

ご愛顧いただいている皆様へ

この度H23年4月1日をもちまして  
有限会社メッセンジャー代表取締役社長に就任しました 森山一成です。

メッセンジャー創業より事業に携わり、母であり、先代社長である、  
森山照子の下、緊急配送、冷凍・冷蔵車クール便、ハンドキャリー便、  
単身専門引越し、お助け便利屋さん・・・など様々な仕事を通して  
経験を重ねて参りました。

今までに培ったさまざまな経験を十分に生かして、  
地域に根ざしながらも、視野を大きく持ったサービス、  
時代のニーズに合ったサービスを提供したいと考えています。

先代社長 森山照子はあきれのくらい「世の中を良くしたい！」  
「困っている人のお役に立ちたい！」と思い動く人です。  
約30年前にメッセンジャーを立ち上げ育みながら  
ビジネスのみならず、環境や社会貢献に尽力してまいりました。

そのすばらしい理念は、  
まだまだ復興への道のりが険しい日本において、  
非常に大切なものだと思っております。

新たな船出をいたしましたメッセンジャーですが、  
一生懸命舵取りをしていきたいと思っておりますので、  
どうぞ今後ともご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

k.moriyama

めいじろ  
せいじろ  
あきれるくらい  
困っている人のお役に  
立ちたい！



メッセンジャー広島

検索

つるちゃんのおしごとメモ

Onion

今月の旬

玉ねぎ

無農薬無化学肥料で育った  
元気な旬の野菜をいadakou!  
今が旬「玉ねぎ」  
生長点（シン）をいadakou!  
（細胞活性が高く細胞分裂が盛んな、  
生命が生まれる部分です）  
ビタミン・ミネラルが凝縮していて  
とても甘くおいしい！  
今までざっくり切り取ってた方！  
是非試してみてくださいね！

by つる(07) /

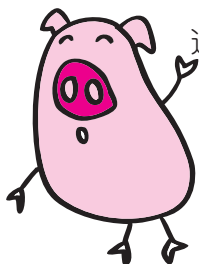
次回につづく

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など環境・体に優しい取り込みをしています。  
興味のある方はご連絡ください！！ 【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

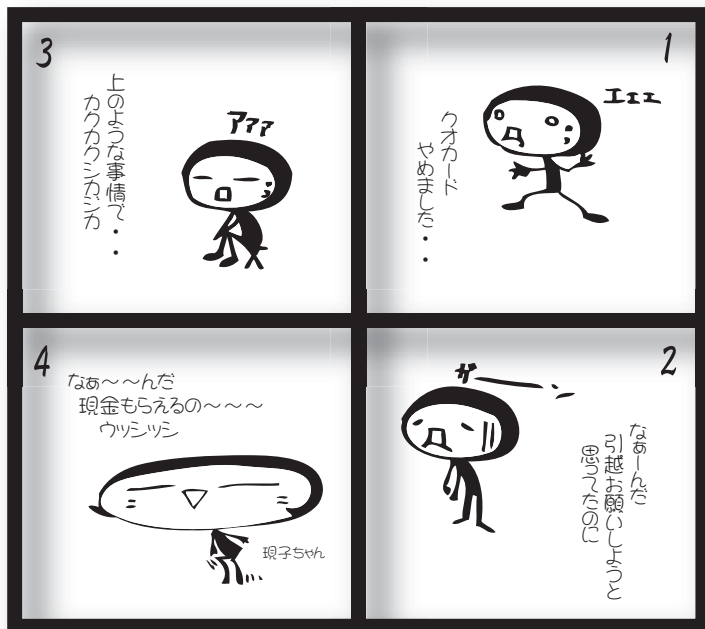
## 引越や不用品の引取りなどありませんか

### 【QUOカードプレゼント】 終了します

今までメッセージャーのサービス（引越し・便利屋）  
をご利用の方に500円分のQUOカードを差し上げていました。  
（コンビニでも使えるプリペイドカード）  
しかし財布のなかにあってもなかなか使われない、  
守り神のようにしまってあるのではないかと思います。  
いつか使えると思ったものは使いにくいですね。  
そこでこのたびワンコインでのお礼とさせて頂きました。



近所の商店で買い物したり、食事の足しにしたりと、  
地元で使って頂くとコインもみんなも喜びます。  
小額ではございますがご利用頂ければ幸いです。



### 7月の旬 得 キヤベリ

土からたっぷりのカルシウムを  
吸収して育つキャベツは栄養豊富な  
優秀選手！ビタミンA・C・U食物繊維も  
多く便秘解消！  
暑い夏に備えて身体の毒素を出し  
身体の芯から元気にしてくれます！



by 7月(07) /

#### 簡単レシピ

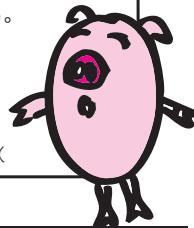
#### 【キャベツのかぼす醤油あえ】

- キャベツ 1/2
- かぼすの絞り汁（純米酢でもOK）大2
- しょうゆ 大2
- ゆで汁 大1
- 塩 少々
- 花かつお ひとにぎり

- ①キャベツは半分が4/1に切り茹でる
- ②かぼすを絞る（果肉を入れても良い）
- ③キャベツを一口大に切り花かつおを入れ②とあえる
- ④茹で汁を少々と塩少々で味をととのえる。

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など  
環境・体に優しい取り込みをしております。  
興味のある方はご連絡ください！！  
【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

2011.07.03



メッセージャー広島

検索

## 【遺品整理】

人生を卒業するという事は、  
生活をともした家具、食器、寝具、衣類とお別れしなくてはならないということです。  
最近では施設に入所されたり、お身内と同居する事になったという理由のため  
住み慣れた家やお部屋を生前のうちに整理される依頼が増えました。

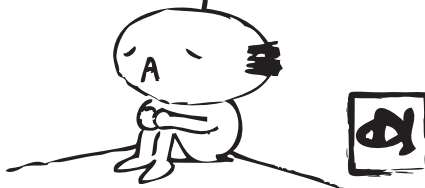
大切なものは形見分けとしてお身内の方へ、  
引き取り手のないものや、処理に困るものは残念ですが処分しなくてはなりません。

しかし、一人暮らしの方がお亡くなりになる場合もあります。  
遺族には葬式、部屋の片付けなど心労がかさなります。  
メッセンジャーではそのようなケースでも  
丁寧にお手伝いをさせていただいておりますが、  
やはり、寂しい気持ちになることは否めません。

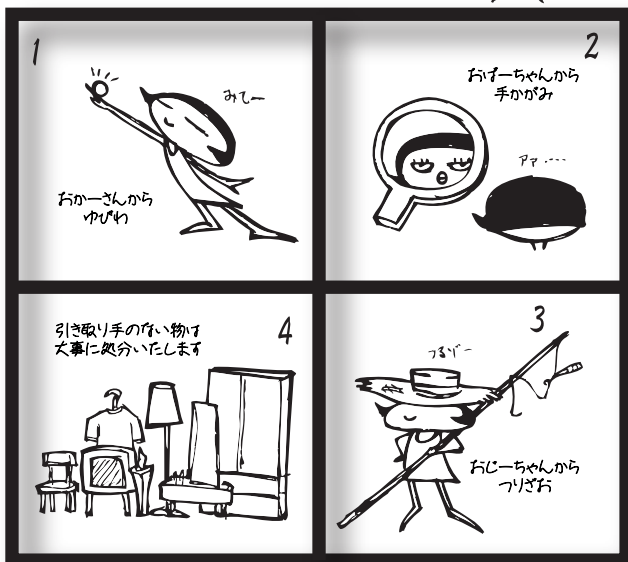
永く連絡を取っていない、一人暮らしの知り合いがいる方は、  
たまには声をかけてみてはいかがでしょうか。

# あ ち づ け

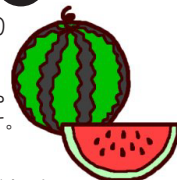
アア...



## 生前形見分けの巻



## るちゃんのしっ得×モ 今月の旬 得 スイカ



すいかは肝臓の働きを助け、  
疲労回復の効果が大きい！  
昔から果汁を煮詰めた「すいか糖」や  
種の煎じ汁はむくみに効くといえます。  
すいかを食べたあとの皮をそのまま  
捨ててる方^^  
ぜひお漬物にチャレンジしてみてくださいね！

by る(〇) /

### 簡単レシピ

#### 【すいかの漬物】

【すいかの皮・・・1/8 玉の半分  
自然塩・・・小さじ1

- ①皮の厚い部分と、実の赤い部分は切り落とす。
- ②ビニール袋にスイカの皮と塩を入れて、  
塩がなじむようにもむ。袋の空気を抜いて、  
冷蔵庫で1時間ほど寝かすと出来上がり。
- ③塩を洗い落とし、細切りにする。  
しょうゆをかけて食べる。

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など  
環境・体に優しい取り組みをしております。  
興味のある方はご連絡ください！！  
【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

20回につづく

メッセンジャー広島

検索

## 【便利屋お仕事】

便利屋のお仕事には

お庭の草取り、お墓の掃除、家具の組み立て、買い物代行など  
お客様の困ったことに対応しています。  
その中でも変わった緊急の依頼があります。

「となりの屋根に洗濯物が落ちたwww早くひろってえwww」  
こんな時は 長い竿の先を改造して洗濯物を引っかけて取ります。  
ビルの5階からとなりの屋根に布団が落ちた依頼は><  
さすがに怖かったです(>\_<)

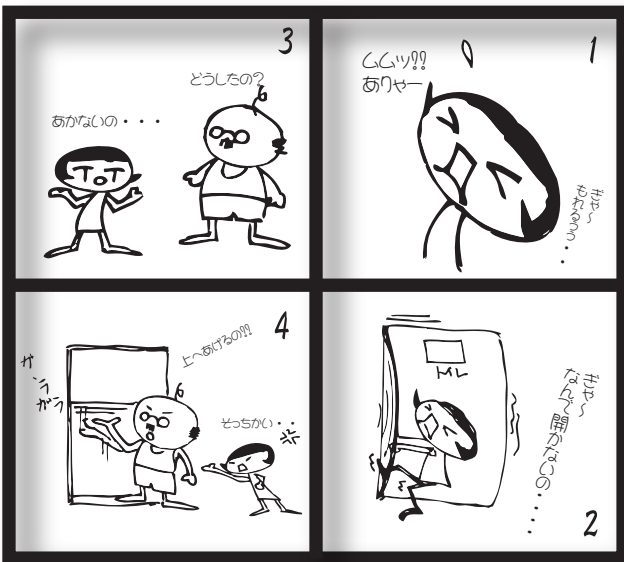
「トイレの扉が開かないwwwなんとかして!」  
これは切実です。  
「いいから!扉こわして!」って言われますが...  
よく調べると引き戸のレールの上に丸めたポスターがふさいでいました。  
応接間のふすまが開かないのも家具がふさいでいました。  
こんな時は窓ガラスを取り外す要領で戸をグツと上に持ち上げて扉をはずして解決です。

トイレのドアノブが壊れた時には本当にぶっ壊しましたが...^m^

お困りのことがございましたら どうぞお気軽にご相談ください。



## 便利屋・・・トイレドアの巻



## るちゃんのしっ得メモ 今月の旬 茄子



ナスは栄養価が低いと言われていますが  
とんでもない!!ナスにはコリンという  
肝臓の働きを良くする物質がいっぱいです。  
毛細血管を強くするビタミンP・C代謝を促すビタミンB1.B2  
血液の状態を健全にするカリウムが豊富!  
身体を夏の暑さから守ってくれる大切な野菜です。  
但し身体を冷やす作用があるので冷え性や婦人病・妊産婦さんは  
炒め物や揚げ物や焼き物にして食べましょう!

### 簡単レシピ

#### 【ナスのステーキ】

茄子・・・2本  
味噌・・・大さじ2  
かつお節・・・一つまみ  
砂糖又はみりん・お好みで  
水・・・大さじ1

味噌タレ

- ①ナスはヘタを落として縦半分切る
- ②フライパンに多めの油を入れ強火で熱しナスの切口を  
伏せて並べタレをする 切口に焦げ目がついたら  
裏返しよく混ぜあわした味噌タレを塗って再び  
フタをして弱めの中火で柔らかくなるまで焼く

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など  
環境・体に優しい取りくみをしてあります。  
興味のある方はご連絡ください!!

【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

by る(〇)/

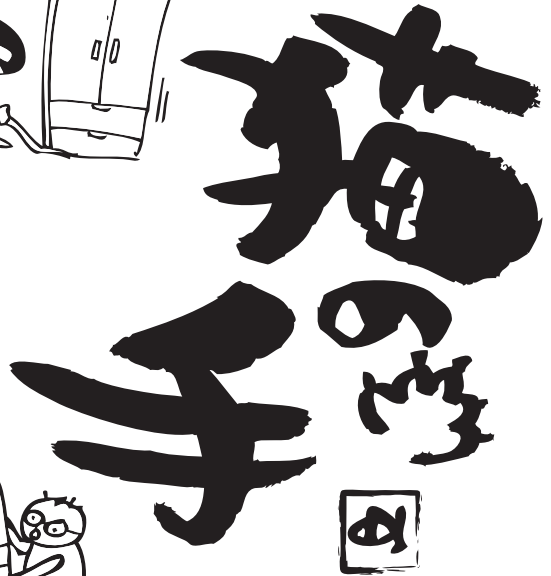
次回(1)につづ

メッセンジャー広島

検索

## 【家具の移動・模様替えのお手伝い】

暑かった夏も過ぎ、いよいよさむーい冬がやってきます。  
 冬ものの衣替えのついでに大きい家具や家電も移動しませんか？  
 「引越して何年もタンスを動かしていない」なんて方は要注意！  
 ほりに含まれるダニやカビの影響でアレルギーの原因にもなります  
 模様替えのついでに手の届かなかったところもお掃除しましょう！  
 重たい家具や、お部屋を占領している荷物もあなたに代わって片付けます。  
 「子供部屋を趣味の部屋にしたいから、学習机を処分しようかな」  
 「家族がふえたので部屋を作らなくちゃ・・・このタンスどこに置こうか」  
 「着物も服も処分したから、タンスは必要ないわ」  
 いままでの生活環境を少し変えるだけで気分はリフレッシュ。  
 喜んでお手伝いさせていただきますので、どんな事でも  
 お気軽にご相談ください。



## 猫の手



## 「るちゃんのしっ得」メモ 今月の旬 ④ ごぼう

土の味を吸い上げて育つ！  
 土の中のミネラルの香り「根菜の王様」  
 繊維値が多いので腸の中から老廃物を出して  
 きれいにしてくれます。  
 利尿・解毒作用もあってむくみ・貧血にも効果あり。  
 特に女性にとっては「ごぼう」はいいことばかり。  
 どんどん食べてね！

### 簡単レシピ

#### 【きんぴらごぼう】

ごぼう・・・1本  
 しょうゆ・・・大1  
 塩・・・少々

ごぼうを使った料理の定番です！砂糖やみりんは使わない事！！  
 ごぼう自体から甘みや旨みがでます。大切なことは・皮をむかない  
 切った後水にさらさない。アクは熱を加えると甘みにかかります！

- ①ごぼうは土を洗い落とす。皮はむがない。斜め薄切りに。
- ②フライパンを弱火弱火にかけ油小さじ2/1 ごぼうを入れ炒める
- ③塩一つまみと水（大さじ1）を入れさっと混ぜて蓋をし蒸し煮にする。
- ④しょう油・塩で味を付け水分を飛ばすように炒めごまを振って出来上がり

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など  
 環境・体に優しい取りこみをしてあります。  
 興味のある方はご連絡ください！！

【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

by る(〇) /

な@につづく

メッセンジャー広島

検索

## 【整理整頓のお手伝い】

心もモノもあふれかえって豊かなはずなのに  
逆に窮屈に感じてしまう事ってありませんか？  
不必要なものを「断ち」「捨て」「離す」ことを  
「断捨離（だんしゃり）」って言うそうです。  
もったいない、いつか使える、思い入れがあって捨てられない・・・  
そんなモノ達を、思い切って手放すことによって  
気持ちと空間にゆとりがもてるようになります。  
本当に良いものだけと暮らす「断捨離」で  
シンプルで贅沢な生活環境に変えていきませんか？



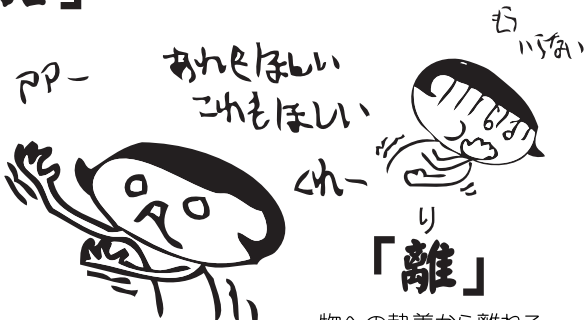
### だん 「断」

入ってくる要らないものを断



### しゃ 「捨」

家にずっとある要らないものを捨てる



### り 「離」

物への執着から離れる

メッセージャー広島

検索

## 今月の旬 ④ さつまいも



冬になると、おやつといったら焼きいもにふかしいも。  
塩をふりかけて食べると、心も身体もほっこりして  
「あ〜幸せー」って感じですよ^^  
ビタミンが豊富、食物繊維も多いわけで女性の強い味方！  
収穫してすぐはあんまり甘くないですが、  
貯蔵しておくとかんだん甘みが増してきますよ！

### 簡単レシピ

#### 【さつまいもとすき昆布の煮物】

- さつまいも・・・300g (1本)
- すき昆布 (または切り昆布)・・・10g
- 醤油・・・大さじ2
- 自然塩・少々



- ① さつまいもは洗い、皮をむかずに暑さ1cmの輪切りにする。太い部分は半月切りにする。
- ② すき昆布は水に戻もどし、ざるに上げる。
- ③ 鍋に①②を入れ、水をひたひたに加えて中火にかける
- ④ さつまいもに竹串がすっと通ったら、醤油を入れ、味をみながら塩を加えて調味する。

広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など  
環境・体に優しい取りくみをしてあります。  
興味のある方はご連絡ください！！

【広島なずなの会】080-5625-7001 森山照子迄

by り(〇) /

なづなにつづく

## 【30周年】

今年11月に30周年を迎えたメッセージャー。

最初は大手運送業者の下請けとして、当時は珍しかった、時間を指定して配達を行う「チャーター便」が主な業務でした。

家庭の中にパソコンやオーディオ機器などが当たり前のように普及していった頃、今度は精密機械や重要な荷物を安全確実に配送する、プロの配達業者としての足がかりが見えてきました。

インターネットが普及すると共に、生まれたのが1日でも早く、1分でも早く届けて欲しいという要望であり、まさに「スピードの時代」の幕開けでした。

そして今、30年間のたくさんの思い出と共に培ったノウハウをフルに活用した急送急配を行う「プロの配達業者」として事業を続けてさせていただいております。

これからもメッセージャーは時代と共に変化し、皆様に愛され、頼られる存在でありたいと考えています。「困ったときにはメッセージャー」

今後ともどうぞよろしくお願い致します。



## 社名変更??!!



## 〜るちゃんのしっ得メモ〜 今月の旬 大根



醤油だけで煮つけるのもいいのですが、煮干のだしが出た油で大根をさっと炒めてから煮ると味にコクが出て、特に寒い季節にはおいしいです。冬大根は皮が柔らかく、身もしっかり詰まっているから煮崩れしませんし、煮物の初心者にも上手にできます！前の晩に煮ておいて翌日、味がよくしみたところを食べるとこれかまた、美味しいです^^

### 簡単レシピ

#### 【大根のべっこう煮】

- 大根・・・300g (約1/3本)
- 煮干し・・・5～6尾 (約10g)
- 菜種油 (またはゴマ油)・小さじ2
- 醤油・・・大さじ1
- 塩・・・ひとつまみ

- ①大根は皮ごと暑さ1～2cmの輪切りにする。
- ②鍋に菜種油をひいて煮干しを入れ、中火で煮干しがきつね色に色づくまで炒める。
- ③大根を加え、油で大根をくるむようにしてさっと炒める
- ④ひたひたよりも少なめに水を加え、沸騰したら、弱火にして大根に火が通るまで煮る。
- ⑤醤油、塩をいれて味をととのえる。

by る(〇) / 広島なずなの会を立ち上げ 無農薬野菜など環境・体に優しい取りくみをしてあります。興味のある方はご連絡ください!! [広島なずなの会]080-5625-7001 森山照子迄

メッセージャー広島 検索