

フジハート

2020.07
Vol. 74

私とフジアートの人生いろいろ



依然として新型コロナウイルスは猛威を振るっています。東京では新規感染者数三桁が続いたり、第2波を疑わせる様な状態が続いています。梅雨のジメジメでエアコンを使ったりされていると思いますが、体調管理には十分お気をつけください。フジアート株式会社 代表の渡邊富士雄です。

『医食同源』という言葉があります。この言葉、実は日本で作られた造語です。元々は『薬食同源』という中国の言葉ですが、『薬』が化学薬品を連想させるのではという考えから、1972年にNHKの『きょうの料理』という番組で『医食同源』が使われたのが最初だそうです。食べ物は薬と一緒に、いわゆる『薬膳』ということですね。

江戸時代の日本人にとって、肉は薬として食べられていました。タンパク質のほとんどを米と大豆、わずかな魚で摂っていた昔の日本人にとって、肉は滋養強壯の薬同然だったのです。ときは流れ、21世紀の日本は食べ物があふれている時代。日本は食糧の廃棄率が世界でトップクラスだそうです。そんな飽食の時代ですから、昔と違っていかに食べないかということに苦労する人も多くなっています。

例えば最近流行している糖質制限ダイエット。糖分や炭水化物をカットすることで、体重や脂肪を減らそうというもの。ダイエットの目的だけでなく、体の糖化を防ぐ健康目的のためにも糖質の制限が薦められています。砂糖は一昔前なら、なかなか口にできない贅沢品であり、炭水化物はコメやムギといった命を繋ぐための大切な食べものでした。これらを食べないようにして痩せよう、健康になろうというのはおそらく人類史上はじめてのことでしょう。むしろ食べないことが『薬』となる時代でしょうか。

新型コロナウイルスで生活様式が変わったように、時代とともに変わる食文化の一面なのでしょう。

新型コロナウイルスの影響で私の周りの飲食店経営者が依然として悲鳴をあげています。非常事態宣言が発令されてすぐは、先の見通しがたたない状態で、特に夜の営業時間の来客数が激減していたと聞いています。非常事態宣言が解除されてから少しずつ戻ってきましたが、それでも通常期に比べたらまだまだのようです。

私も外食をする時は、なるべく知人の店を訪れる様にしています。店を訪れると今まで以上に歓迎してくれます。ある店のオーナーシェフが「我が身に災難が訪れた時に、一番力になってくれる人はなじみ客だ」としみじみ言っていました。この店を訪れるといつも、弊社も見習わなくてはいけないと思わされることがあります。この店の料理はおいしいですが、それは飲食店として当たり前だと思います。それ以上に、お客さまに対しての対応の良さを感じるのです。そういう努力があるから人が集まり、料理がよりおいしく感じ、また来たいと思わせるのでしょう。

弊社において、良い品質のプランや技術の提供は当たり前のこと。お客さまから信頼や心地よさを感じていただける仕事を心がけることが大切だと改めて確信しています。

代表取締役 渡邊 富士雄





明日の活力に！
見聞き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

「おうち時間でやってみました！」

緊急事態宣言が解除されてから約2か月。ようやく日常の生活に戻りましたが、まだまだ感染予防は必要ですね。

私も自粛期間中の5月の休日は外出することもなく、家の掃除や断捨離、パン作りなどをしていました。

そして前からやってみたくて思っていた模様替えを実行！自宅の壁にアクセントクロスを張ってみました。

お客様とのクロスの仕様打合せの際に、メーカーからA4サイズのサンプルを取り寄せてお打合せするのですが、そのサンプルがたくさん貯まってきてしまいます。もったいないので何かに使えないかなーと考えていました。

そこで、色・パターン物をピックアップしてパッチワークのように壁に張ることにしました。

クロスを張るのは初めてです。重なる部分は乾燥してから張っていき、

色合わせなどを考えながら少しずつ広げていきました。

完成！色柄の重なり方も気に入っています。

ただ意外と他の人には「???」だったりするようで・・・不評もありましたが自分ではとても大満足で、用もないのに壁を眺めたりしています。

これからまた張り伸ばしていったり、他に絵や写真も混ぜるのも良いかなと思っ

ています!!



何もない壁に



色合わせなどを考えながら



貼り重ねて完成!

イマドキ・トピックス

今話題のコトや物をご紹介します！



近ごろよく見かけるえごま油やアマニ油。どう体にいいの？ということですが、油には人の体内で作り出せないため食物から摂るべき必須脂肪酸があり、なかでもオメガ3系脂肪酸が青魚やえごま油、アマニ油に豊富に含まれています。オメガ3には高血圧予防や、脳の活性化が期待できます。さらにアマニ油には女性ホルモンに似た働きがある「アマニリグナン」という成分が含まれるため、更年期障害の改善などに利用されることもあるようです。えごま油に含まれる「ロスマリン酸」には抗炎症作用、抗酸化作用がありアレルギー反応を抑える効果があるとされています。また「ルテオリン」には抗

肥満効果があるそうです。アマニ油やえごま油はどちらも、1日小さじ1杯程度がおすすめ。熱に弱いので、加熱せずにサラダや納豆、野菜のおひたしなどにかけたり、ドレッシングに混ぜるなどして取り入れると良いようです。光に弱く、酸化しやすいので、冷暗所に保存して、早めに食べましょう。

<簡単な摂り方>

- ・お味噌汁・スープなどに入れる（コクが出ます）
- ・パンにつけて食べる（バター代わりに罪悪感減）
- ・卵かけご飯にプラス（卵かけご飯が贅沢な味に）
- ・おひたし・和え物にプラス（ドレッシングにも）
- ・ジュースに混ぜる（トマトジュースは相性◎）



おかえり

お仕事・ご旅行・お買い物から帰ったときに「おかえり～」と出迎えてくれる「我が家のご自慢ポイント」をお客さまに取材させていただき、お伝えします♪



リフォームアドバイザー

阿部留奈

今回は、綾瀬市にお住いのE様のお宅のチワプー（チワワとトイプードルのミックス犬）の小太郎ちゃんをご紹介します。

小太郎ちゃんは、10歳の男の子。とっても甘えん坊で、私がリフォームのお打ち合わせにお伺いすると、お打ち合わせの間はご主人様の胸の中にずーっとだっこされています。たまに、ぬいぐるみなのでは？と思うほど、おとなしくちょこんと私たちの会話を聞いているかのようでした。

ある日、みんなでアイスを食べだすと、まったく誰のもとにも寄り添わず、ジーンとご主人様の顔を見ているのです。「ぼくにもおやつ」のサインだそうです。

あんなに、つぶらな瞳で、おねだりされてしまったら、負けちゃいますね。。。。

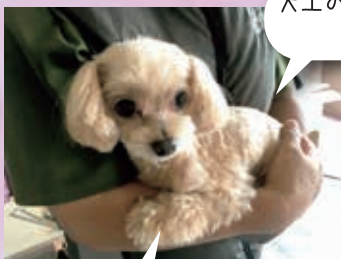
工事中の今は、毎日伺うたびにだっこでご挨拶させていただいております。工事が終わったら、私の方が寂しくなるなーとわたしも、小太郎ちゃんの虜です。。。。



リフォーム後のエコカラットの前で、ポーズ！



つぶらな瞳でお帽子が似合いますね！



大工の植原さんの腕の中で満足げですね。

この手（足）がかわいいのです。



植原さんの腕をくくん、気になるな〜♪

現場の風景

施工現場の様子をご紹介します

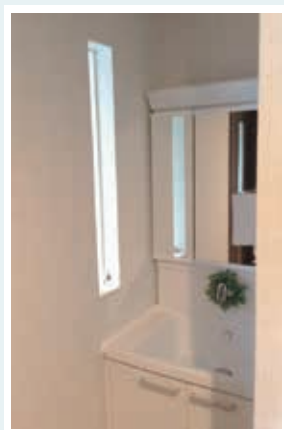


現場監督

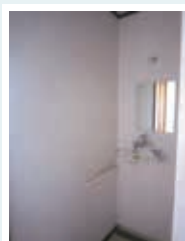
岡 俊秀

令和2年6月29日 月曜日 天気 くもり時々雨

3階戸建のトイレ・洗面所の工事です。トイレには窓があり昼間とても明るいのですが、隣接の洗面所には窓がないのでうす暗く、洗面所を使うたびに電気をつけなくてはならないということでした。今回の工事はトイレと洗面所間の壁を開口して窓を取り付け、トイレからの自然光を洗面所に取り入れます。開口部のサイズは縦1000mm×横150mm。間柱をよけて開口し、下部にだけ下枠を入れ、洗面所側に物が置けるようにトイレ側にガラス板を寄せ、見切り材で挟み込んで固定しました。150mm幅の開口ですが、洗面所もかなり明るくなりました。



施工後



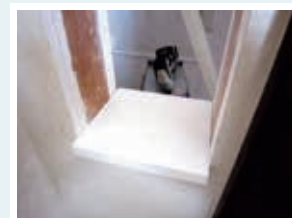
施工前 洗面所側



トイレ側



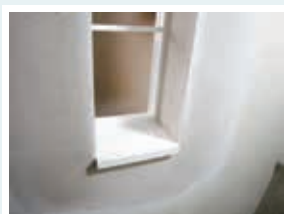
壁を開口



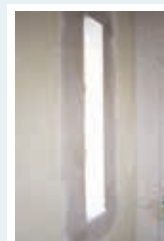
下枠を入れる



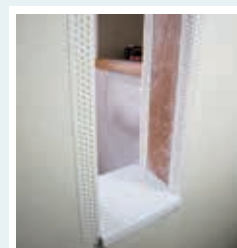
トイレ側に寄せてガラスを入れる



パテ処理



コーナー補強



Happy-Go-Lucky



リフォームアドバイザー

山中 正臣

最近落ち着いた本を読む余裕がなく、以前に登録しておいた Amazon の提供する Audible (オーディブル) というアプリをふたたび使い始めました。

このアプリは、簡単にいえば、本を朗読 (ナレーション) した音声を購入できるというもの。以前試用したときには、まだ対応しているタイトルが少なかったので保留にしていたのですが、いまではすっかりタイトルも増え、たとえばハリーポッターシリーズは風間杜夫さんが朗読していたり、半沢直樹シリーズは吉田健太郎さんが朗読していたりと、テレビドラマさながらのナレーションで、とても楽に本の世界を楽しむことができます。

「本は自分で読んで想像するから楽しい」という側面もありますが、本を読みたいけれど時間が取れない方や、視力が悪くなって読みたいけど読めないという方にもいいのではないかと思います。

ちなみにぼくは、帰宅後に育児に充てる時間が増えたせいで、落ち着いた本を読む時間が取れず、車での移動時間や寝る前に聞き流しています。

追伸

担当エリアが藤沢から鎌倉に変わりました。

といっても、これまで担当させていただいたお客さまは引き続き担当させていただきますので、お気軽にご連絡ください。

追々伸

息子の庵利がいよいよ、自力での二足歩行を始めました。



<https://www.audible.co.jp/>

スタッフに聞いてみました。

2015年5月～2017年5月の2年間、編集後記にスタッフへのアンケートを掲載していました。読み返してみると、意外な回答や人となりや現わす回答が面白かったので3年ぶりに復活、隔月でお届けします！ 今月のお題は…

Q. 梅雨明けが待ち遠しい今、夏といえばこの曲！この歌！を教えてください

渡邊：TUBE「あー夏休み」

岡：Whiteberry「夏祭り」

白鳥：サーカス「Mr. サマータイム」

鈴木：ケツメイシ「夏の思い出」

守家：サザンオールスターズ「真夏の果実」

檜原：ドン・ヘンリー「ボーイズ・オブ・サマー」

阿部(留)：真心ブラザーズ「サマーノード」

鎌田：DAOKO×米津玄師「打上花火」

乾：久石 譲「Summer」

阿部(桃)：スピッツ「渚」

山中：スピッツ「スターゲイザー」

三角：DREAMS COME TRUE「あの夏の花火」

小石：ゆず「夏色」

同感！という曲はありましたか？今年の夏うたプレイリストにいかがでしょうか♪

Thank you for reading.

編集後記

事務スタッフ

三角 由香



また大雨による災害が起きてしまいました。コロナ禍での避難生活や家屋の片づけなど、ボランティアに頼ることさえままならない現地の状況を思うと、胸が痛みます。どうかこれ以上の被害が出ませんように、と祈るばかりです。

アンケートをした夏の歌、自分は何の曲を回答しようか、たくさんあって悩みました。毎年つい口ずさんでいる曲って「海は広いな～おおきいな～」だったりもします。



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