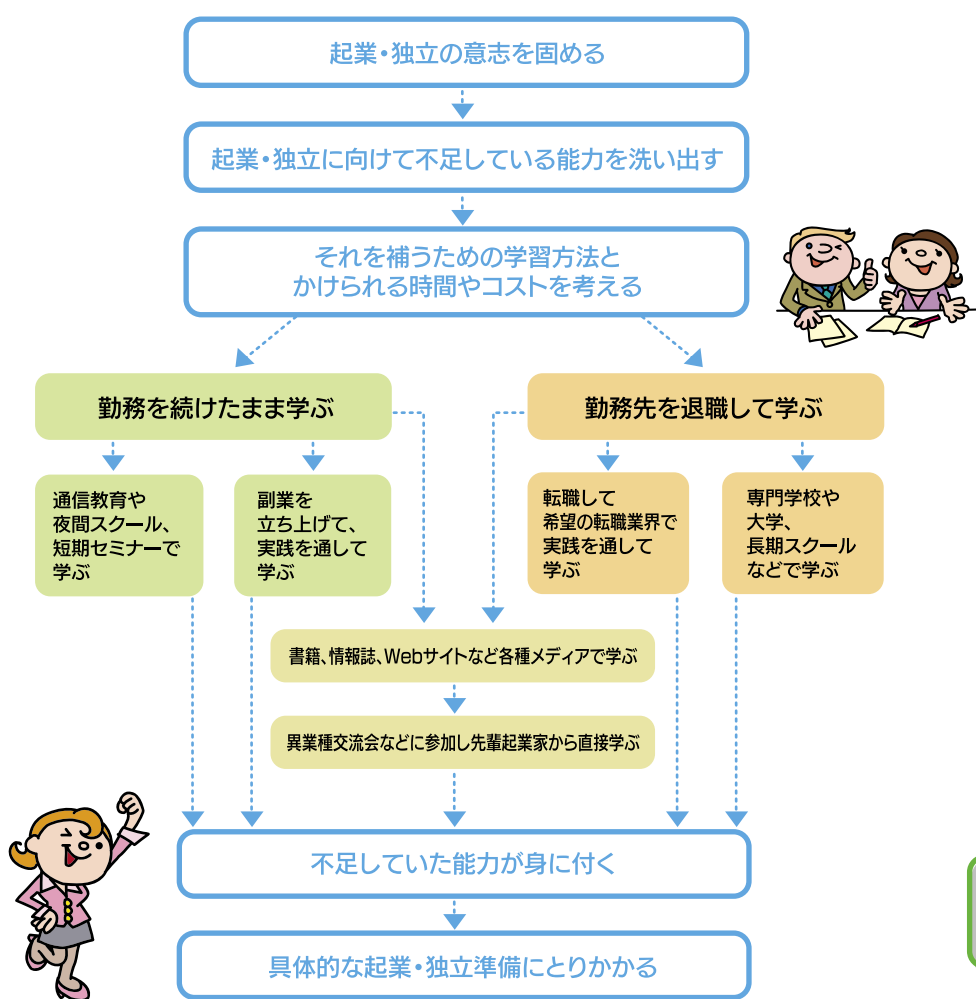


ビジネス

働き方あなた流

＜ま経プレス＞



起業、独立する意志が固まったあなた。次は能力、技術、環境などの問題です。自分に必要なものは何か、足りないものは何かを考え、それを補うことが必要になってきます。

「起業」のすすめ

Independence  
必要な技能、知識を得よう

学んで身につけるものは、起業目的やジャンル、経験などによって違いますが、まずは自分がしたいことを具体化し、それを実現するために不足していることは何なのか、という視点で学習テーマを決める必要があります。自分ではこれが足りないと思っても、実はそれだけではない、ということもあるので周囲にアドバイスをしてもらいたいでしょう。

**勤務先で学ぶ** 学びたい事柄が業界の専門的な知識であれば、その業種の企業に就職・転職して学ぶ方法が近道。規模の小さい企業に転職すると、よりトップに近いところで仕事ができるので経営ノウハウも勉強することができるかも。

**学校で学ぶ** 「学校」とひとくちで言っても、専門学校、ビジネススクール、短期セミナー、通信教育など多種多様。テーマ、自分にあったレベル、費用、期間、起業・独立に対する支援策などを比較検討して最適な学校を選びを。

**副業で学ぶ** 希望業種の知識を、副業を通して実践的に学ぶ方法もあります。時間や場所を考慮に入れ、副業に適した業態を見つけましょう。

**天然温泉アピス内の「ボディセラピー然」をリフレッシュ** (株)SSCグループ

熊本市西岡町の通称浜線バイパス沿いの天然温泉アピス2Fに5月、新しく整体サロンがリフレッシュオープンしました。

このサロンは厚生労働大臣認可法人加盟店・(株)SSCグループ(本部・熊本市健康町)の系列店「ボディセラピー然(ぜん)」,KKTのテレビタレントおなじみの「スリーエス」は、多くのお客様に支持され続け、今やアスリートも口込みで通う人気店です。創業20年

年以上続いている独自の整体術を施してくれます。15分の部分ケアから究極の2時間コースまで用意しています。営業時間はお昼12時から午後11時までです。1階には温泉、2階にはスポーツ施設もあります。☎096-379-6333 (フロント)

**居心地のいい空間で、心と体のリラクゼーション!!**

新タイプの整体サロンです。SSCグループの新整術術を皆様へ提供します。お気軽にお近くの店舗までどうぞ!!

**出張整体も承っております。** (予約・お問い合わせ専用フリーダイヤル) ☎0120-37-1882

**整体資格を取得された方へ** 当センター内にある学院で資格取得から就職・独立開業まで、十分な指導支援を致します。当掲載につき、(限定10名様のみ入学可)その他面談にて(卒業生125名実績)

**SSCグループ 整体身健センター研究所学院** 厚生労働大臣認可法人 組合

〒862-0911 熊本市健康2-18-26 SSCビル2F (研究大学院併設) **ThreeS** リフレッシュ整体サロン (3Fフロア) (スリーエス) (本部) TEL096-365-7369

**HUMAN WATCHING**

**菅 孝治 さん(33)** ビューティカルクリニック 新大江歯科診療所 院長 (熊本市新大江2丁目)

**鶴田 康さん(26)** 備アイ&ティ 社長 (熊本市松津3丁目)

当院では保育施設を備えているので、赤ちゃんがいるお母さんも安心して治療が受けられます。老人介護施設などでの歯の啓蒙活動など、治療だけでなく院外活動にも力を入れていきたいですね。

熊本発の化粧水「五條の霧水」の販売代理店をしています。肌に有害な成分は一切使わず、阿蘇の伏流水と安全な成分だけで作られています。全身ローションとしても使えるので、一度お試し下さい。

**らまい!** 夜食に! おみやげに!

**らめん缶** 味噌味 醤油味

【熊本監製】 〒861-0035 熊本市南區5丁目11-40 TEL 096-389-0401 FAX 096-389-1402 http://www.fujitaka.com/

株式会社 **フジタカ**

**HUMAN WATCHING**

**寺本 涼一さん(58)** ニーオ本司会事務所 代表 (熊本市松津町)

**針谷 忠郎さん(66)** 熊本県経営コンサルタント協会 会長 (熊本市南區苗田2丁目)

30年にわたる司会者人生で培ったサービスの本質や感動をテーマに、講演会など多くの商品があります。そのような食品関係を全国に拡販するためのセミナーを、6月2日に開催します。ぜひ、関心のある方々のご参加をお待ちしております。

生活

夏前にやっておきたい生活準備

＜ま経プレス＞

気付けばもう6月、梅雨の時期到来です。ジメジメの梅雨の後には夏がやってきます。長く暑い夏を快適に過ごすために今のうちに身の回りのメンテナンスをしておきたいですね。今回は、その一部をご紹介します。

エアコンクリーニング

(取材協力ホームメンテナンスのショーエイ 電話386-0001)

これからの季節に大活躍するのがエアコンです。使い始めて嫌な匂いがする。という経験はありませんか? エアコンクリーニングについて紹介します。



ホームメンテナンスのショーエイ 専務取締役 安藤実行さん

Q、汚れているエアコンを使い続けるとどうなるのですか?  
A、熱交換器(アルミフィン)が汚れると、熱交換率が低下し余分な電気を必要としますので経済的にも非効率です。また匂いの原因になりますし、カビなどの雑菌はアレルギーなどを引き起こします。

Q、エアコンの汚れのチェック方法は?  
A、エアコンのカバーを外さずに、下からシロコファン汚れをチェックできます。よく使うリビングなどのエアコンは年1回、あまり使わないところは3年に1回を目安にクリーニングをおすすめします。

Q、フィルター掃除のコツは?

A、通常フィルターはブラシなどでホコリを取り除いたり、掃除機で吸ったり、水で流します。水洗いの場合ホコリの詰まっている面を下向きにして反対側から水を当てるのがポイントです。また、キッチン油の付着したフィルターの場合は汚れている部分に洗剤を付けて洗います。取り外せない熱交換器や、シロコファンなどは専門のクリーニングを行うのが良いでしょう。

**洗濯機のクリーニング**

洗濯機の洗濯槽に繁殖したカビは健康に悪影響を与える恐れがあります。3年以上使われている洗濯機の洗濯槽は汚れている可能性が高く、市販の洗濯槽洗浄剤では完全に汚れを落とすことは難しいとされます。洗濯機のクリーニングは専門業者に頼んで行うといでしょう。ホームメンテナンスのショーエイでは自動洗浄機を開発し洗濯機のクリーニングを行います。

自動洗浄機

布団クリーニング

(取材協力 綿万本店 電話354-2828)

布団が干せない梅雨の前に布団のお手入れ、衣替えをお考えの方に布団のクリーニングをご紹介します。



綿万本店 社長 土田 繁昌さん

●濡った布団や、傷んで形の整っていない布団は熟睡の妨げになります。

●人は寝ている間に一晩で約200ccの汗をかきとられています。汗による水溶性の汚れは生地を劣化させ布団の寿命を短くします。

●高温多湿な布団はダニ、カビの繁殖条件を揃えています。これらはアレルギーや病気の原因になります。

★布団の手入れ★

普通の布団のお手入れには小まめに天日干しを行うことが良いでしょう。しかし、干すだけではダニが中綿に入り込んだり、死骸が溜まってしまう。3年を目安に布団をクリーニングするといでしょう。クリーニングは10日~2週間ほどでできるそうです。

●羽毛の片寄り  
●羽毛の吹き出し  
●影りみ不足、高さ不足  
●なんとなく湿っぽい

私の梅雨対策 ~読者の声~

くま経読者の方の梅雨前の準備やジメジメ対策をお寄せいただきました。

- 梅雨期の湿度はパン生地を発酵させるのに役立ちます。パンを作りみんなでお食べます。 長嶺南N, Sさん
- 換気扇を回し、除湿剤を部屋の隅に置きます。 菊陽岡O, Kさん
- 庭の草取りをします。雨の合間は草を除きやすく、草取りで汗をかくのでスキップできます。シャワーを浴びた後のビールはおいしいですよ。 長嶺東Y, Tさん
- ジメジメした日は家と洗濯物と自分のために除湿機を使っています。外はジメジメでも中からってしたらかなり快適です。 保田窪K, Fさん
- 龍田M, Iさん

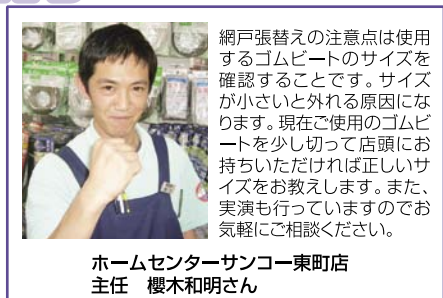
●除湿機を使いエアコンのドライ運転を一日中行います。気分をよくするたためラジオを聞き、アロマの香りを楽しんでいます。 春日O, Wさん

●ジメジメ気分を吹き飛ばすのはやっぱりお出かけです。梅雨の時期に咲く花を見に行ったり、おいしいものを食べたりと気分転換しています。家では空気清浄機をつけています。 御幸苗田N, Nさん

網戸のメンテナンス

(取材協力ホームセンターサンコー 電話385-1811)

暖かくなると窓を開けて過ごす時間が増えてきます。ご家庭の網戸のメンテナンスはお済みですか?



ホームセンターサンコー 東町店 主任 櫻木和明さん

**備った網戸のデメリット**

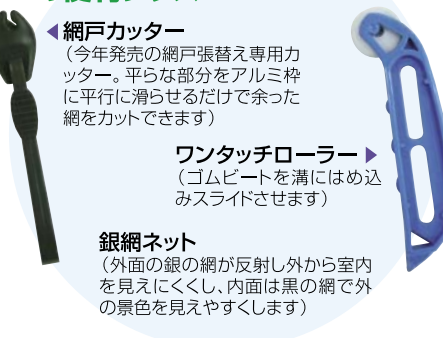
- 破れて穴の開いた網戸から虫が入りやすくなる。
- ごみやホコリが網に詰まると風通しが悪くなる。
- 古くなると網を押さえるゴムビートの弾力が弱くなり、網戸の痛み、外れの原因になる。

家庭でもできる簡単網戸の張替え

★ポイント

- まず角からゴムビートで網を押さえます。辺りから押さえると最後にわずかな隙間が開いてしまします。
- 1,2回目は網が平行になるように気をつけましょう。
- 3,4回目は網を少し引っ張りたるみのないようにしましょう。

★ホームセンターサンコーの便利グッズ



**網戸カッター** (今年発売の網戸張替え専用カッター。平らな部分をアルミ棒に平行に滑らせるだけで余った網をカットできます)

**ワンタッチローラー** (ゴムビートを溝にはめ込みスライドさせます)

**銀網ネット** (外面の網が反射し外から室内を見えにくくし、内面は黒の網で外の景色を見えやすくします)

庭木の剪定、除草

(取材協力熊本市シルバー人材センター 電話322-3300)



熊本市シルバー人材センター 事務局次長 城 真二さん

庭の草木が茂りだすのもこの時期。庭木の剪定、除草作業をどのようにしていらっしゃいますか? 熊本市のシルバー人材センターでは、除草、草刈、樹木の剪定、消毒などの仕事の請け負いをしています。

Q、除草や庭木の剪定などについて教えてください。  
A、個人宅の庭の草刈りから、空地の草刈、植木の剪定を行います。剪定作業は経験者、未経験者問わず剪定の仕方などの講習を受け、現場での業務に就きます。

Q、仕事の申し込み方法は?  
A、インターネットまたは電話での申し込みの後、就業員が現場の下見を行い見積もりを出します。申し込みの際には、仕事内容などをお伝えください。

Q、どのくらい前に申し込みが良いのでしょうか?  
A、スムーズな申し込みから仕事まで1週間ほどは取り掛かれます。今の時期は除草などの発注が多いので2~3か月お待ちいただくこともありますので、お早めにお申し込みください。

限定20台! プラザーAM-104を税込み7,800円で!

みしん工房熊本店では全メーカーの最新ミシンを常時100台以上展示しています。商品はすべて1~5年保証書付き。実際に動かして縫い比べて選ぶことができます。プラザー「AM-104」は使いやすさを追求した新感覚実用型ミシン。直線縫い、ジグザグ縫い、つくり縫い、全自動ボタンホール、ニット、伸縮縫いがダイヤルひとつで可能です。縫い目の長さやふり幅などは自動セットで、調節の必要がありません。また、強力モーターでジーンズの6枚重縫いもラクラク。今回は限定20台特別価格に。

また、毎月3回手作り教室を開催しています。作品作りはもちろん、友達作りにいかがですか? 店内にはキッズルームもありますのでお子様連れでも安心ですよ。

**プラザー実用型ミシンAM-104** 高さ29mm×幅407mm×奥行170mm 重量5.2kg 限定20台特価 ¥7,800

**みしん工房 熊本店**

●お問い合わせ・お申し込みは ☎0120-66-8434

熊本市水前寺町目53-16 営業時間 9:00~19:00 http://www.misinkoubou.jp/