

# 12月

# 彩花新聞

Monthly SAIKA Newspaper

# 222号

2025年12月1日

## 今年も一年間お世話になりました

落葉が舞い散り、日に日に寒さが増してきました。今年もカレンダーが1枚になり、時が経つのが早いと感じます。「三つ子の魂百までも」と言われるように小さい頃に覚えたことや習ったことは生涯忘れないものです。  
身近なところでは、挨拶・返事があります。これらの基本的動作を実習することにより「いつの間にか身につく」という狙いがあります。彩花も朝礼を行い、今日1日をはっきりとした目的を持って仕事に臨んでいます。



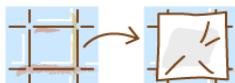
## 年末掃除・・・今年こそ焦らない！

### ●ポイント

- 1.どの場所をどの程度するか？
- 2.誰がどの場所をするか？
- 3.洗剤や用具を事前にチェック
- 4.掃除の手順を確認
- 5.きれいにするぞと気力「アップ」



湿布法 ※洗剤で塗料などがはげる場合がありますので、事前に確認してください。  
キッチンなどの油汚れはこってりとしていて、ブラシでこするとかなりの重労働。  
そんな汚れにはペーパータオルや台所用ラップなどで汚れた箇所を湿布。  
湿布している間に別の場所をおそろじすれば、時間の短縮になります。  
最後に硬く絞ったぞうきんで拭き取れば、きれいサッパリです。



洗剤の特性を知って使いこなす  
台所の油汚れ用やトイレ用など、洗剤には各場所に適したものがあります。油汚れにはアルカリ性の洗剤を使い、油分を脱脂することによって汚れを落としやすくなります。  
尿石やせっけんカスは酸性洗剤を使い、白く固着した汚れを酸で溶かして落とします。  
このように最適な洗剤を使うことが効率の良いおそうじの基本です。



やはり、早目に取り掛かるのが一番！  
年末の大掃除だからといって、短期間でせずに気付いたときに「ちょい掃除」をするのがコツかもしれません。

## 動きが心をつくる

身体心理学で提唱すると、人の表情や姿勢、呼吸や発声など、日常の何気ない動作が心に影響を与え、心をつくっているのです。

表情により「快」と「不快」を調べた実験があります。口角を横に広げた時と口をすばめた時では、横に広げたほうが快く感じられました。同じ漫画を読んでも、口にペンを咥えて読んだほうが、おもしろく感じられるそうです。

姿勢に関する実験では、背筋を伸ばした時にイキイキとした感じが得られ、背筋を曲げた姿勢になると、心が後ろ向きに変化しました。朝礼の中で、挨拶や返事の実習を、姿勢を正して行っている職場も多いことでしょう。心地よい思いを得るために、まず動作から意識してみるのも自己変革の第一歩です。「心も体もひとつつながり」を生活の中で実感しましょう。



## 大感謝！

彩花では毎年9月から11月まで水回りのキャンペーンを行っております。

今年はスタッフからリピートのお客様へのお声掛けやチラシ配布、そしてありがたいことにお客様から新規のお客様をご紹介していただきたりと、11月の早い段階で水回りキャンペーン満員御礼となりましたこと、とても感謝しております。

これからもご期待に添えるよう努めてまいります。  
今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。

### ☆☆ 2026年 キャンペーン予定 ☆☆

#### エアコンキャンペーン 5月～8月

- ・壁掛けエアコン(お掃除機能付き)  
15,000円 → 12,000円  
18,000円 → 15,000円 など



#### 水回りキャンペーン 9月～11月

- ・水回りセット(風呂・トイレ・キッチン)  
30,000円 → 25,000円 など



※ 税抜価格



あなたの家のお掃除隊  
**クリーン彩花**

お問い合わせ・お見積りはお気軽に！

0120-400-225 <http://www.c-saika.jp/>

# 師走に思う

## ■年末恒例の大掃除

3~40年前まで師走と言えば「大掃除」が季節の風物詩でした。居間、座敷のみならず、部屋という部屋の窓を開け放し、はたきをかけ、ほうきでゴミを払い、障子の紙を貼り替え、最後の〆は鏡餅を床の間に飾るといった具合でした。家族総出のイベントだったことを思いだします。ところが「大掃除」は昔の話となり、年末といつてもルンバだけが朝から一人せわしく動きまわるというSF的な光景が思い浮かぶ有り様です。

「大掃除は遠くになりにけり」。年末のみならず、今日のお掃除は社会、技術、生活、価値観等、たくさんの変化を映し出しているように思えます。



## ■「掃除」は社会問題

お掃除ということで気になることが一つ。孤独死が増え、その現場の多くが「ゴミで埋まっている」というテレビ報道を最近よく目にします。単なる「だらしなさ」や意欲低下ですませられない深刻な何かがあるはずと胸が痛みます。お掃除をとりまくかたちで人間心理、人間関係、社会構造など複雑な辛い事情があると思います。ゴミに囲まれた状態での孤独死問題は高齢者だけでなく若年層に広がりを見せてています。お掃除の周辺にいろんな社会問題が集約されていそうです。加齢や身体衰弱だけでなく、精神的なストレスや経済不安、SNSでつながっていても心理的に孤立している状況、「助けて」と言いづらい文化など、日本社会全体の問題が潜んでいそうです。



## ■ふたつの「ひとり」

「みんなでお掃除」がいつの間にか「ひとりでお掃除」と変わってしまったことを冷静に振り返り、その変化を逆転していくことができないものでしょうか。そのためには、掃除を単なる作業としてとらえるのではなく、家族や友人、隣人など誰かとつながっていくきっかけとして、ポジティブに考えていくことができないかと思います。最近の調査では成人の4割が孤独を感じ、社会的孤立を深め、うつ病等との関連も指摘されています。そうした一方で、他者との接触をあえて少なくし、自分の時間や空間を尊重するライフスタイルを選ぶソロ志向が増えているという変化も見逃せません。ある調査では20~30代の約7割が「ひとり好き」を志向しているそうです。「孤独」(寂しい)と「ソロ」(気楽)というふたつの「ひとり」問題をいかに調和させ、どう相互浸透を図っていくか、知恵をしづらいたいところです。

## ■「お掃除券」を贈ろう

高市政権においてお米券が話題となっています。そこからの連想なのですが、「お掃除券」を社会で広めていったらどうでしょうか。「たまにはハウスクリーニングでちょっとだけ贅沢を」と“サービスチケット”をプレゼントしあうというものです。お掃除サービスは専門家の仕事、心地よさ実現と不安解消は分断的な社会のリズムと生活文化を変えていくと思います。お歳暮にお掃除券を送ったら喜ばれること必定です。「独居」「独身」「ソロ志向」が急増するなかで、お掃除券にのせて温もりのある“つながり”メッセージが行き交う社会を実現したいのです（らく）

