

フジハート

2021.06

Vol. 85

私とフジアートの人生いろいろ



全国各地での緊急事態宣言やまん延防止対策の再延長も残りわずかとなりました。政府の対策が功を奏してか、新規の感染者数はだいぶ少なくなってきましたが、各地の人出もまた徐々に増えているようで、今後の心配です。オリンピックの開催に関しては賛否両論ありますが、どうせ開催するのであれば最善の状態を迎えられるようにして欲しいものです。皆様、お元気でお過ごしでしょうか。フジアート代表の渡邊富士雄です。

今回は私たちの体を船に例えてみたいと思います。実は私たちは誰もが皆、重～い石ころを山ほど船に積んで長い航海をしています。石ころとは、仕事、責任感、頑張らねばならない気持ち、我慢、意固地、焦り、不安、無理な事などです。最初は快調だったのに段々と速度が落ちて、舵も効かなくなってきました。ある日気がついたら、船にヒビが入って浸水しかかっています（体でいうと発病です）。これは大変だ！と急いで船を止めました。こんな時、私たちはまず何をどうしますか？

1. ヒビの箇所を応急処置します（体でいえば、病院で治療してもらいます）

2. 船の持っている能力を考え、余裕を持った積載量や日程を考え直す。また全体的な耐久性を保つメンテナンスを維持する（体でいうと、これが養生です。食事や漢方で体質改善して元から元気にしてゆくのここです）

そして再び船を出しましたが、何かを忘れていませんか？治療も養生もして、万全のはずなのに何だかちっとも良くならないし、船が思うように進まない…こんな時、あなたは積んでいる石ころが多すぎる事に気がつけるのでしょうか？船にヒビが入った原因は重量オーバーだったのに、石ころを下ろさずにまた航海に出る事は、治療と養生が終わって元の生活に戻る事と同じです。船の不具合は体でいうと疲れる、しんどいなどの症状です。お願いだからご主人様、石ころに気がついてよ！ヤバイよ！ヤバイよ！って叫んでいる声なんです。だから、それに気がついて石ころを下ろしてあげてください。お医者さんはヒビを応急処置する、漢方薬剤師さんは養生の仕方をお手伝いはしてくれますが、自分の船の石ころは自分にしか見えないので、自分自身の手で下ろすしかないのです。

そんな事いっても仕事は休めない、責任があるし弱音は吐けないよ！って声が聞こえてきそうですが、船が沈没しかかっている時、それは命より大切な仕事や責任ですか？船を安全に航海させようと思ったら、余分な石ころを下ろして軽くする工夫が優先では？と思います。過積載にならないよう船を軽くして漕ぎ出してください。そして航海中は船を見廻りながら、体の声を聴くことを忘れないでくださいね。

私も毎年この時期になると倦怠感を感じるのですが、最近はどこか悪いのかと心配になることがあります。会社の健康診断の時期も重なっていたので、人生初の人間ドックを受けることにしました。項目を見てもどこまで受けたほうが良いのか分からず、周りの人に聞きながらある程度の箇所を検査してもらいました。一週間位して結果が来たのでおそろおそろ見てみると、何も異常がなく健康体であるという事で安心しました。

ただ、コロナ禍になってからの不摂生で体重が5kg程増えたため、メタボではないけれど注意をして下さいとの事でした。これから子ども達にもお金がかかるし、まずは病気になると仕事に支障が出るので、定期的な健診は続けていこうと思っています。

代表取締役 渡邊 富士雄



ざっくばらんに！

大工さんのお仕事をわかりやすく話してみます・・・

「玄翁の柄（つか）を据えてみました」



大工

桧原 光雄

以前フジハートに玄翁の手入れについて書いたのですが、今回はその玄翁の柄を据えてみました。というのも、樫の木が手に入ったので！もちろん乾燥はさせています。原木は元で2寸ぐらい（原木というほどではないですが）、長さは4尺ぐらいで、4尺の中から使える部分を取ると2尺ぐらいになりました。

据える玄翁の穂ですが四角で、両口玄翁ですね。

で、とりあえず柄の形をイメージして大まかに電気鉋で荒削りをして、大体できたら反台で曲面を削って作ります。余談ではありますがこんなものに設計図なんてものはないのですよ！

つまり、すべて自分の好みや手の大きさや玄翁と柄のバランスなんですね。

というわけでさらに削ります！四角い据え口に合わせてちょうどよいところで柄の尻を叩いて据えます。あとはサンドペーパーで木肌を整えて蜜蝋を染み込ませるだけです。

最近は電気鉋とか電動物があるから楽ですね～。さて、出来上がりです！



↑ 使用した道具たち



↑ 原木の樫の木



← ↑ 反台で削る



← 据え口に合わせて柄をひと回り大きく削る（使用しているうちに緩んでくるため）



← 柄尻を叩いて頭に据える

蜜蝋ワックスを → 染み込ませて完成！



イマドキ・トピックス

今話題のコトや物をご紹介します！



生春巻きシート（ライスペーパー）はスイーツに最適！

ベトナム料理やタイ料理の生春巻きに使うライスペーパー。それしか使い道がない？ と思いきや、なんとスイーツにも活用できるのです。米粉でできているので、味わいがシンプル。モチットした食感も、スイーツと相性抜群です。半透明な皮は中の具材が見えるため、いろどりが鮮やかで見た目も楽しめます。

たとえば市販のスポンジケーキと果物、生クリームを乗せて巻くだけで、ちょっとおしゃれなケーキ風スイーツに。また、あんこと果物を巻いたら、フルーツ大福風になります。クリームチーズと果物を巻けば、フルーツクレープ風に。果物は缶詰を使うとさらにバリエーションが広がるし、

ジャムやチョコレート、ナッツを加えると味わいも豊かになります。

またライスペーパーを戻すときに、水にかき氷シロップを少量加えると、カラフルに仕上げることもできます。七夕の短冊に見立てたデザート作りを子どもさんと楽しむのも良いですね♪

生春巻きを作った後に半端に残りがちなライスペーパーですが、販売元の「ユウキ食品株式会社」公式サイトによると、開封後は常温保存で3カ月以内に食べるのが目安だそうです。風味が落ちる前にあれこれ作り、おいしく使い切ってしまいましょう！



Que Será, Será

... 余裕を持って過ごしたいと思う今日この頃



リフォームアドバイザー

齊家 春美

以前、こんな記事を読んだことがあります。

2019年の日本人の平均寿命は女性が87.45歳、男性が81.41歳となり、ともに過去最高を更新したことが31日、厚生労働省が発表した簡易生命表で分かった。前年に比べ、女性は0.13歳、男性は0.16歳延び、いずれも8年連続のプラスとなった。女性は5年連続で世界2位、男性は3年連続で3位だった。

(日本経済新聞 2020年7月31日)

先日、中古マンションをご購入されたお客様からお祓いをしてから工事を開始したいというご希望があり、ご事情をうかがったところ、前所有者の方が部屋で自然死（平穏死）されたので・・・との事でした。お客様が他県からお引越されて来る方だったため、近くの神主さんが分からないとの事だったので、こちらですぐに神主さんを手配し、1時間ほどお祓い（お清め）をしていただいてから工事を開始しました。

私の親戚でも同じ状況だった事が過去にありました。高齢化社会や単身世帯の増加により、ひとり暮らしなどで自宅内で死亡していた事が死後に判明する人（いわゆる孤独死）がこれから増えていくと予想されています。

今回のようなケースや対応が特別な事ではなくなるだろうと思い、書かせていただきました。



施工例のご紹介

藤沢市にお住まいのTさま邸をご紹介します



Before



After



Before



After

既存のキッチンは大切に使われていたため、とてもきれいな状態でしたが、経年劣化により扉や丁番等に不具合が生じていました。また、収納スペースの使い勝手を良くしたいというご要望からキッチンの取替えをご依頼頂きました。

長年使っていて愛着のあった、既存キッチンと同じメーカーをご希望だったため、タカラスタンダードのリフィットへ取り替え。

下の収納が開き戸から引き出しになり、収納スペースをより良く活用できるようになりました。

また換気扇横の梁部分は油污れ等が拭き取りやすくなるよう、壁面でも使用しているホーロー製キッチンパネル仕上げにしました。

扉の面材に明るい色合いを選択されて、キッチンスペース全体が明るい印象になり、お客様にもご満足頂けました。



Before



After

☆リフォームDATA

リフォーム部位：キッチン

築年数：22年

ご要望：新しいシステムキッチンに入れ替えたい

施工日数：1週間

担当者：三木

☆ホームページのリフォーム事例にも掲載しています

ジメジメ不快な夏を乗り切る！

住まいの快適レポート

いまずぐ始めよう、お家の湿気対策

気温の上昇と共に、湿度も高くなるこれからの季節。湿気対策を万全に、快適な暮らしを実現！

湿気による悪影響って？

- ・ジメジメ不快で、気分まで憂鬱。
- ・湿度が高いと汗が蒸発されず、体力を消耗。体の機能も鈍くなりがち。
- ・カビの増殖を招き、大切な衣類も台無しに。
- ・カビやダニにより、アレルギーなどを引き起こす要因にも。

湿気退治の基本は換気

リビングや子ども部屋、浴室など室内空間は、なによりも窓を開けて換気することが得策です。特に雨の日は室内の方が湿度が高い場合もあるので、窓を締め切ったままでは逆効果。忘れずに換気を心がけましょう。



シーン別湿気対策

リビングなどの広い部屋

- 窓やドアを2箇所以上開けて、空気の通り道を作りましょう。
- エアコンの除湿機能を上手に活用。

浴室

- 入浴後は浴室内の温度を下げるために、冷たい水シャワーを壁や床などに回しかけて、タオルなどで水滴を軽く拭き取りましょう。
- 換気扇を回す際は、浴室のドアを閉めた状態に。浴室の構造上、換気効率がアップします。

クローゼットや靴箱などの狭い空間

- 1日1回はクローゼットの扉を開けるように。サーキュレーターを使ってクローゼット内に空気を送ると換気効率アップ。
- 除湿に有効な新聞紙を敷き詰める。消臭作用も兼ねて一石二鳥。



Thank you for reading.

編集後記

事務スタッフ

三角由香



先日ぺたんこの靴を履いて歩いていたら、足の指がつって、戻らずに困ってしまいました。それ以来なんとなく「あ、つりそう」という感覚が抜けず、家の中でも時々つるので、外出にはほぼスニーカーばかり。スニーカーが流行っているのあまり抵抗はないけれど、これから暑くなるのでサンダルも履きたいし、このままは困るので解消しなくては！と思い、つる原因をネットで調べました。水分・ミネラル不足や筋力の低下、冷え、足裏のアーチの崩れ、老化(!)とどれも思い当たります。シックスパッドFoot Fitという座ったまま足を乗せるだけでEMS(筋電気刺激)が足裏、前すね、ふくらはぎなど歩行を支える足の筋肉をトレーニングしてくれるという商品が気になっています。使われている方もいらっしゃるかな？でも結構なお値段ですよ。いえ何より、期待するような効果があるのか、膝下だけをトレーニングすることは意味があるのか、などなど考えてしまい、購入に踏み切れないでいます…。やっぱり地味だけどスクワットしたり、足でグーチョキパーをしたり、踵の上げ下げ運動などを毎日コツコツ続けるしかないのかなー。ト林。



フジアート株式会社

藤沢大庭営業所 & ショールーム
〒251-0861 藤沢市大庭 5138-1
0120-34-6829

鎌倉大船営業所
〒247-0056 鎌倉市大船 3-15-28
0120-43-6829



フジアートH.P