

クイック・ガーデニング通信

2023 夏号 vol.24



〈特集〉
健康成分ぎゅっと
詰まっています! トマト

〈会社設立20周年企画〉
私のふるさと ~山形県寒河江市~

植木カットデザイナーの知恵袋
雑草との付き合い方を考える

お庭のお手入れの無料お見積り・ご相談はこちら

タダで

見に来る

クイック



0120-329-919

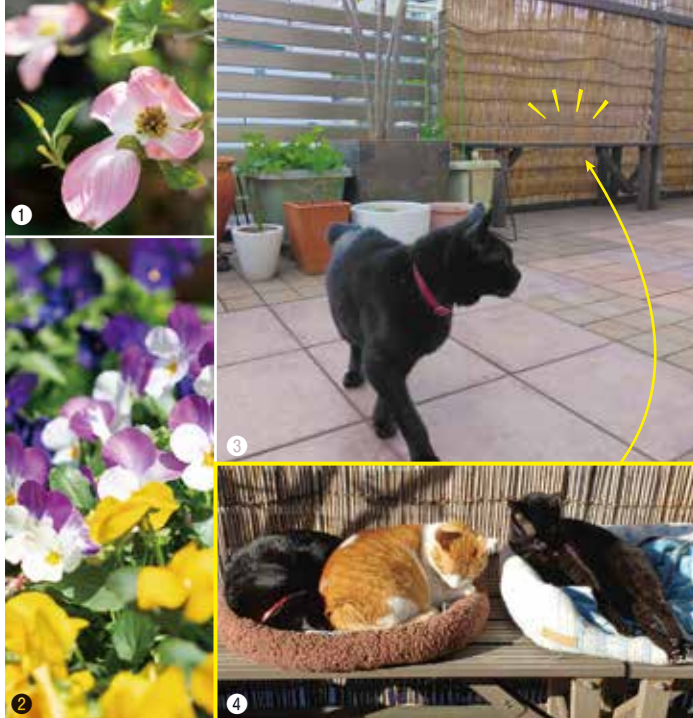
受付/9:00~18:00
土・日・祝日も受付

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

愛猫と緑に囲まれた暮らし

神奈川県横浜市港南区 F様



①風にゆれるハナミズキ ②花壇には色とりどりのパンジー ③ベランダのベンチがお昼寝スポット
④クロ(首輪赤)とチャタ(茶トラ)、ゲン(右)ケンカしても、くっついて眠る ⑤元気を取り戻したシマトネリコ(左)



心休まる
くつろぎの空間

芝の緑に白いタイルが映えるF様邸。玄関周りにはハナミズキ(花水木)、カイドウ(海棠)、ハゴロモジャスミンなど、さまざまな草木が植えられています。何を植えるかを決め、日々の草取りや花の世話をしているのは奥様。苗木の購入と植栽、伸びすぎた枝の剪定はF様が担当しています。お二人が手をかけた様子が随所に感じられる温かみのあるお庭です。またベランダには樹木の鉢植えや野菜のプランターが置かれ、緑があふれています。

ご家族はみな愛猫家。17年前にマンションから移り住むとき、猫たちが過ごしやすいよう設計したのだとか。どの部屋にもキャットスルー(猫が通る)



ハゴロモジャスミンのかわいらしい花から甘い香りが漂う

抜けられる小窓が設けられており、出入りは自由。猫がひなたぼっこできるように、あえて一部屋分なくし、南側と西側につながるL字型のベランダを広く造りました。そこに置かれたベンチは猫たちの特等席。風を適度に遮るために葦簀を立てかけています。ベンチ脇にはシマトネリコ(島十練子)の鉢植え。心地よい風にそよぐ葉の音。緑のなかでくつろぐ猫たちに、ご家族みな日々癒されています。

こそ、庭の手入れを助けていただき「というF様。その思いに、プロの技と心を込めた作業で応えてまいります。



F様ご自身でも剪定をされるので小松にアドバイスをもらうことも

★★★ 三ツ星認定植木カットデザイナー

こまつ としひこ
小松 俊彦

出身地 東京都
担当エリア 神奈川県、東京都
趣味 アメリカ雑貨集め
好きな植物 メタセコイア

大きく育ち、古代の植物の特徴を残していてロマンがあるので。
新緑を見て春を感じる植物が好き

■植木カットデザイナー★★★ 三ツ星認定要件
当社契約15年以上、顧客満足度90%以上、累計作業数4,500件以上で、接客・技術・安全の分野において所定の試験に合格した者



健康成分ぎゅっ! と詰まっています!

トマト

スーパーの青果売り場に数多くの種類が並んでいるトマト。
いつでも手に入れられる身近な野菜です。家庭菜園でも育てている方も多いのでは。
今回は、トマト業界のけん引役ともいえるカゴメ株式会社でお話をうかがってきました。

トマトの栄養成分

- ・リコピン
- ・GABA (ギャバ)
- ・β-カロテン
- ・ビタミンC
- ・ビタミンE
- ・クエン酸
- ・リンゴ酸
- ・カルシウム
- ・鉄
- ・亜鉛
- ・グルコース
- ・グルタミン酸
- ・アスパラギン酸
- ・水溶性食物繊維 etc.



昔は嫌われものだった

トマトは、江戸時代に観賞用としてヨーロッパからやってきました。明治32年の春、いち早く栽培に着手したのが、カゴメ創設者である蟹江一太郎氏です。しかし真つ赤な見た目と独特の青臭さから、まったく受け入れられませんでした。そんな折、西洋では加工して使うことを知った蟹江氏。明治41年にトマトケチャップを製造販売すると、だんだんと、日本の家庭に普及していきました。
嫌われものだったトマトは、今では夏野菜の王様。品種改良も進み、多種多様な味わいや豊富な栄養素を含むトマトが販売されています。



トマトに期待される機能

リコピン	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧降下作用 ・ 骨粗鬆症予防 ・ 日焼けによる肌色の回復 ・ 運動疲労の軽減 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血糖値上昇の抑制 ・ シミや肌荒れ予防 ・ 悪酔い防止
GABA (ギャバ)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧降下作用 ・ 睡眠の質の向上 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ストレス軽減効果 ・ 中性脂肪の抑制



今さらだけど「リコピン」って、

トマトの赤い色素、それこそがリコピンです。「活性酸素」を除去する強い抗酸化作用をもっています。これによって、動脈硬化や脳卒中、生活習慣病などの予防、改善が見込めます。さらに骨粗鬆症やシミ・シワ、肌荒れの予防なども期待できます。
リコピンは、トマトを生そのまま食べるより、ジュース状にしたり加熱したりすると、吸収率が高まります。トマトジュースやホールトマト、ケチャップなどの加工品は、リコピン摂取の強い味方です。



ちょっとうれしい トマト豆知識



★食前にトマトジュースを飲むと
血糖値の上昇を抑えられる

今回お話を
うかがいました

カゴメ株式会社東京本社
経営企画室 広報グループ

ほりえ けんいち
主任 堀江 建一さん

食事は、バランスよく食べるのが一番です。そのなかの一つとしてトマトを取り入れていただければ幸いです。



トマト栽培サポートアプリ トマサポ!

カゴメが開発した、家庭でのトマト栽培をサポートするアプリ。品種に合わせ、育て方のコツをアドバイスしてくれます。



APPストア PALYストア



リコピン
たっぷり

編集部 おすすめ 簡単レシピ



① トマトジュース×りんご黒酢

トマトジュース200ml、りんご黒酢大さじ1 混ぜるだけ

② トマトミルク

トマトジュース 100ml、牛乳 100ml、ヨーグルト 大さじ1、はちみつ 大さじ1 混ぜるだけ

③ トマトジュースで簡単スープ

トマトジュース 200ml、コンソメ(顆粒) 小さじ1/2
電子レンジ600wで1分半加熱
仕上げにオリーブ油・黒こしょう 適宜お好みで



④ レトルトミートソース+粉チーズ&オリーブオイル

市販品でも、トマトのメニューにチーズとオリーブオイルをひとかけすればリコピン吸収率アップ

おまけ: 味噌汁にケチャップを入れると
栄養素と旨味がアップしますよ!



わたしのふるさと

〈第2回〉



ふるさととは遠きにありて思ふもの

当社スタッフの『ふるさと』を

ご紹介いたします

【同行取材】編集部 會田雅子

今回訪ねた場所

安全安心部 公平智史こうへい さとしが高校卒業まで過ごした山形県寒河江市さかえ。月山や朝日連峰、奥羽山脈などの美しい山々に囲まれ、最上川と寒河江川が市街地を包むように流れる自然豊かな場所



隣町（大江町）にある三連アーチの旧最上橋。おばあちゃんにおんぶしてもらって、川沿いの土手をよく散歩した

標高1,984mの月山と満開の桜。なだらかな山の稜線が心を穏やかにしてくれる

え〜…
ほんとに閉館
しちゃったの…?



源泉かけ流しの「市民浴場」。湯上がりにアイス「雪見だいふく」を買ってもらうのが楽しかった。茶褐色の熱いお湯は体の芯から温まる ※老朽化のため今年3月末で閉館し、4月に場所を移し、新しい市民浴場がオープンした

ふるさとのよさを再発見
自分のルーツともいえる場所を同僚と一緒に巡ってみました。そこに立って話し始めると、忘れていた記憶が次々とよみがえってきます。当たり前に感じていたことが誇らしく思え、退屈に思えた街は心豊かに過ごした大切な場所だったと再発見できました。



高校3年間、
通学でお世話に
なりました

左沢線

これが読めたら鉄道マニア？
答え：あてらざわせん

山形駅と左沢駅を結ぶローカル線。「フルーツライン」の愛称で親しまれている

紅秀峰とつや姫の里



「日本一のさくらんぼの里」大粒の「紅秀峰」は寒河江生まれ

山形では来客を出前のラーメンでもてなします。お客さんが来た日は「今日はラーメン♪」とウキウキ

100年近く愛され続ける老舗食堂。牛骨とかつおぶしがベースのスープは懐かしく、やさしい味わい。チャーシューは牛もも肉。



お店情報 さらや 皿谷食堂
寒河江市本町2-6-54
TEL0237-84-2188
木曜定休
中華そば 850円(税込)

今回のふるさと紹介人



安全安心部
公平 智史(こうへい さとし)
好きな植物：樺(ブナ)、
山法師(ヤマボウシ)



市役所は建築家黒川紀章氏の設計。吹き抜けのオブジェは芸術家岡本太郎氏の作品。子どものころは「ヘンテナな建物だな…」と思っていた

ふるさとで気持ちを新たに
6年ほど前、思うところがあり、一度クイック・ガーデンングを退職し寒河江に戻っていた時期があります。素の自分に戻れる場所です。じっくりと自分を見つめなおすと、絡み合った感情が整理されていきました。そして半年後「またクイック・ガーデンングで働きたい」という思いにたどり着きました。意を決して代表の渡辺に連絡を入れてみたところ、快く相談に乗ってくれ、再出発のチャンスを与えてくれました。回り道をしたけれど、あの半年間は気持ちを整理するために必要な時間だったと思います。

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。



いつも彩りよく、栄養バランスのいいお弁当
この日は、一番の好物の塩鮭入り♪

愛妻弁当を糧に
笑顔あふれるお庭を

お客様から「説明が丁寧だった」「しっかりと要望を聞いてくれた」など、お褒めの言葉を寄せていただいている野澤真志カットデザイナー。東京都葛飾区在住です。

父親が海上自衛官だったため、子どものころは千葉県館山市や鹿児島県鹿屋市、広島県呉市、徳島県松茂町などで暮らした経験があります。なかでも小学校高学年から中学生の多感な時期を過ごした館山は、思い出深い地だと思います。引越しが多かったこともあり、人との関わりを大切にしている野澤。明るくはきはきと話をする様子から、人当たりのよさが伝わってきます。「祖父は東京の下町の靴職人でした。幼いころからその姿を見て、自分も手

に職を付けて働くことに憧れを抱いていました。お客様に直接仕上がりをお話ししていただける、この仕事が好き。自分にも合っていると思います。植木カットデザイナーになったきっかけと今の思いを正直に話してくれました。

週に数回は、奥様の手作り弁当を持参します。枝葉の片づけや掃除などの補助として一緒に作業することもある奥様。仕事の状況を把握してくれているだけに、お弁当から気遣いが伝わってきます。早起きしてつくづくしてくれることに感謝しながら味わいます。帰宅後は、弁当箱を自分で洗い、「ありがとう」の気持ちを言葉にすることも忘れません。

ふたりの娘の父でもある野澤。一年ほど前から小学生の次女と空手教室に通いはじめました。学生時代にたしなんでいたこともあり、野澤自身はあつという間に二段を取得。汗を流したあとは、一緒にアイスを食べるのが恒例

です。趣味として稽古に励むだけでなく、娘との大切なコミュニケーションの時間となっています。

仕事をするうえで「コミュニケーションを大切にしています。同じ言葉でもお客様がイメージされる仕上がり姿はさまざま。」「さっぱりさせたい」「ちょっと低めに仕上げてください」「言葉の先にあるイメージを、しっかりと話を聞いて受け止めたい。そして、わすかでも期待を上回る仕上りにし、「お客様を笑顔にすることを目標に、これからも精進します」と話してくれました。



週2回稽古に励む野澤親子



植木カットデザイナー

のざわ まさゆき

野澤 真志

- ゆかりの地 千葉県、東京都
 - 対応エリア 東京都、埼玉県、千葉県
 - 趣味 バイク、空手
 - 好きな植物 猫柳(ネコヤナギ)
- 「自由」「努力が報われる」という花言葉が好き



上：昨年末に購入したばかりの愛車
下：愛猫のエキゾチックショートヘア「もんじゃくん」

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

長野県人と青森県人

先日、青森県にある三内丸山遺跡さんないに行ってきた。ここには、今から約5000年前に多くの縄文人が住んでいました。30年前に発見されてからいまだに発掘調査が続いていますが、同時に一般の方にも公開されている珍しい大規模集落跡です。

現代人から見ると、縄文人は原始的で野蛮で程度が低いと考えるのが普通の感覚だと思えます。しかしこの集落跡を見ると『もしかしたら、縄文人の方が進んでいたんじゃないか?』と考える様になってきました。

ここは東京ドーム約9個分の広さで、竪穴式住居がたくさん建てられていました。土を貼ることで舗装された道路



写真1: 復元した三階建て

までありました。埋葬にもルーラーがあり、子供が亡くなると底を打ち抜いた土器に遺体を入れて、住居のそばに埋葬しました。大人が亡くなると、集落の東側に大規模な埋葬場所が作られていて、楕円形に穴を掘って埋葬しました。きちんと整地されたゴミ捨て場もあり、住環境が整えられていた事が分かっています。ゴミ捨て場からは、クリやクルミが多く出土していますが、これは元々あったブナやドングリを伐採して住みやすい様に整地し、主食のクリやクルミの木を増やす様、維持管理していたからだと思います。ムササビやノウサギなどの小動物や、マダイ、ブリ、サバ、ヒラメなどの魚類も食べていて、フグも食べていたそうです。

そして私が一番驚いたのは、直径2.5m、深さ2.5m、4.2m等間隔で開けられた穴が6ヶ見つかつた事です。穴に残っていた木材と、穴の底に掛かっていた土の圧力から計算すると、高さ三階建ての建物が建っていたということです。三内丸山遺跡では、実際にこの建物を復元しています(写真1)。写真の右下に傘をさしている人が写っていますので、大きさを比較してみても下さい。屋根が無いのは、研究者により屋根があったかどうかも含めて諸説あるので、復元しなかつたそうです。

私はこの復元建物を見て『あれ?この柱、どこかで見た様な...』スマホの写真を探したらありました! 長野県の諏訪地方で7年に1度行われる「御柱祭おんぼしさい」の写真です(写真2)。1200年以上前からいまだに続いているこのお祭りに、知人のついででちよつと参加させてもらった事があるのです。写真の右下に写っているのが私です。御柱祭は、山から切り出した大木を人力だけで町まで曳いてきて、最後にこの様に諏訪大社の四隅に人力で立てるのです。ここまで来る途中では、崖を滑り落ちたり、川を超えたり、まさに『命懸け』のお祭りです。立てた御柱には神が宿ると言われています。

そういえば諏訪地方にも縄文人の大規模集落跡が多数ありました。諏訪地方で採れた、ナイフの材料になる「黒曜石くわいせき」が、青森県の三内丸山遺跡で発見されています。という事は、5000年前に長野県人と青森県人の交流があったという事です。長野新幹線も東北新幹線もない時代に! やつぱり現代人よりすごいや!!



写真2: 立てた御柱

「ご支持の証し」 ビジネスレポート

2023年1月~4月 クイック・ガーデニング 都県別 売上&作業実績

3月末の決算をご報告致します。[()内は前期] 売上高21億円(20億円)、経常利益1億4千万円(1億円)でした。そこから法人税等も5千万円納税出来ました。これは、お客様一人一人に頂いた代金のお陰です。ありがとうございました。

	1月		2月		3月		4月	
	作業数	売上	作業数	売上	作業数	売上	作業数	売上
茨城県	136件	7,893,000円	119件	7,173,000円	126件	7,237,000円	163件	7,255,000円
栃木県	132件	7,197,000円	123件	7,681,000円	144件	7,151,000円	124件	6,703,000円
群馬県	170件	8,300,000円	108件	6,196,000円	158件	8,034,000円	143件	10,258,000円
埼玉県	482件	24,081,000円	392件	22,417,000円	415件	21,329,000円	485件	27,940,000円
千葉県	402件	21,653,000円	361件	18,664,000円	361件	19,111,000円	430件	22,068,000円
東京都	802件	35,848,000円	687件	37,220,000円	683件	33,770,000円	802件	35,171,000円
神奈川県	571件	30,962,000円	451件	26,048,000円	449件	21,704,000円	554件	25,431,000円
山梨県	47件	2,395,000円	38件	1,667,000円	42件	3,402,000円	36件	2,915,000円
岐阜県	9件	539,000円	7件	71,000円	9件	355,000円	4件	222,000円
静岡県	193件	10,358,000円	167件	7,748,000円	158件	9,826,000円	214件	8,311,000円
愛知県	220件	11,363,000円	177件	10,747,000円	177件	9,049,000円	179件	8,281,000円
三重県	16件	872,000円	7件	283,000円	17件	1,851,000円	19件	1,001,000円
合計	3,180件	161,460,000円	2,637件	145,915,000円	2,739件	142,819,000円	3,153件	155,555,000円

(金額はすべて税抜)



群馬県 I様
孫と飼い猫「トラ」とのツーショット

編 まるで仲のよい兄妹のようですね



群馬県 T様
今年2年目のオキザリス。過酷な夏を乗り越えて見事に咲いてくれました

編 T様が注いできた愛情に応えるような鮮やかさです

ご感想 山梨県 Y様

社長コラムのお話感動しました。人生の転機を迎える出来事や人との出会いって必ずあるのですね。日々の生活に感謝しながら人や自然に触れあうこと、大切にしていきたいと思えます!!

編 お客様との出会いも当社の大切な財産です。感謝を忘れず、誠実に努めてまいります



東京都 H様
毎年剪定をしていただいている河津桜です。今年はずっとより多く花が咲きました

編 澄み切った青空にピンクの桜が映えますね



千葉県 M様
やんちゃな2歳のトイプードル「茶丸(ちやまる)」です

編 まるでぬいぐるみのような茶丸くん。つぶらなお目々に釘付け♡

ご感想 東京都 I様

近々家を建て替えるので、樹齢30年のキンモクセイ(金木犀)を伐採する予定です。剪定、伐採の料金表がいただけたらよかったです。

編 新生活のためとはいえ、愛着のあるキンモクセイを伐採するのはお寂しいですね。ご要望にお応えして、今号には料金表を同封しました

お庭がたく
お客様とクイック・ガーデニングの「輪」
にわ
お庭のわ

読者の皆様から寄せいただいた写真、感想を紹介します

編 =編集部コメント



神奈川県 A様
毎年スイセンが咲いてくれます。今年はこれでも半分のみです

編 きつと、道ゆく人にも元気を与えていることでしょう



栃木県 K様
体重を量るとき、袋に自ら入ります。ついでにドアノブに下げてみました

編 ハンモックみたいで気持ちいいのでしょうか(笑)

大阪支社にてサービス受付開始!

START!

関西エリア 見積り依頼受付中

設立20周年を迎えたクイック・ガーデニングは、新たな事業展開を進めます。これまでの関東・東海地区にくわえ、新たに関西エリアへ事業拡大すべく、大阪支社を開業いたしました。クイック・ガーデニングの新しい挑戦にご期待ください。



大阪府 吹田市

▼大阪天満宮で商売繁盛と作業安全を祈願

関西エリアのご友人やご家族をご紹介ください
ご紹介・対応エリアのお問い合わせ

0120-329-919

受付/9:00~18:00 土・日・祝日も受付



雑草との付き合い方を考える

植木カット
デザイナーの
知恵袋

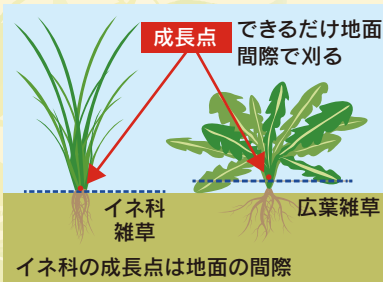
いつの間にかぐんぐん伸びる雑草にうんざりしている方も多いのではないのでしょうか？
お庭は少しでもラクしてきれいな状態を長く保ちたいもの。
雑草との付き合い方を吉田浩三カットデザイナーと考えてみました。

抜く草を選ぶ

抜かなくていい草を決めると手数が減り、草取りの負担が軽減できます。丈の低い草、葉の小さい草は、割り切った草や、葉の大きい草を優先的に抜きます。また、花や種がついているものは、こぼれ種から増えていくので、つぼみのうちに抜いておきましょう。

抜き方のコツ

地面を掘り起こすと、土の中に潜んでいた種に光が当たり芽吹いていきます。雑草の下で



根が残っても大丈夫
広範囲にわたり、草が生い茂っている場合、土を掘り返さないように作業するのは困難です。その場合は草刈鎌でザクザクと地面の間際を刈ってしまうの

【除草鎌の使い方】

除草鎌

- ①刃に指をあて
- ②刃を土に突き刺す
- ③土の中の根をひっかけるようにかき出す

※刃は横ではなく縦に使う

眠っていた種に成長のチャンスを与えないよう、できるだけ地表の土を掘り返さない草取りを心がけましょう。草の根をピンポイントでかき出せる除草鎌が便利。狙った雑草を根から引き抜くには最適です。

草取りが困難な場合

草取りに時間がかけれられない、腰が痛くて作業ができない…。お困りの場合には、防草シートなどで土を覆い光を遮ることが有効です。除草後にシートを敷いて、さらに砂利や人工芝で覆うことで、太陽光によるシートの劣化を防ぎ長持ちします。また除草剤も使う場所を選べば、お庭でも使用できます。木の根は思ったより地中に広がっているため、隣家の庭木にも配慮し、容量・用法を守ってご使用ください。



● 除草剤が使える場所



家屋ギリギリや庭の中央は除草剤をつかうことができる

雑草を根絶するのは非常に難しいです。手に余るときは、お気軽にご相談ください。



★一ツ星認定植木カットデザイナー

よしだ こうそう
吉田 浩三

- 出身地 千葉県
- 対応エリア 千葉県、茨城県、埼玉県、栃木県
- 趣味 登山、バードウォッチング
- 好きな植物 高山植物 とくに野生の蘭(ラン)

植木カットデザイナー ★一ツ星認定要件
当社勤務5年以上、顧客満足度80%以上、接客・技術・安全の分野において所定の試験に合格した者