

子どもがいても

超デキルスーパー

ママで主婦だけど、多店舗経営をする起業家だったり、専門職でバリバリと働く「スーパー主婦」など、心地よい暮らしのためのヒントもたっぷり！ パワー全開な5人の女性たちに心惹かれたら、彼

スーパー主婦 南さんのスーパーな24時間

- 7:30 起床
- 8:00 子ども起床
朝食、掃除
夫の昼食作り&
娘のお弁当作り
- 9:30 娘を幼稚園へお見送り
- 10:00 出勤
打ち合わせ、
事務処理など
- 12:00 昼食
夫が帰宅
- 13:00 武蔵浦和店で研修指導
- 14:00 店舗巡回、抜き打ちで
店舗指導に
- 15:00 幼稚園へ娘のお迎え。
娘と一緒に会社に戻り、
データ入力
自宅にいる夫就寝
- 16:00 帰宅
夕食
- 17:00 娘をお風呂に入れる
- 18:00 子ども就寝
- 19:00 家の片付け
日によってスーパーに
買物へ
- 20:00 入浴
ゴルフのDVD鑑賞や
三味線練習など
- 21:00 就寝

夜勤のハハの昼食を娘のお弁当に活用
◎子どものお弁当は、夜勤明けに17時か食べる昼食と一緒に調理。子どもの分は、食べやすいサイズにしてお弁当箱へ

簡単な案件はデスクで解決して時間短縮
◎会社ではスタッフと席を近く設けているので、気になることはデスクで解決。即決で時間を短縮！



ココがスーパー



全店スタッフ講習も
◎全店のスタッフを集めての講習会も定期的に開催。南さん自ら講習を務めて指導をします



職場に子どもの場所を
◎多忙な日は幼稚園後、伊積(いづみ)ちゃんも会社へ。スタッフ全員がスズとお母さんとか！



超デキル

できることは即実行！
子育ては周囲と協力
出産後、本格的に事業を始め、現在は県内に全9店舗のまつ毛エクステサロンを構える南さん。スタッフの研修や店舗の抜き打ち指導などは、自らこまめに行っています。簡単な案件は、あえて時間を設けずその場で解決、実行が信条。そんな多忙な南さんを支えるのは、スタッフや「高観」5歳の娘の成長は周りの人々のおかげ」と、感謝の念を忘れないのも大切。

◆埼玉県内9店舗 まつげエクステサロン「アイズ」経営 南まゆ子さん(31歳)

みなみまゆこ ● 1980年生まれ。夫、長女(1歳)の3人家族。大学在学中よりまつ毛エクステを中心に各美容専門学校を学び、卒業という形で独立。結婚、出産を経て、2007年「Iris-a-salon 伊田店」開業。2009年、店名を「アイズ」へ。現在、全9店舗運営。



スーパー主婦に密

ちの一日をご紹介します。限られた時間のなかで、家庭と仕事を両立させる工夫や心構えなど、女たちの仕事場へ会いに行き、ぜひお手本にしてみてください！

スーパー主婦 名川さんのスーパーな24時間

- 6:00 起床
掃除
メイク
- 6:30 子ども起床
子どもと一緒に遊ぶ
- 7:30 夫と協力して、
弁当・朝食作り
- 9:00 夫出勤
子どもたち幼稚園へ
ピアノの練習
カーヴィーダンス
階段掃除をしつつ、
1階の店舗へ
- 10:00 営業
お客様を施術
合間にスタッフの
技術指導
- 15:30 子どもたち帰宅。
日によって、子どもたち
のおけいこの送迎や
英語習へ
- 17:00 子どもを外で遊ばせる
- 18:00 夕食準備
入浴
夕食
- 19:00 子どもと一緒に遊ぶ
掃除
- 20:00 絵本の読み聞かせ
子ども就寝
- 21:00 夫が帰宅次第、
子どもの面倒を交替



超デキル

ながら家事で自宅はいつもピカピカ!
◎自宅からサロンへと帰る際は、帰る前に歩きながら拭き掃除をするのが日課。出勤時は、靴にバスタブを履きながら帰ります！



ココがスーパー



隙間時間を使ってスタッフの技術指導
◎空き時間には、スタッフが練習したヘアスタイル見本なども見ながら、技術指導。忙しい中でできる場所まで頑張ります！

◎子どもたちと一緒に夕食準備。子どもには、男女でお手洗いの種類を分けているのだから！



ココがスーパー

◆さいげヘアサ名