

フジハート

2018.10 Vol. **53**

発行：フジアート 株式会社

私とフジアートの人生いろいろ



運動会は無事に済んだでしょうか。今年は台風に振り回された年になりました。せっかく予定を立てたのに天候に左右され残念な結果になることが多かったです。皆さま、いかがお過ごしですか。フジアート代表の渡邊富士雄です。

あれほど暑かった夏が過ぎ去り、過ごしやすい秋が来るはずなのに、今年は一気に冷え込んでしまいました。朝夕と昼間とでは10℃以上の気温差がありこれは体にとってはとても大変なことです。

私たちの体は大体36℃くらいの体温ですべての酵素反応が成り立っています。つまり、食べ物を分解してエネルギーを作り出し、生命活動の営みを維持し、解毒代謝を円滑に行って、不必要な物は排泄するという一連の反応は、この体温上で成立っています。

外界の気圧や気温が変化するたびに、これを察知し自律神経系が働いて血管を収縮や拡張させたり、血液の分布を変化させたりして体温を一定に保たせてくれているのですが、今年のように気温の変化が激しいと、自律神経は緊張しっぱなしです。

めまい、体のだるさ、のぼせたり冷えたりして気分が悪い、風邪のように寒気がしたり熱感があるが、鼻水や咳はない、胃腸の不調などは、自律神経が上手くバランスをとれず悲鳴をあげている状態と言えます。今年は暑さが激しかったために、皆さん例年よりも体が消耗しているようです。

自律神経の失調は、

1. 寝不足や無理のしすぎ、汗のかきすぎ、栄養不足、頭や目の使いすぎなど体が消耗しているとき
2. ストレスによる気の滞りとオ血、冷たい水分の摂りすぎなどによる冷え、運動不足+油ものや甘いものによる痰湿などによる閉塞状態のときに起こりやすくなります。

この機会にご自身の体質チェックをして、不足を補い不用は捨てる養生を実行してみてください。また、気温の変化に対応するため、衣服でもこまめに調整が必要です。

今年の夏は台風が多かったので、サーファーにとっては最高の当たり年になったのではないのでしょうか。

かくいう私も一応サーファーですが、仕事が休みの日に限って台風の影響で波が高すぎて、海に入れませんでした。

若い頃は高い波でも恐れず立ち向かいましたが、この歳になると安全を求めて足が遠のいてしまいます。振り返ってみると1回も海に入らず夏が終わってしまいました。

来年は50歳になるので、もう少し体力を付けてビッグウェーブに挑戦したいと思います。

代表取締役 渡邊 富士雄





明日の活力に！
見聞した体験をご紹介します



リフォームアドバイザー

小石 麻奈美

「レストラン列車で GO!」

こんにちは。

最近「ななつぼし」や「大井川鉄道」の SL など列車での旅行も人気のようです。今回は電車に乗ってゆっくりと食事をしながら行ける、日帰りの旅をご紹介します。

春に女子会で「伊豆クレイル」に乗って遊びに行ってきました。ピンクの車両でまさに女子会用といった感じです。小田原から伊豆急下田までを途中の景色の良いポイントなどに停車しながら進み、伊豆の食材を利用した食事やお酒をゆっくりいただきます。久しぶりに会う友人との会話も弾みました。

先月は千葉県の「いすみ鉄道」のレストラン列車にも乗って出かけてきました。こちらは単線で古い車両 2 両編成。そのうちの 1 両がレストラン列車になります。伊豆クレイルの海岸沿いを走る景色と違い、水田が広がる田舎の風景で対照的でした。いすみ鉄道は地元のレストラン店が食事を提供してくれて、きちんとコース料理になっています。

伊豆クレイルもいすみ鉄道も、各駅を出発する際に駅長さんやスタッフの方々がのぼり等を振って見送ってくれるのです。ほっこり、温かなおもてなしをいただきました。どちらも週末や祝祭日のみの運行になります。



伊豆ゆかりの「桜」「海風」「さざ波」が描かれた車両



伊豆クレイルからの眺め



コンパクトな 2 両編成



ムーミンがかわいらしい



いすみ鉄道からは田園風景

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・・・

「カンナのお話」

今回は大工道具の鉋（カンナ）について話してみようと思います。

まず鉋（カンナ）とは？

木材の表面を削る、もしくは仕上げるための大工道具です。

鯉節を削るのも実は鉋と言っているかもしれませんが（笑）

今は機械化が進んで、手作業で行う道具（拵道具）はあまり現場には登場しなくなりました。

けれど、ほんのわずかですが、面を取ったりベニヤの木端を削ってみたりと全く無視できるわけでもないのです。鉋に限らずどの道具でも同じですね。

鉋の種類をいくつか挙げてみます。これ以外にもまだまだ面白い「カンナ」がたくさんありますよ。機会があればまた！



大工

植原 光雄



いろいろな種類の鉋



平鉋（寸 6、寸 8^{※1} など）
平面を削る



面取鉋
材料の角を取る



きね鉋
相ジャクリ^{※2}する時に使う



ソコ取鉋
敷居やかまの溝の底を削る



脇取鉋
敷居やかまの溝の側面を削る



立鉋
鉋の台を直すのに使う

※1 すんろく、すんぱちと読みます。鉋のサイズです。 ※2 あいジャクリ。 ← こんな加工をする時に使う



暑かった夏も終わり秋から冬へと向かう季節になりました。今年は猛暑だったので、日除け対策も大変だったかと思います。今年大人気となった日除け対策商品をご紹介します。

その商品とはLIXILのスタイルシェード。今年リニューアルし、生地の種類も増えて人気沸騰となりました。注文が多すぎて生産が追いつかず、品切れから一時販売中止になったほどです。太陽熱を大幅にカットしエネルギー消費の削減に貢献しながら、住宅外観や景観に馴染むデザインと使用者の使いやすさに配慮している、という点が評価されて2013年度のグッドデザイン賞を受賞しています。紫外線99%カット、室内への熱も83%カットします。

もうしばらく日除けはいらないよ！と言わず、来年の夏に向けて、計画的に準備されてはいかがでしょうか。



リビング前に取り付ける、このタイプも人気でした。幼稚園などの施設でも多く導入されました。

人気NO.1はこのタイプでした！

手すり固定タイプ

窓を開ければ、バルコニーを吹き抜ける風を採り込めます。

枠付/壁付



天井付



テラス柵付



※画像は生地1枚仕様を2セット取り付けた状態です。



ボトムバーのリングを手すりに取り付けたベルトにはめます。使用しない時はリングだけがボトムバーに残るので邪魔になりません。



リング

ベルト

デッキ固定タイプ

※天然木・人工木・土間コンクリートに取り付けられます。庭先に心地よい日陰空間を生み出します。

枠付/壁付



天井付



テラス柵付



※画像は生地1枚仕様を2セット取り付けた状態です。



ボトムバーのリングをデッキフックに引っ掛けます。スリムでシンプルなデザインを採用しました。※天然木・人工木・土間コンクリートに取り付けられます。



リング

デッキフック

フック固定タイプ

シェードを降ろしてボトムバーをフックに引っ掛けます。



フック



オプションの中間フックを取り付ければ半開も可能です。使い方に合わせて自由な位置に固定できます。※2枚仕様(本体W×2,030mm)の場合は取り付けられません。※両戸サッシは錠付戸員側に付く場合のみご使用いただけます。



中間フック

ノルディックボーダー マリンボーダー ノーブルブラウン シェルグレー アッシュブルー シックベージュ ナチュラルグリーン ナチュラルブラウン スタイルッシュグレー



生地の種類も豊富です。こだわりの外観を演出するボーダー柄とシンプルで合わせやすい無地。劣化したら交換もできます。

日だまり ゆるりらいふ

日常がちょっと楽しくなる豆知識などを主婦のつぶやきでお伝えします



スタッフ
阿部 桃子

今回は我が家のサニー君のことを。サニーは保護犬出身です。保護犬は生年月日がわからない場合も多く、獣医さんが歯や被毛の状態を診て推定年齢を出すそうです。当初、サニーも誕生日がわからないだろうから、我が家に来てくれた日（うちの子記念日）を誕生日としてお祝いしようね、と子供たちと話していましたが、元飼い主が直接保健所へ連れて行った為なのか、譲渡の際に生年月日を知ることができました。

今月はサニーの4歳の誕生日です(^^)子供たちがとても張り切っているので、ワンちゃん用バースディケーキと一緒に作ってみました。

1. 前もってコーヒーフィルターを使ってヨーグルトの水切りをしておきます。

2. サツマイモを粗みじん切りしてレンジで2分程加熱後、ザルで裏ごし。

1. で採れたホエーを少しずつ混ぜ、粘土くらいの固さにし、成形します。

3. バターナイフで水切りヨーグルトを塗ります。ワンちゃんの好きな果物・野菜でトッピングして出来上がりです。

小ぶりに作ったつもりですが、丸ごと1個は食べ過ぎだと思うので、

2日に分けて食べてもらいました。

もっと可愛く作りたかったのに…とイマイチな出来栄えに娘たちはがっかりしていましたが、サニーはパクパク食べてくれました♪

我が家に来た当初は、近づくと言いや、ハウスからなかなか出られずにいましたが、5か月ほどたった今は、仰向けで昼寝していたり、子供たちの隣でくつろいだりするようになりました。相変わらずお散歩は嫌いですし、抱っこもあまり好きではないですが（ブラッシングやお腹なでなどでは大好きです）それも彼の個性かな？と思っています。



<材 料>

サツマイモ…小1本
ヨーグルト…大3くらい
りんご・人参・バナナ等
…適宜



Thank you for reading.

編集後記



スタッフ
三角 由香

台風の影響、皆さまのご自宅はいかがでしたでしょうか。当社でも台風24号通過の翌日から、ベランダや屋根の修理依頼が多くなり、担当の白鳥が大忙しで順次対応しています（今号の白鳥のコーナーは、繁忙のためお休みになりました）。

台風後の塩害によって各地で電線がショートして火花が出たり、畑の野菜が枯れてしまったりしています。会社の前の並木も塩害の影響で、例年より早く枯れて葉が落ちています。これは台風24号が「風台風」だったためとか。強風で巻き上がった海水が運ばれてきて降り注ぎ、その後「台風一過」の日射しでカラカラになったことで起こったようです。たしかに、外に駐車している車は塩をふいたように白くザラザラで、洗車場やガソリンスタンドは混雑していましたし、窓ガラスもいつものように拭いただけではきれいにならず、洗剤を使いました。

台風後は気温が上がったり下がったりしながらも、秋の気配が濃くなってきました。気づけば10月も終わりに近づき、今年も残り2か月となりました。平成最後の年、良い年だったと思い起こせるような出来事がありましたか？個人的には体調を崩すことが多かったので、年末の忙しい時期は元気に乗り切って行けるといいなあと思っています♪



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HP