学業や仕事にも清々しく専念できますね！

今月もみなさまにとって素晴らしい9月になりますように。

代表取締役 中島 潤二

ただ赤いだけでなく、室内で10分ほど置くと、色が消えて透明になります！ということ、塗った場所が一目でわかるので無駄につけすぎたり、といったことがなくなりますよ。

コクヨ 瞬間接着剤 レッドテック

液状 472円 ゼリー状 504円

塗るときは赤 時間が経つと透明に



店長の文房具☆最新トレンド情報 商店街舗にて好評発売中

## 赤色から透明に変化する！

画期的な瞬間接着剤が発売になりました。今までの接着剤とどこが違うのかというと、、、液の色が赤色なんです！

コクヨ 瞬間接着剤 レッドテック

液状 472円 ゼリー状 504円

塗るときは赤 時間が経つと透明に

透明だから、どこに塗ったか分からなくなっちゃった...

こんなことよくありませんか？

赤で狙え！

## 営業課長井上の「OAワンポイントアドバイス」

### ご存知ですか？ 無停電装置(UPS)

落雷・台風・工事・使用電力の増加などにより、停電や瞬時停電、電気製品の斉使用による電圧効果など、突然OA機器が使えなくなることが多くなっている気がします。異常気象も原因としてはあるのでしょうか？

UPS(無停電電源装置)を使えば、バックアップ用のバッテリーで、上記のような場合でもシステムをそのまま稼働させることができます。システムを数分稼働できる程度のバッテリーを持ち、この間にシステムを安全にシャットダウンさせることができます。

例

突然電源が切れちゃったよー

安全に終了できる！

UPSを使っていない状況では突然の電力障害に対応できずパソコンのデータが消失！！

UPSを使えばパソコンを安全に終了させる時間、電力供給されます。

詳しくは担当営業までお気軽にご相談ください

パソコンに供給される電力に混入しているサージやノイズの除去も行います。タップ機能が付いているものもあり、サージから機器を守ります

## クイズ【ピンボケなかしまこいエロー】はどこ？

【〇〇たびら】駅 @ 田平町 (ひらがな2文字)

[Facebook] <http://www.facebook.com/hiradoshiman>

さて、ココはいったいどこ？「答え」は、なかしまのホームページ<http://www.e-nakashima.com>で受け付けています9/20(金)までに[クイズ回答フォーム]から送信してください。正解者5名様(抽選)にプレゼントを差し上げます！

※お客様へ... いただいた個人情報については、当店のご案内や各種情報をお知らせすること以外は使用しないことを厳守いたします。スマホ・ケータイからもQRコードでアクセスOK

## ♪スタッフの自由ノート♪

小売部店長 中島 重徳

じぇじぇ！残暑きびしいですがいかがお過ごしでしょうか？そんな暑い中で自分の趣味でやっているのが「そば打ち」です。ええ、もちろん粉からちゃんとやりますよ。なぜそば打ちをするようになったのか？もともと蕎麦好きだったのですが、以前那須高原に行った時にそば打ち体験コーナーというのがあり、そこで自分で打った蕎麦の味に我ながら感動し、その数年後そば打ち道具セットを買ってしまったのです。その日の気温や湿度などで加水分量が微妙に違ったりで激ムズですが自分で打った夏のざる蕎麦は最高ですよ。あ、我が家の年越しそばは大晦日の営業が終わってから打ち始めるので大忙しです。。(‘jjj’)

おかげさまで  
大好評!!

# オフィスわくわくフェア

**9月19日 木**  
9:00-18:00  
@ なかしま  
大垣オフィス

今年のテーマは、これ! ①WindowsXPサポート終了対策 ②消費税増税対策 ③節電対策(毎月の固定費を抑えましょう!)

## PC Hacks!! パソコン業務をより良くするための方法

仕事がサクサク進む!

ショートカットキー 厳選23!

No. 18

今回も[Excel]のショートカット機能。意外と面倒なのが、一度入力したセルの修正作業ですね。修正したいセルを選択したあと、ウィンドウ上部にある「数式バー」で訂正しないとけないため、マウスを使っての操作が面倒なのです。しかしこの[F2]キーを使うと、選択したセルが文字を残したまま入力状態になり、その場で修正できるようになります。一見、地味ですが、よく使います!

| 年    | 月   | A       | B       | C       | D       | E  |
|------|-----|---------|---------|---------|---------|----|
| 2013 | 1月  | 標準      | 標準      | どちらでもない | 標準      | 標準 |
|      | 2月  | 良い      | 良い      | 標準      | 悪い      | 標準 |
|      | 3月  | 悪い      | 悪い      | 標準      | 悪い      | 標準 |
|      | 4月  | どちらでもない | どちらでもない | 標準      | どちらでもない | 標準 |
|      | 5月  | どちらでもない | どちらでもない | 標準      | 標準      | 標準 |
|      | 6月  | 悪い      | 標準      | 標準      | 良い      | 標準 |
|      | 7月  | 標準      | 標準      | 標準      | どちらでもない | 標準 |
|      | 8月  | 良い      | 良い      | 標準      | 標準      | 標準 |
|      | 9月  | 良い      | 良い      | 標準      | 標準      | 標準 |
|      | 10月 |         |         |         |         |    |

F2

書き換えたいセルを選択して[F2]を押すとアクティブに!

## 気になる Number!! 何の数字?

# 40代50代の男性

### 若い女子にモテはじめた! かも?

街コン、婚活パーティーと婚活市場が盛り上がっている感じはしますが、理想の人を見つけられず、婚活自体に疲れ果ててしまう人が今、増えているそうです。話題の本「婚活難民」の著者 にらさわあきこ さんからの情報源です。恋愛・結婚をテーマに500人以上の男女を取材。どんな人が婚活難民に陥りやすいかという点、1.そこそこモテる。2.いろいろな“出会いの場”をハシゴしている。3.休日は女友だちとつるんでいることが多い。4.不倫をした経験がある。5.恋人が3年以上いない。最近では婚活難民の増加により恋愛市場の動向も変わってきたようで、●40-50代が若い女子にモテはじめた。●一方、30以下の男子はくつろぎを求めている女子は苦勞している。とのこと。40-50代の男性の方、先行き不透明の厳しい時代ですが、くれぐれも浮かれないように

## 頭も体も活性化! スピーディな 朝食レシピ

### 「レタスの納豆ドレッシングサラダ」

血液サラサラ



調理時間 約10分

#### 【材料 (2人分)】

|        |      |
|--------|------|
| サニーレタス | 150g |
| ラディッシュ | 3個   |
| 納豆     | 1パック |
| (A)    |      |
| ・しょうゆ  | 大1   |
| ・サラダ油  | 大2   |
| ・酢     | 大1   |
| ・練りからし | 小1   |

#### 作り方

1. サニーレタスは手でちぎり、ラディッシュは薄切りにして、水に放してパリッとさせる。
2. ボウルに納豆と(A)を入れて混ぜる。
3. (1)の水気を切って器に盛り、(2)をかける。

【編集後記】今回の「電車通勤の作法」ですが、他にもいろんなTipsが満載。何より、どこの誰ともわからない他者に対する気配りを優先させているところが素晴らしいと思いました。日本人ならではの発想・作法でしょうね。ちなみにドア付近の挙動不審者は、「痴漢」の可能性が高いと思われるそうです。女性の方にはご注意ください。さて、前回のクイズの答えは [にし]たびら@田平町でした。賞品の当選は、お届けをもってかえさせていただきます。

電車通勤士

商店街店舗へお車でご来店のお客様へ

お店のすぐそばに  
当店専用駐車場に  
なりました!

お車でご来店の際はぜひご利用下さい。

商店街の混雑、  
渋滞緩和にご協力を  
お願いします!

※市山精肉店様との共同駐車場です。

長崎県平戸市一円をカバーする、  
オフィス用品販売カンパニー

# ながしま

【大垣オフィス】 8:30-17:30 日曜日のみ休業

〒859-5121 長崎県平戸市岩の上町159-5

TEL (0950)23-2311 / FAX (0950)22-5577

【小売部】 月~金 9:00-19:00 土日祝祭日 9:00-18:00

〒859-5113 長崎県平戸市木引田町430

TEL / FAX (0950)23-8558 年中無休で元気に営業!