


# クイック・ガーデニング通信

2018 春号 Vol.03



身体にうれしい効能がいっぱい！  
**草木のお茶で体調を整えよう**

〈連載〉

## お客様のお庭拝見

御年90歳！ 元気の秘訣は「季節の花」

## 植木カットデザイナーの昼飯

お庭のお手入れの無料お見積り・ご相談はこちら



# 0120-329-919

受付／9:00～18:00  
土・日・祝日も受付

植木屋革命  クイック・ガーデニング

〒183-0016 東京都府中市八幡町3-19-20 サンサティア3階

# お庭拝見 エピソード 3

# 元気の秘訣は花壇を彩る「季節の花」

お客様宅へお邪魔し、お庭を拝見しながら、お庭のあれこれや、お困りごと、当社へのご要望などをうかがいます。  
今回は千葉県千葉市にお住いの茂又様のお宅にお邪魔しました。

千葉県千葉市 茂又輝子様



## 御年90歳！これからも 季節の花とともに

冬の澄んだ青空が美しいある日、取材にお伺いするとお庭に出て担当カットデザイナーの用意した色とりどりの花に目を細める茂又様の姿がありました。御年90歳。緑豊かなご実家のお庭で、草花に親しんでお育ちになったといいます。

「父が草花を育てるのが大好きで、いつもお花が身近にあつてね。私も自然と手伝うようになって、ふだんからお花のお世話をしていました」と当時のお話をお聞かせ



植える前に苗を一つずつ並べ、色や配置のバランスを見ながら植栽します。

くださいました。

毎年、夏と冬にお花の植え替えて当社をご利用いただいている茂又様。以前は季節ごとの植え替えや植木鉢のお手入れなどをご自分で楽しんでいましたが、加齢とともに膝や腰を曲げて作業することの難しさをお感じでした。それでも、季節のお花を身近で楽しみたいというご希望を叶えるため、当社がお手伝いをさせていただいています。

担当の大木は、茂又様のお庭を担当して今年で8年目。お花選びのポイントは、夏は涼しげに見えるように、冬は暖かい色を中心に、あとはお客様の好きな紫や青色のお花を取り入れることを忘れないといえます。とくにお庭に色味が少なく寒さで外に出る機会の減る冬は、室内から遠目に眺めても楽しめるように花の配色を工夫するなど、お客様をよく知る担当者ならではの心づかいが、今回の作業にも息づいていました。



茂又様(中央)とご長女の啓子(ひろこ)様(右)

作業後、色とりどりの花が咲く花壇を眺め微笑む茂又様の姿を拝見して、この花も元気の秘訣のひとつかなと感じました。これからもお花のお手入れをとおして季節を感じ、草花を愛でる素敵な暮らしのお手伝いができればと思います。

### 担当者からの ひと言



植木カットデザイナー 大木 茂樹  
担当エリア：千葉県、茨城県

冬のお庭に映える赤や黄色の花を中心に、「葉牡丹」など葉の色が美しい植物も取り入れて、たくさんの種類を楽しめるよう植栽しました。

## 募集中!

当コーナーでは、お庭をご紹介いただけるお客様を募集しています! お庭にお邪魔してお話を伺いながら、プロカメラマンが素敵に撮影させていただきます。「お名前・ご住所・お電話番号」を明記のうえ、下記までEメールかお電話でご連絡ください。

✉ [oubo@919g.co.jp](mailto:oubo@919g.co.jp)

☎ 042-352-8680

受付：平日9時~18時



# 草木のお茶で 体調を整えよう

季節の変わり目は、身体にやさしい成分が  
たくさん含まれている草木をお茶で取り入れましょう！



身近になった草木のお茶で  
自然のパワーを  
身体に取り入れる

野草茶と聞くと、身体には良さそうではあるけれど、「葉っぱ」「苦そう」「まずそう」という印象を持つ方が多いのではないのでしょうか？ でも飲みやすく工夫された草木のお茶が雑貨店やスーパーマーケットでも販売され、日常的に取り入れやすくなってきました。

草木を使ったお茶は、薬が高価でほとんど庶民の手には届かなかった時代から、健康やかな生活を送るために親しまれてきました。これは広く楽しまれているミントやカモミールなどを使う「ハーブティー」もおなじ。身近な草木を使ったお茶は、「日本のハーブティー」なんです。ハーブティーを薬っぽいと思いつつながら飲む方は少ないですよ。お庭では厄介者のドクダミやタンポポも、身近な庭木である柿やビワも、古くからお茶として取り入れられています。日本の風土で育まれた草木のお茶は、身体にうれしい効果たっぷり。しかも飲みなれるとおいしくいただけるものなんです。

季節の変わり目は体調を崩しがち。食生活に草木を取り入れて、身体のお手入れも滞りなく！

カフェインフリー

## おすすめの野草茶

《注意事項》野草茶にはアレルギー物質が含まれることがあるので、体調に合わせて少量から試してください



種類	効能	ポイント
<b>柿の葉</b> ビタミンC含有量はレモンの10倍以上！	風邪予防、美肌効果、 高血圧予防、利尿作用 (むくみ改善)	おすすめ：急須に熱湯を注ぎ7~8分置く 注意点：ビタミンCが半減してしまうので煎茶とのブレンドは避ける
<b>ビワの葉</b> 三千年前から知られる自然の妙薬	解毒作用、新陳代謝の 促進、疲労回復、鎮咳作用	おすすめ：水1Lに対して茶葉5~10gで煮出す 注意点：葉裏の白いうぶ毛はしっかりとこそいで取り除いておく
<b>ドクダミ</b> 10以上の薬効でデトックス！	解毒作用、浄血作用、 美肌効果、利尿作用、 便秘改善	おすすめ：飲用のほか、お風呂に入れても肌荒れ・冷えの改善によい 注意点：独特の臭いがある（麦茶やほうじ茶とブレンドすると飲みやすい）
<b>スギナ</b> 植物性ミネラルの宝庫	利尿作用、解毒作用、 腎機能の促進（結石予防）、 鎮咳作用	おすすめ：急須で5~6分置いてから注ぐ。煎茶や番茶とブレンドしてもよい 注意点：長期間にわたる大量摂取は、チアミン（ビタミンB1）欠乏症を引き起こす可能性があるため注意。また、心臓や腎機能不全、ニコチン過敏症の方は摂取を控える
<b>タンポポ</b> 女性に嬉しい効能がたくさん	貧血予防、利尿作用、 胃腸のはたらきを整える、 ホルモンバランスを整える (生理不順・更年期障害の改善)	おすすめ：急須に熱湯を注ぎ約3分置く、または煎じる。牛乳や豆乳を入れると苦味が和らぎ飲みやすい 注意点：血圧を低下させる作用があるので、低血圧の方は摂取を控える

# 好きに書いてスイマセン

株式会社クイック・ガーデニング 代表取締役 渡辺則夫



## 親の気持ち、子の気持ちに 気付く「内観」

前回につづき、当社の研修に取り入れられている「内観<sup>なびかん</sup>」についてご紹介します。

内観を進めていくと、過去の嫌な思い出や怒りを感じたことが、狭い感情や価値観にとらわれていたことに気付くことがあります。例えば、子どものころ、わが家にはクルマがありませんでした。部活の試合があると父兄が順番でクルマを出して送迎をしていたのですが、順番が回って来るたびに「すいません。クルマがなくて」と言うのが恥ずかしくて嫌でした。最近まで



## PRESENT

50名様に差し上げます!

内観研修所パンフレットと体験記を50名様に差し上げます。詳しくは7ページにて!



クルマがなかったのは、貧乏だったからだとずっと思っていました。でも、父に対する内観をしていたとき、物置から原付免許の問題集が出てきたのをふと思い出ししました。さらに内観を進めていくと、父は中学しか出てなかったのですが、小学生向けの国語辞典(『ドラえもん国語辞典』のような)を買ったことがあり、勤め先の工場の改善提案書を小学生の私に書いてほしいと頼んだことがあったことを思い出しました。そこで、「そうか、うちは貧乏でクルマがなかったんじゃないかと、父に読解力がなくて、免許が取れなかったんだ」と気が付きました。

ほかに内観をしたことで気付けたことがあります。私には、息子が二人いるのですが、下の子は身体が柔らかく、小さいころは祖母の前でよく両足を広げピタッと胸を床に着けて場を盛り上げていました。この子に対する内観をしているとき、ふと足の爪を切つてあげたことがないことに気が付きました。妻に聞いても、切ったことがないと言います。息子に「足の爪どうして

るの?」と聞いたら、「こっやってるよ」と言って足を口に運びました。何と口で足の爪を噛み切っていたんです。通わせていた保育園では、園児同士がケンカしても爪で相手にケガをさせないように、手の爪を厳しくチェックしていました。幼心に爪を伸ばすことがいけないことだと感じていたのでしょうか。親が忙しさにかまけて爪まで気が回らず、口で切っていて身体が柔らかくなっていたのを見せものにしていました。ひどい親でした。

これはアルコール中毒の母親に殴られて育った女性から聞いた話です。その女性は、とくに外の女性から父親宛に電話がかかってきたときにひどく殴られたそうです。話を聞いた女性は母親を恨んでいました。「虐待されていた」と。でも内観をして思い出したことがあったそうです。その母親は、どんなに酔って暴力をふるったときも、翌朝には学校に持っていく弁当を必ず用意していたと言います。この女性は「母は自分が憎くて殴ったのではなく、父に愛人がいることへの怒りや悔しさから酒に溺れ、子どもにぶつけてしまっていた」とに気付きました。大人になって、内観をすることで、「二日酔いの苦しさや、男女の話を理解できるようになりますが、子どものころはわからなかったことに気付けます。いつばうで子の気持ちをくみとることもできるのです。」

こんにちは  
「植木屋道場」  
です

## 安全に対する意識を高める現場研修

植木屋道場では、本部の指導者と経験豊富なベテランカットデザイナーが協力して、技術の向上と安全に対する意識の向上を目的に研修を実施しています。

今回、講師を務めた石沢カットデザイナーが研修で重要視しているポイントは、現場に潜むリスクへの対策です。事故を防ぐためには事前の準備が大切。おなじ作業でも現場の環境に合わせて養生をするなど、やり方を工夫することだといいます。自らの多彩な実体験をもとに指導にあたっています。



今回講師の石沢  
カットデザイナー

熱中症の  
予防にも!



当社オリジナルデザインのヘルメット。目元を守るシールド付き。通気性や衝撃吸収性にも優れている

谷沢製作所「エアライト」

植木カットデザイナーの

# 昼飯

題字：クイック・ガーデニング 代表取締役 渡辺則夫

仕事中の貴重なリラックスタイムであり、人となりが出やすいという食事時間。お客様の前とは少し違った、「昼飯」どきの植木カットデザイナーたちをご紹介します。



お店情報 「とちぎ屋」

東武伊勢崎線・羽生駅東口より徒歩約5分  
写真は「うどん冷(特大)」370円

パワーの源は大盛麺と  
「栃木コシヒカリ」

栃木県南部を中心に、隣県の県境エリアまで担当する海老沼晃一カットデザイナーの昼飯は、コストパフォーマンスがよく、パワーをつける麺料理です。

趣味のひとつが「食べ歩き」で、作業現場近くのお店を訪ねるのが楽しみなんだとか。「身体を動かす仕事柄、ボリュームもメニュー選びの重要なポイントです。ただし、午後に作業をする日は定番の大盛から、ワンサイズ小さなメニューを選んで身軽に動けるようにしています」と、こだわりを教えてくださいました。

近くにお店がないときには、おにぎりを持参。じつはこのおにぎりもこだわりの逸品で、自家で収穫した「栃木コシヒカリ」で作った特製おにぎりなんです。

海老沼カットデザイナーは家族で食べる米や野菜を栽培しているほか、収穫した梅の実で梅干しも手作りしています。私も梅干しの相伴にあずかったことがあります。素材の味が生かされた昔ながらの味わいです。さらに、年末には毎年自身でそばを打って、作りたての年越しそばを家族に振舞うそうです。

私生活では自身が手かけた「食」でもてなす海老沼カットデザイナー。お庭のお手入れに対しても同様に、おもてなしの気持ちがお客様からご評価をいただいています。



海老沼 晃一 (えびぬま こういち)

茨城県出身。担当エリアは茨城県、埼玉県、群馬県、栃木県。そば打ちもこなす料理好き。趣味は食べ歩き、軽登山。

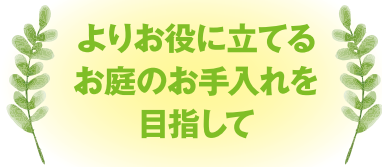


自ら育てた栃木コシヒカリのおにぎり  
と自家製の梅干し



手打ちの年越しそばを囲んで  
家族と新たな年を迎える





よりお役に立てる  
お庭のお手入れを  
目指して

# カタチにします「お客様の声」

改善しました

お客様の声

## クイック・ガーデニングで ご利用いただけるお支払い方法

後払い

お支払い方法は3種類。2018年4月中旬に開始予定の「コンビニ後払い決済」は、全国46,000店の主要コンビニエンスストアでご利用いただけます。

銀行払い

コンビニ後払い決済  
(ニッセン後払い決済サービス)

NEW

作業後、株式会社ニッセンから郵送にて請求書をお送りします。後払い手数料は無料です。

クレジットカード決済

※「クレジットカード決済」「コンビニ後払い」は、与信審査の結果によりご利用いただけない場合がございます

多くのお客様から、ご要望をいただいております。改善しました、コンビニエンスストア（コンビニ）でのお支払いに対応いたします。サービス開始時期は、2018年4月中旬を予定しております。今後も、サービス向上を目指してまいります。

仕事で家の庭木の手入れが、なかなかできなかったので助かりました。振込みがコンビニでもできると、もっと便利だと思います。  
(愛知県・女性)

## 「ご支持の証し」 ビジネスレポート

当社を含め、植木屋への庭木のお手入れのご依頼が、冬場になるとぐっと少なくなります。さらに今年は寒波と大雪に見舞われたことが影響し、1月の作業は前月の半分ほどになりました。雪で折れてしまった樹木などありましたら、ぜひご相談ください。

## 2017年10月～ 2018年1月 クイック・ガーデニング 都県別 売上&作業実績

	10月		11月		12月		1月	
	作業数	売上	作業数	売上	作業数	売上	作業数	売上
全体	2,541件	98,987,000円	3,017件	117,450,000円	2,795件	107,784,000円	1,448件	59,965,000円
茨城県	100件	4,333,000円	131件	5,274,000円	119件	6,649,000円	69件	2,592,000円
栃木県	125件	4,902,000円	136件	4,489,000円	127件	5,145,000円	72件	2,753,000円
群馬県	162件	5,850,000円	182件	6,998,000円	155件	6,034,000円	95件	3,252,000円
埼玉県	340件	12,506,000円	418件	15,647,000円	450件	15,080,000円	193件	7,713,000円
千葉県	294件	11,184,000円	341件	14,292,000円	350件	12,286,000円	218件	7,596,000円
東京都	751件	28,747,000円	856件	33,799,000円	748件	29,329,000円	364件	14,228,000円
神奈川県	429件	18,304,000円	529件	20,583,000円	487件	19,296,000円	214件	12,083,000円
山梨県	25件	1,256,000円	43件	1,746,000円	41件	1,852,000円	26件	1,131,000円
長野県	3件	31,000円	5件	200,000円	8件	320,000円	1件	37,000円
岐阜県	2件	52,000円	8件	179,000円	2件	36,000円	1件	85,000円
静岡県	161件	6,977,000円	206件	7,167,000円	175件	7,072,000円	114件	4,318,000円
愛知県	143件	4,635,000円	151件	6,775,000円	122件	4,516,000円	74件	3,978,000円
三重県	6件	210,000円	11件	301,000円	11件	169,000円	7件	199,000円

(金額はすべて税抜)

## 提携企業にクラブツーリズム社が加わりました

2018年1月10日より、近畿日本ツーリストグループの旅行会社、クラブツーリズム社と業務提携を開始いたしました。当社の庭木のお手入れサービスを、クラブツーリズムの会員向け生活サポートサービス「ぐっと楽(らっく)」を通じてご提供して参ります。



クラブツーリズム社が提供する、家事代行などの生活サポートサービス。2018年2月末時点のサービスエリアは、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県(※一部地域を除く)の4県となっています。

[ホームページ] <http://www.goodluck-ct.com/>

# 読者アンケート

「クイック・ガーデニング通信」Vol.3をお読みいただき、ありがとうございます。お客様にご満足いただけるサービスのご提供、充実した本誌誌面づくりを目的に「読者アンケート」を実施しております。

## PRESENT

アンケートにご回答いただいた方の中から抽選でプレゼント!  
 〈応募締め切り〉2018年4月30日(月) 23:59 必着

### A賞 クオ・カード (500円券) 20名様



全国のコンビニエンスストア・書店・ドラッグストア・ファミリーレストラン・ガソリンスタンドなどの身近なお店、約57,000店で使える商品券(プリペイドカード)です。

### B賞 ホーロー製ケトルと書籍『薬草』 3名様



3ページで紹介の、草木を使ったお茶を楽しむのに役立つケトルと本のセットです。ケトルはコーヒーポットのほか、小ぶりの湯沸し用ポットとして使用できます。

【ケトル】ハニーウェア「1.6L コーヒーケトル」※直火、IH200V対応製品 サイズ:23×13×18.5cm 容量:1.6L 重さ:0.9kg 材質:ホーロー(本体)、フェノール樹脂(持ち手) 【書籍】山と溪谷社「薬草」平野隆久(著)

### C賞 内観研修所パンフレットと体験記 50名様



当社でお世話になっている北陸内観研修所のパンフレットと新聞記者が書いた『新聞記者の内観体験記』をセットで差し上げます。

## 《アンケート》

Q1 「クイック・ガーデニング通信」Vol.3でおもしろかった記事に3つ丸をつけてください。

- P1:表紙 P2:お客様のお庭拝見 P3:草木のお茶で体調を整えよう P4:好きに書いてスイマセン  
 P4:こんにちは「植木屋道場」です P5:植木カットデザイナーの昼飯 P6:カタチにします「お客様の声」  
 P6:ビジネスレポート P7:読者アンケート P8:イチオシお手入れメニュー

Q2 ふだんお庭(集合住宅の場合はベランダ・バルコニー)をどのように利用なさっていますか。

Q3 「クイック・ガーデニング通信」Vol.3の感想をご自由にお書きください。

Q4 プレゼントを1つお選びください。

- A賞:クオ・カード  B賞:ケトルと書籍『薬草』  C賞:内観研修所パンフレットと体験記

お客様情報	お名前	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年齢	歳	お電話番号	( )
	ご住所	〒					

応募方法	WEBで	<a href="http://www.2.919g.co.jp/v3">http://www.2.919g.co.jp/v3</a>	こちらのQRコードからもアクセスできます	
	FAXで	042-352-8681 まで本回答用紙をお送りください。		

イチ押し  
お手入れ  
メニュー

# 適期到来！「芝張り」

暖かくなっていくこれから季節は、お庭に出る機会がぐんと増えます。緑美しい芝生のお庭は、解放感たっぷり。さわやかな見た目でなく、暑さ寒さを和らげる効果も期待できます。



芝張り前(春)

## 芝張り

芝生代、整地代、目土代含む

5,000円/m<sup>2</sup> ~

※芝生は「高麗芝」を使用します。ご希望の品種がある場合は、ご相談のうえ別途お見積りとなります



芝張り後、目土をかぶせています

芝張り直後(春)

数カ月後(夏)

### ◎天然芝のお手入れ

芝を美しく保つためにはメンテナンスが欠かせません。春期に土に穴をあけて芝の若返りを促す「エアレーション」を行い、目土や肥料を施すことで、新芽の育成を手助けします。また、小まめに芝刈りすることで芝が密に茂り、雑草が生えにくくなります。



エアレーション  
目土代、肥料代含む

1,500円/m<sup>2</sup>

通気性や水はけを改善し、芝生を活性化します



芝刈り

300円/m<sup>2</sup>

伸び過ぎると通気性が悪くなり、枯れてしまうこともあります

## 人工芝張り

人工芝代、整地代、防草シート代含む

15,000円/m<sup>2</sup> ~

※施工前に草むしりが必要な場合は、別途お見積りのうえ、費用が加算されます  
※使用する人工芝の素材によって材料費が異なるため料金が変わります  
※人工芝は火気厳禁です。バーベキューなど火気を伴う用途での利用は避けてください

美しい芝庭をつくるなら  
今がチャンス

芝が青々と茂る庭に憧れる方は少なくないのではないのでしょうか？ 天然の芝生は見た目が美しいのはもちろんのこと、輻射熱を抑えることから真夏の体感温度を下げる効果があります。また、「雨が降ったときの泥はねがなくなる」「歩くときに足腰への負担が少なくなる」などのメリットもあるんです。

芝張りの適期は2月中旬～5月初旬。緑一面の芝庭をつくるには、芝を張ってから根付かせて育てていく必要があることから、一年のうちで作業ができる時期に限られます。芝を育てるためには日当たりやメンテナンスが必要ですが、春に芝張りをする事で順調に育てば、夏にはお庭で美しい芝生を楽しむことができますよ。

日陰のお庭や  
ベランダでもOK「人工芝」

「日当たりが悪くて芝が育ちにくい」お庭に手をかけられない」という方におすすみたいのが「人工芝」です。冬には枯れて茶色くなり、年中お手入れが必要で天然芝と違って、煩わしいお手入れは不要。一年中青々としています。

人工芝という固くてこわこわしているイメージがありますが、近年「リアル人工芝」といって、見た目や感触が本物の芝に近いものもあります。また、コンクリートの上などにも施工できるので、集合住宅のベランダやバルコニーでも芝生を楽しむことができます。

さらに、人工芝はクッション性が高く、小さなお子さんやペットの遊び場にも最適です。

### ◎人工芝の種類(一例)

芝糸(パイル)の長さ5~10mm程の人工芝(ゴルフのパット練習に最適)



パイルの長さ20mm以上の人工芝(適度なクッション性がある)



異なる色や形状のパイルを織り交ぜたりリアル人工芝(天然芝のような質感)



※表示価格はすべて税込です。価格は予告なく変更する場合がございます。