



Tel:048-970-0021

マルヨシ通信 No.85

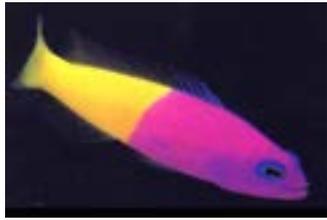
令和4年7月吉日
埼玉県知事免許(8)第13716号
株式会社マルヨシ
発行者：小山 哲央

哲央の部屋

奥深き熱帯魚の世界



ソメワケヤッコ 12cm
体の半分が黄色と紺色にはっきり別れている個性的な小型ヤッコの仲間。気が強い性格と、水質の変化や人工飼料に敏感で飼育が簡単とは言えない



バイカラードティーバック 6cm
濃いピンクと黄色に色分けられた体色のコントラストが、非常に明瞭で美しい海水魚です。同属の魚に対してのみ攻撃性を発揮します。餌も何でも食べ丈夫なの

奥が深いとの事です。人気の熱帯魚をご紹介します。
新型コロナウィルスの感染拡大で自宅で飼育する観賞魚の人气が高まっています。元氣よく泳ぎ回る姿が、コロナ禍のストレスを癒やしてくれると言う理由の他に、技術革新により餌やり、水温管理、水替えなどの手間と費用が軽減される様になった背景があります。犬猫の様に鳴き声を上げないのでマンションや住宅街でも飼いやすく、小さな水槽で優雅に泳いでいる魚にも神経質だとか攻撃的だとか個性があり奥が深いとの事です。人気の熱帯魚をご紹介します。



カクレクマノミ 10cm
映画「ニモ」でもおなじみの最も人気の高いクマノミです。クマノミの種類の中で最も温和な性格です。イソギンチャクと仲が良くいつも近くにいます



ウズマキヤッコ 9cm
タテジマキンチャクダイの幼魚でその模様からウズマキと呼ばれています。穏やかな魚で他の魚と喧嘩しません。皮膚が弱いので白



キイロハギ 20cm
ハワイに多く分布しており、円盤状で全身黄色の体色が美しい人気の海水魚です。水槽の美観を損ねる藻や海藻も食べてくれるため水槽に入りたい海水魚で



ナンヨウハギ 20cm
最大で30cmにもなる海水魚で、インド洋～太平洋まで広く分布しています。映画「ファインディング・ニモ」に登場する「ドリー」のモデルになったおなじみの

【番外編】 最高額魚



プラチナアロワナ 100cm
4,000万円 アロワナは1億年以上前に生まれた古代魚でプラチナアロワナは突然変異で出来たもの。出現率は10年に一回、10万分

【番外編】 最安魚



アカヒレ 4cm～
10匹1,000円程度
寿命は2～3年。水温変化、水質悪化に強く丈夫。簡単に飼えるので初心者向け。そういえば近所の床屋さんにあっ



フレームエンゼル 8cm
真っ赤なボディに黒のストライプが入って高級感があるヤッコの仲間。大きき的には非常に飼い易い。問題は混泳ができず喧嘩をしてしまう事と白点病にかかり易いこと



ヒフキアイゴ 15cm
キレイだけでなく、丈夫でエサもよく食べてくれます。特に海水魚の天敵でもある白点病にとっても強く、性格もおとなしいの



買って得したおススメ商品

～お値段以上の価値を感じました～

巷にはこれでもかと新商品やサービスがあふれています。当社の社員が独自の視点とセンスでおススメ商品をご紹介致します
おススメ商品の内容は筆者個人の感想であり免責とさせていただきます。

森 大悟 (資産管理部)

私が買って良かったと思えるものは、「フリップスノンフライヤープラス」です。これは、油なしで揚げ物ができるといふ調理家電です。揚げ物がお好きな方は多いと思いますが、カロリーは高いですし、年を重ねると健康に気をつかうようになるとなかなか遠慮しがちではないでしょうか。このノンフライヤーは油を使わない「ヒートコンベクション方式」という、食材の水分と油を利用して調理を行うので、通常の油調理のものより圧倒的にヘルシーなところが最大の魅力だと思います。また、通常の揚げ物だと調理するときは油を大量に使いますし、調理中は目を離せなかったり、うまく揚げられなかったりしますし、調理後の片付けも大変だったりすると面倒に思うことは多いと思います。一方ノンフライヤーは、食材を乗せる場所の部分のみ通常の食器と同じように洗って終了と、大変片付けも楽で、家事の手間を減らしたい方にも大変お勧めです。揚げ物好きの方は是非お試しください。



ノンフライヤー ¥27,500 (アマゾン)

山崎 修斗 (貸付管理部管理課)

私が買って良かったと思う商品は「アップルウォッチ」です。これは腕時計とiPhoneの両方の機能が使える優れたモノです。腕時計を買う際、どの様な時計にすれば良いか迷われる方が多いと思いますが、今後はお悩み不要です。ビジネスとプライベートで時計を使い分ける人が多いと思いますがそれも不要です。ベルトの交換や、画面周りのカバーを付ける事ができるのでオシャレ使用も出来ます。電池交換をする必要がなく、充電して使えるので便利です。昔はおもちゃ時計の様に思われていましたが老若男女の幅広い層の方が使い始め立派に市民権を得ました。一日の立っている時間、座っている時間・心拍数など健康チェック機能も備わっています。仕事使いではメール、ライン、電話があるとアップルウォッチがバイブして知らせてくれる機能があり、重宝しています。内容も画面で見る事が出来、電話も出来ます。操作は簡単で便利な機能が色々あるので、高齢者にもお奨めです。



SE40 ¥29,800

小山 洋子 (総務・経理部)

私が買って(飼って)良かった商品は熱帯魚です。本社ビルの建築の際、ロビーには絶対、熱帯魚の水槽を置きたいと決めておりました。きっかけは家族で宮古島に旅行した際にホテルのロビーに熱帯魚の水槽があり、水槽の色鮮やかな熱帯魚たちに心を奪われ見入った記憶があったからです。維持するのに費用が掛かるので、個人で飼うのは大変ですがお客様や社員さんなど多くの人に鑑賞して貰える様に出来たのは正解でした。10種類の小さな魚にもそれぞれ、今日は元気だとか、不仲だとか、大きくなったという様な日々の変化があるので見ていて楽しく熱帯魚を置いて良かったと思っています。水槽の部分だけの大きさは120×80×45cmで60インチのテレビ画面と同じくらいです。夜間は素通しのガラス窓越しに多くの通行者が淡い幻想的な光の水槽を横目に通行されています。癒しになれば最高です。最近では小規模な水槽を個人でも置く人が増えて来て静かなブームになっていると聞いています。



窓越しにロビー奥の淡い色の水槽



私のお気に入り。鮮やかなピンクと黄で二分

脳の健康寿命を伸ばす方法 認知症にならない、させない！

今や国をあげて進めている認知症の罹患回避対策ですが、左のグラフが示すように認知症は75歳を過ぎると急激に発症率が高まり85



歳以上は55%以上が罹患するという恐ろしい結果が出ています。認知症は一度発症すると完治するのは不可能だとされていますが、諦める必要はありません。

最新の研究では発症前や軽度認知障害への取り組み、社会生活の維持、持病の治療といった対策に取り組めば、「脳の健康寿命」が延びて発症リスクを大幅に下げたり遅らせたりすることが出来る事が分かっています。脳を活性化させて脳の健康寿命を延ばす



方法を説いた書籍が上記の「脳活大全」です。この本は脳の専門家12名の共著となっています。但し



ちよっとお待ち下さい。世の中便利になっておりまして、本を読むのは苦手だと仰る方には27分間の動画で本書の内容をかいつまんで説明しております。YouTubeの検索窓に「認知症にならないさせない」と文字を入れて頂けば上記の画面が出て参ります。半年間で視聴回数52万回を記録しておりますので数々の健康動画の中でも上位にランクインしています。

AB型の人は認知症になり易い

本書の内容で興味深いと思われる箇所をピックアップしてみました。先ず、認知症になり易い人の特徴3つです。

- (1) ネガティブ志向な人。ストレスになり易い人、ストレスに弱い人。人間はストレスを溜めると脳の神経細胞にダメージを与えるコルチゾールを作り出してしまふ。一方、嬉しいとか楽しいというポジティブな志向を持つ人はドーパミンの分泌が促される。ドーパミンは行動意欲、記憶力、学習能力を高めてくれて脳を活性化させる事が出来る。
- (2) 笑わない人。ラグビーの日本代表選手に

も一人おられました。演技で笑わない方は別です。認知症の方の特徴は無口、頑固、短気、非社会的。一方、認知症とは無縁な方は明るい、社会的、積極的。認知症の予防策として最初は作り笑いでも良いので笑う習慣を身につけた方が良いでしょう。

料理は脳の活性化に役立つ最高の手段

(3) 親や兄弟が認知症の人や血液型がAB型の人は認知症になり易い傾向はある。遺伝的要因は無視できないものの、バランスの取れた食事をするとかストレスを溜めない様にするなど生活習慣を変えて認知症の発症リスクを低くする事は十分可能。

脳の活性化に役立つ優れた作業は「料理」。料理の工程には献立を考え、材料の調達、調理の仕方など脳をフル回転させて作業をするので多くの専門医が料理に取り組む事を認知症の予防に上げている。材料の切り方、焼き方、炒め方、盛り付けの仕方など集中力、判断力、視覚・味覚・臭覚など五感もフル活用するので脳の活性化に役立つ。料理と並んで推奨されているのが「片づけ」。脳が活性化していない人は判断力が衰え、何でも溜め込んでしまふ。その他、良質な睡眠が大事で睡眠時間が長いのは良くないなど臨床実験のデータに裏打ちされた細かい助言が沢山あり納得感のある一書です。

人はどうしたら幸せになれるか？

日本はGDP（国内総生産）で世界第3位を堅持していますが、国連の発表するアンケート調査にもとづいた2021年の世界幸福度ランキングでは156ヶ国中56位と先進国の中でも下位に位置する残念な結果になっています。私たち日本人はそれほど不幸だという感覚はありませんが、どうすればもっと幸せになれるか考えてみました。「幸せのメカニズム」という幸福論を研究している慶応大学の前野隆司教授をご紹介します。先生は今年の4月には日経新聞に5回連載の「幸せはどこにある」というコラムを書かれております。



【前野隆司氏】
東京工業大学、同大学院卒。キャノン勤務、UCLA、ハーバード大客員教授、慶應義塾大学理工学部教授を経て現在は同大学院システムデザイン研究科教授。工学博士 60歳 山形県

ここからは前野先生の持論を説明させて頂きます。まず、幸せには、**長続きしない幸せと長続きする幸せ**があります。**長続きしない幸せ**は「地位財」による幸せです。地位財とは金

モノ、地位など、数値で他人と比べられる財です。前野先生はノーベル経済学賞を受賞した米国のダニエル・カーネマン教授の理論を引用しています。カーネマン理論は感情的幸福は年収7万5千ドルまでは収入に比例して増大するのに対し、7万5千ドルを超えると比例しなくなるという内容です。20年以上前の研究結果ですから7万5千ドルは10万ドルくらいに増えているでしょうが、一定以上の収入を超えると経済的に豊かになっても失うモノもあって、必ずしも幸福をもたらさなうという理論です。要は7万5千ドルに達する前は年収の額が幸福度に比例するが、それを超えると個人の自由時間が失われたり、仕事のストレスが大きくなって年収額と幸福度は比例しなくなるという理論です。即ち、**長続きする幸せは金銭的なモノではなく生活・家庭環境、健康などのほか、「心の要因」による幸せ**が多く含まれているという事です。

心の要因による幸せ=4つの因子

前野先生は幸せになる為には次の**4つの因子**が必要だと説いています。企業の組織作りも次の4つの因子を意識しながら改革を進めて行けば社員が幸せになれば、好業績を上げる事が出来る企業にすることが出来るという事です。

第1因子
「やってみよう」因子
(自己実現と成長)



夢や目標ややりがいを持ち、それらを実現しようとして成長していく事が幸せをもたらす

第2因子
「ありがとう」因子
(つながりと感謝)



人を喜ばせること、愛情に満ちた関係の構築、親切な行為等が幸せを呼ぶ。**利他**の精神

第3因子
「なんとかなる」因子
(前向きと挑戦)



自己肯定感が高く、いつも楽しく笑顔でいられることが幸せをもたらす。**挑戦**できる事で大きな幸せを感じる

第4因子
「ありのままに」因子
(独立と自分らしさ)



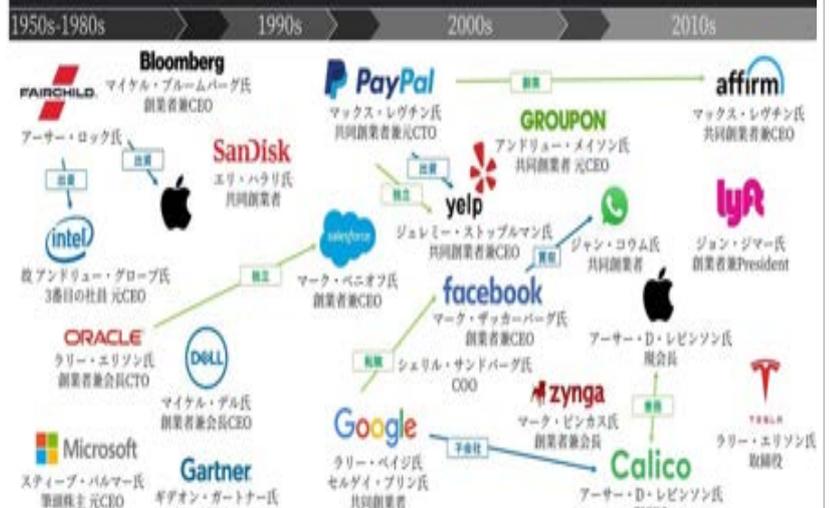
他人と比較せずに自分らしくやっていると人は、そつでない人よりも幸せだ。**自由**に大きな幸せを感じる

農業従事者は収入はそれほど見込めなくても食べ物に困らない安心感、土いじりが癒しになる、地域との適度なつながり、そして何よりも自分が人の役に立っているという実感が強く幸福度は高いのではと前野先生は言います。

語尾から類推できる「ユダヤ名」

米国の「IT企業大手4社の頭文字をとってGAFA」と称されていますが、GAFAの株価時価総額は700兆円を超え日本のプライム市場の株価総額とほぼ同じレベルになって来ました。たった4社の時価総額がトヨタやソニーなど名だたる日本の大手企業1839社が束になっても適わない訳ですから驚きです。更に驚くのはこの4社の創始者のうちの3名はいずれもユダヤ系アメリカ人です。具体的にはフェイスブックの創始者マーク・ザッカーバーグ氏、グーグル創始者のラリー・ペイジ氏、アップル会長のアーサー・レビンソン氏です。下段にユダヤ人が関連している「IT企業の系譜」を載せましたが、この世にユダヤ人が存在していなかったら今日の「IT」の革新や進歩はなかったと思わせる系譜です。「IT業界だけでなく、金融、ホテル、エンタメ、航空業界の創始者はユダヤ系が多いです。これまでのノーベル賞受賞者800人のうちの22%がユダヤ人であることや米国の民間資産の約3割は5・5百万人のユダヤ人が握っているという説も領けます。ユダヤ人は血筋や遺伝子でユダヤ人と括っている訳ではなくユダヤ教を信じる人は全てユダヤ人という考えです。従い、名前でユダヤ人を類推する事はよく行われています。

ユダヤ人関連IT企業の系譜



今号ではユダヤ人名の特徴を探ってみました。ドイツを追われて世界中に散ったユダヤ人はドイツに居た時の職業や居住地の特徴を自分の名前に遺していたのでドイツ語起源のものが多いようです。ご本人がユダヤ系と公表している有名人を挙げてみました。

マン (man)

- ◆ マーカス・ゴールドマン (世界最大金融財閥「ゴールドマンサックス創始者」)
- ◆ ダスティ・ホフマン (俳優)
- ◆ ニコール・キッドマン (俳優)

バーグ (Berg)

- ◆ スティーブン・スピルバーグ (映画監督)
- ◆ マイケル・ブルームバーグ (元NY市長)

シュタイン (Stein)

- ◆ アルベルト・アインシュタイン (物理学)
- ◆ レナード・バーンスタイン (指揮者・作曲家)

タール (Tale)

- ◆ フィリップ・ローゼンタール (高級食器)



【ローゼンタール紅茶カップ】1878年創設のヨーロッパを代表する食器ブランド。花模様のレリーフが美しく気品に満ちたデザインです。金融やITだけでなく繊細な芸術作品にもユダヤ人の才能を感じます

その他の有名なユダヤ人

- ◆ スティーブ・バルマー (マイクロソフト)
- ◆ デビッド・ベッカム (元プロサッカー選手)
- ◆ カルバン・クライン (衣料ブランド創始者)
- ◆ ジョージ・ソロス (実業界の超大物投資家)
- ◆ ハリソンフォード (俳優)
- ◆ プリツカー家 (ハイアットホテル創業家)

日本人の不得意な論理的な思考やシステム作りを得意とするユダヤ人には学ばべきところが多いです。14百万の僅かな民族が世界を動かしている驚愕の事実があります。

千葉県「印西市」に注目

千葉県の北部に**印西市**と言う都市がありま
す。多くの人が「**いんざい**」と読めないほど知
名度は低いですが、印西市は東洋経済新聞社
が全国813都市を対象に調査した「**住みよ
さランキング**」で2012〜2017年の6
年間連続一位に選ばれております。出生数、大
型小売店舗面積、新築住宅着工数など15の公
的統計データから左記の表にある様に「利便
性」「快適度」「富裕度」など5項目を分析して
総合評価を算出しています。快適度や利便性



「住みよさランキング2017」トップ50

(印西・松浜・長久手が今年もトップ)



「住みよさランキング」総合評価トップ50(1~25位)

順位	自治体名	総合評価	人口	出生数	面積	人口密度	出生率
1	印西(千葉)	58.28	625	3	12	58	195
3	松浜(富山)	57.59	224	10	294	432	30
2	長久手(愛知)	57.50	196	32	2	32	729
7	かほく(石川)	56.65	152	33	78	577	44
4	野々市(石川)	56.64	11	1	54	252	764
13	魚津(富山)	56.63	108	41	313	299	101
6	藤江(福井)	56.61	69	111	137	411	63
5	志保(福井)	56.55	91	111	292	400	27
10	能美(石川)	56.38	58	456	38	240	91

など数値化しにくい項目もあるので、このラ
ンキング結果にはいつも賛否両論あります
が、全国813都市の頂点に6年連続立った
という事実は素直に評価したいと思いま
す。
印西市の現在の人口は10万人程度ですが、こ
こに至る迄の道筋は平坦ではなく、運賃が高

いなど未だに問題も抱えています。左記のグ
ラフをご覧ください。印西市の人口推移を表し
たものですが、ここ数年は10万人前後で推
移しておりこれから減少して行く心配があ
ります。印西市は活断



層のない硬い地盤
で地震に強く、平坦
な土地が豊富にあ
る事を強調し流通
倉庫やデータセン
ターの会社に営業
をかけた。その



結果、NTTデー
タ、ソフトバンク、
米グーグル、英コル
ト、米プロロギス、
大和ハウス工業な
ど大企業が次々と
進出しデータセン
ターや物流倉庫を
建てました。都心に

45 km、成田空港まで僅か15 kmという利便性
の良さも大いに評価されました。全てがうまく
行った様な物語になっていますが、過去には1
974年に建設着工した成田新幹線が頓挫し
て千葉ニュータウン中央駅に停車する構想が

完全に崩れてしまったドタバタ劇もありまし
た。2022年1月1日時点で印西市の住宅地
の路線価は越谷市の3分の1で平米当たり3・
1万円です。(越谷は同10・9万円)。新築戸建
ての販売価格は粗っぽい想定ですが、同条件で
比べて越谷の7〜8掛けというイメージです。
都心に1時間で通える物件としては恐らく首
都圏で一番安く買えるというのが大きな魅力
ではないでしょうか？ 印西市の土地利用は田
畑が4割、山林が2割となっており、全国里山
百選にも選ばれるほど自然環境が多く残され
ているので子育て世代には人気となっています。
巨大なイオンモールやビッグホップモール
は住民の憩いや生活の利便性向上に大きく寄
与しています。然し、ちょっととした外出でも車
が必要となります。多摩ニュータウンやたまプ
ラーザの衰退事例を学び印西市を中核とした
千葉ニュータウンは今後高齢化問題にどう対
処するか次なる課題と挑戦が待っています。



奇麗に区画整理され道路も広



ビッグホップモール 66,000



里山や名所旧跡が多い

印西市結縁寺

暑熱順化グッズ

暑い夏。体温調節が上手く



いかずに熱が体内にこもってしまうことで発症するのが熱中症です。普段からあまり運動せずに、空調の良く効いた部屋に閉じこもっている人が急に炎天下に出た時が危険だと言われています。体を徐々に暑さに順応出来るようにする「暑熱順化」に役立つ話題のグッズをご紹介します



HBLINK ミスト扇風機

水を満タンに入ると 2.5 時間気化熱を利用してシルキーな冷却ミストを小型扇風機で送風してくれる ¥5,600 (税別) USB充電 LED照明付 女性の肌のお手入れに Grouture 社 (米)



折り畳みミストファンブレラ 晴雨兼用の UV カット付き折り畳み傘。4方向から噴射されるミストで外出先でも涼しく快適な空間を作れる。¥5,950(税別)水は下にペットボトルを付けて使用。ネット評価はマチマチ サンコー製

シャツクール冷感ストロング 280ml 衣料にスプレーするだけで汗をかくとひんやり感が続く。¥613 (税別)。ネット上のコメントでは汗臭いにおいの消臭効果には使えるがひんやり効果は一瞬だけとの厳しいコメントもあり。 小林製薬



レオンポケット3 ネッククーラー 首裏にかける着るクーラーと言われ夏は冷却、冬は温熱で冷温対応可。充電満タンにして3-4時間の持ち。スマホで設定した温度調整を自動的に操作。¥19,000 (税別本体のみ) ソニー



アイスリングとかネッククーラーという名で今年急速に出回っている商品。PCM という 28℃以下で凍る新素材で冷やせば何度でも使える。首の頸動脈を冷やすのでひんやり感はある。販売社多く ¥1,300~¥3,500 売られている(価格ドットコム)

*注)本記事の文責は情報提供だけであり商品の内容につきましては免責とさせていただきます

今後の勉強会開催予定

完全予約制

コロナワクチン必要

分 東武スカイツリーライン「北越谷駅」東口徒歩2分 場所…株式会社マルヨシ本社ビル2階 研修室

日にち	講義題目	内容	講師名
7月24日(日)	【資産管理・賃貸経営】空室撲滅の為にリノベーション	本紙P-3記事「賃貸経営は事業なり」をご参照下さい	森 大悟 当社資産管理部
8月28日(日)	【資産管理・賃貸経営】資産を増やして相続税は減らせるその②	知らないやばい相続対策の3つのポイント	森 大悟 当社資産管理部
9月4日(日)	【相続】CafeTOMO 相続入門	越谷市民活動支援センター 招請年一回の定期セミナー	小山 哲央 当社代表取締役
9月25日(日)	【相続】第10期生①回目 相続と遺言の基礎	相続発生後でも間に合う節税対策をご紹介します	小山 哲央 当社代表取締役

当勉強会はどなたでも**無料**でご参加頂けます。参加を希望される方は事前に電話 TEL 048-970-0021 又は seminar@0021.to にメールでお申し込み願います。

弊社管理物件入居率
97.35%
2558戸(+2戸)
2022.6.30現在