

2017年10月

Happyの法則

News Letter

発行: Hair make APPY 〒465-0005 名古屋市名東区香流2-908Maxvalu香流店1F 0120-955-558

店長の独り言

鍵山秀三郎氏の著書より「ネクストワン」というお話です。
私が会社を営んでいた時、一番大切にしていたのは、売上げや利益を伸ばすことより、社員の人間的成長を図ることでした。人間は簡単には成長しません。相当な期間と忍耐力をもって、コツコツと実践を積み重ねることにより、習慣が変わり、人間の質が変わります。
今日よりも明日、明日よりも明後日と社員が成長できるよう、経営者は全力で努力しなければなりません。歴史に名を残す偉人に共通するのは、最後まで成長をめざし続ける姿勢です。

私が敬愛する喜劇役者のチャーリー・チャップリンは、まさにそうでした。家庭環境に恵まれなかったチャップリンは、にこりともしない母親をどうにか笑わせようと毎日工夫を重ね、少し笑えばもっと笑わせようと懸命に努力をしました。それだけに、数多くの作品を残しながら、一つとして同じ手法を使っていません。ある時、記者から「今までの中で最高の作品は何ですか」と問われたチャップリンは、即座にこう答えました。「ネクストワン（それは次の作品だ）」と。

同じことを毎日繰り返しても、成長に繋がりません。毎日積み重ねていくことによって成長していくのです。毎日お風呂で自分の頭をシャンプーしていても、シャンプーは上手くなるわけではありません。毎日成長させようと“新しい知識や情報”を仕入れたり、“自分よりもうまい人に習う”ということをするから成長していくのです。そして、常に挑戦し続けるということも大切な要素だと思います。

ベストセラー『ガルシアへの手紙』（総合法令出版）の著者、エルバート・ハバードはこう言っています。「人間が犯しうる最大の過ちは、過ちを犯すのを恐れることだ」すすんで失敗しに行ったときほど、失敗しないものです。初めて自転車に乗ったとき、転ぶのを恐れてビクビクしながら漕いでいると転びます。転んでもいいや！と開き直ってこいだ時、意外と転ばないものです。恐怖心につて、ミシガン大学の研究で明らかになったことがあります。

- ・恐怖の60%は、実際には起こる可能性のない、根拠のないものである。
 - ・恐怖の20%は、自分ではどうすることもできない過去の出来事に関するものである。
 - ・恐怖の10%は、まったく影響力のない、取るに足りないものである。
 - ・残りの10%のうち、合理的と言える恐怖は4~5%にすぎない。
- つまり、95%の恐怖心は無駄に終わっているということです。

チャップリンが「ネクストワン」と言ったのも、挑戦し続けているからこそその言葉でしょう。さあ、今日も挑戦する一日にしていきましょうね！

11月

APPY カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

※赤色が11月の定休日になります。

お知らせ

APPYのオリジナルアプリが、大変評判が良くまだ、登録されてない方は、是非、登録お願い致します。

こちらから



スタッフ紹介

毎回、当美容室のスタッフをあるひとつのテーマをもとに紹介するこのコーナー。今月はコレです！

「好きな発酵食品」の巻

漬物です！浅漬けも、古漬けも何でも好きですが、しょっぱすぎるのはくしゃみができます。

アドバイザー MAYU



やっぱり味噌汁ですね～(^◇^)
カボチャの味噌汁が大好きです！

店長 RYU



納豆を毎晩食べると喘息が、でにくくなった気がします。

チーフ GAKU



納豆はよく食べます。娘たちも1パックずつ食べるので、買って買ってすぐなくなります(;v:)

スタイリスト ERI



お休み中

スタイリスト EZO



ギリシャヨーグルトを最近よく食べます♪

アシスタント ユウカ



チーズが大好きです！ピザ用チーズもスナック感覚でばくばく食べてしまいます

アシスタント ユメ



ハッピーレシピ

■ふのりの味噌汁

(1人分)エネルギー28kcal、塩分1.5g

-材料(2人分)-
・根昆布(2本)で取っただし汁:300ml ・しめじ:1/4パック
・オクラ:2~3本 ・ふのり:2g ・味噌:20g

-作り方-

1. 根昆布でとっただし汁に、しめじを小さく切って加えよく煮ます。
2. 小口切りにしたオクラを加えます。
さらに水でさっと戻したふのりを加えて火を止めます。
3. 最後に味噌を溶き入れて椀によそいます。

-ポイント-

しめじなどのキノコ類や、ふのりなどの海藻類は、食物繊維が豊富で低カロリーな食材です。料理に使うとボリュームが出て、満腹感を得ながらダイエット効果が期待できます。オクラのネバネバのもとムチンは、腸内でコレステロールを包み込み排出させます。何を食べれば良いかという情報が多い時代ですが、良いものを入れるためにも、まずは出す「ネトックス」を意識しましょう



ネトックス味噌汁

Hair make APPY

- 住所** 〒465-0005 名古屋市名東区香流2-908 Maxvalu香流店1F
- 営業時間** 10:00~8:00(受付7:00まで)
- 定休日** 毎週月曜日 第3月・火曜日
- 駐車場** 150台(カーマ、Maxvaluの駐車場をご利用下さい)
- 予約受付** 0120-955-558
- URL** <http://www.hair-appy.com>



アプリQR

カーマ、Maxvalu香流店の1F角です。