

フジハート

2021.12

Vol. 91

私とフジアートの人生いろいろ



クリスマスや年末年始の予定は決まりましたでしょうか。年末になると毎年、1年が過ぎるのはなんて早いのだと考えさせられます。年が明けるとまた1つ年をとり、何事も無かったかのように月日が過ぎていきますが、来年こそは新年に掲げた目標をすべて達成し、病気や怪我のない一年にしていきたいと願っています。皆様、お元気で過ごしてはいかがでしょうか。フジアート代表の渡邊富士雄です。

さて冬の脳卒中の原因には、寒さにより血管が縮み血液の流れが緩慢になる事、室内と外気との気温差に自律神経が上手く反応出来ず血管に負担がかかる事、体が冬眠モードで過剰な栄養が入り血液の粘性が増す事(痰湿が溜まる)などがあげられ、脱水等による夏の脳梗塞とは発病機序が異なります。

病院のお薬には、血圧を無理やり下げたり、コレステロールを無理やり落としたりするだけで、それが起こっている中身を改善する力はありません。血圧が高く、コレステロールも高く脳卒中や心筋梗塞を心配しておられる方には、血液の流れを良くする AHSS(笹エキス)十数分なコレステロール、糖分など痰湿の除去をしてくれるタンポポ茶(ショーキ T1) の併用がいいそうです。また、すでに脳梗塞を起こし、後遺症で悩んでおられる方には、血栓などの詰まりを溶かし血液の流れを改善する紅羅布麻と、だるい、重い、スッキリしない痰の症状を改善する穿山薯蓣の併用がとても効果があるとのこと。

<40代女性の症例＝脳梗塞の後遺症に悩んでいた> 40代で脳梗塞を発症し一命を取り留めたが、手足の痺れ、就寝時に喉にこみ上げてくるネバネバの痰で息苦しい、頭が重くてスッキリしない症状に悩まされていた。紅羅布麻と穿山薯蓣を朝晩各6粒ずつ服用し始め2週間で、痰と頭のモヤモヤ感が減って、気力と元気が出てきた。1日3回服用するとさらに喋りやすくなり、気持ちが明るくなった。脳梗塞を起こすのは瘀血と痰湿で、どちらもしつこく取れにくいものではありませんが、そんな時こそ漢方の力で回復力を少しでも早めるようにしてみてもいいのではないでしょうか。漢方の他にも、以下の養生を心がけてください。

- ①帽子をかぶって眠る事で頭と耳を冷やさない
- ②ストール、レッグウォーマー、リストウォーマーなどで首とつく箇所を温める
- ③起床時と就寝時に両耳をよく温めたり、マッサージする
- ④起床時は、手足の指を十分にマッサージしてから、ゆっくり起きる
- ⑤トイレ、脱衣場などを温め、部屋との気温差を小さくする
- ⑥温かい鍋料理、酢玉ねぎ、酢納豆などは毎日食べる。

今年一年を振り返ってみると、退職者がいたりして大変な時期もありましたが、代わって入社した新入社員が頑張ってくれて、仕事も順調に進むようになりました。手前味噌ではありますが、アットホームで素晴らしい人材が集まっている会社だと実感しています。

皆様におかれましては、今年も一年ご愛顧を賜り、誠に有難うございました。来年も社員一同頑張ってお参りますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

代表取締役 渡邊 富士雄



Que Será, Será

... 余裕を持って過ごしたいと想う今日この頃



リフォームアドバイザー

齊家 春美

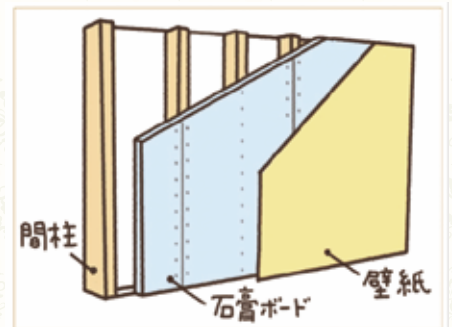
今年もコロナウィルスに悩まされる1年でした。海外のロックダウンにより給湯器・コンロ・食洗機・ウォシュレットなどの部品ストップによる影響があり商品が入荷して来ず、工事が思うように進まない日々がありました。来年はコロナの影響を受けない年になるように願っています。

コロナウィルス対策として、飲食店や商業施設などの手洗いではタッチレス水栓が多く見られるようになりました。ご家庭でもタオルの使い分けなどをして感染予防に気を付けていらっしゃる方も多かったと思います。そこで、タオルかけを増やしたいけれど、壁に下地が無い（石膏ボードではビスが効かない）とお困りの方におすすめなのが KAWAJUN というメーカーのタオルかけです。

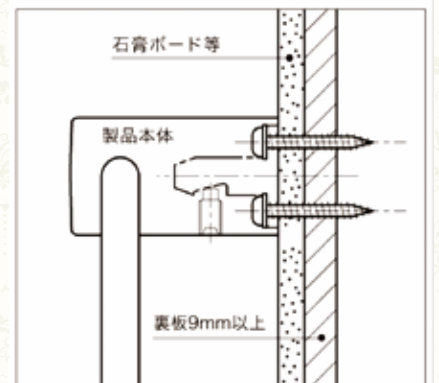
縦にビス2本で止めるタイプなので間柱や軽天（マンションでは軽量鉄骨の骨組み部分）の位置であれば留める事ができます。

また、このタオルかけは垂直に立ち上げる事ができるので壁から離す事ができるため、写真のような小さな洗濯ハンガーを掛ける事もできます（耐荷重 5kgf）。他にも除菌ボトルなどのスプレーをかけたりと、用途は色々ですね。

ご興味のある方は「KAWAJUN ランドリーバー機能付可動タオルリング」と検索してみてください。



下地取付例



皆さま、良いお年をお過ごしください。来年は笑顔があふれる1年になりますように…。

イマドキ・トピックス

今話題のコトや物をご紹介します！



みんなが楽しめるファッションが続々

女性がメンズサイズの服をぎゅぐゅと着こなすスタイルが定着している今、大手ブランドファッションメーカーが、男女兼用の服を続々と展開しています。そのアイテムは、パーカーやトレーナー、パンツ、ジャケットなどのアウターまで様々みられます。サイズが幅広くなったことで、ぎゅぐゅと大きめで楽しむか、ジャストサイズで楽しむか、それぞれに好みやその時の気分で合わせて選べるのも魅力です。色は、誰でも楽しめるベージュなどのベーシックなものだけでなく、グレーがかったピンクのような薄い色づかいのものなどは、男性でも取り入れやすくなっています。

また最近では、アクセサリにも変化が。男性でもつけられるパールアクセサリも登場しています。真珠の老舗ミキモトがコムデギャルソンとコラボしたネックレスは、販売広告のビジュアルに女性ではなく、男性モデルを起用し、ジェンダーにとらわれない商品だとアピールをしました。人気の男性芸能人やモデルがつけている姿もテレビやファッション誌でたびたび見られて、注目を集めています。ジェンダーレスになり、どんどん進化を続けるファッションを自分流に取り入れて、いろいろと楽しんでみると良いですね！



つぶやき 二人三脚



建物診断員

白鳥 勉

白鳥 & マスコット フーちゃんのつぶやき

みなさんお元気ですか～。新型コロナの感染拡大が落ち着いていますね！久しぶりの外出や会食時も、引き続き感染予防対策はしつつ、楽しんでくださいませ！

さて今回は、DIYなどで塗装をご自身でされる場合の諸注意事項のお話をさせていただきます。

DIYのお好きな方や得意な方、またご自宅のメンテナンスをまめにされる方などは下屋根周りの塗り替えくらいなら、とご自身で塗装される場合があります。その際、先ずは既存の塗装が水性なのか油性なのか、何で塗られているかを見極める必要があります。それによってケレン、洗浄のやり方やシーラー（接着剤）、その後の中塗りや上塗りの材料などが決まってくるので、既存の見極めは重要です。

例えば下の写真の様な状況では、今までに色々な塗料（水性&油性）を使用していると判断できます。



こうなると、次に塗り替える場合の下処理はプロでないと困難だと思われます。また、水性塗料と油性塗料はそれぞれ異なった特徴を持ちますので、塗装を行う場所によって適する塗料は違います。もちろん、下地によっても適した塗料を選択することが大切です。

弊社では塗装部分や下地の状態を確認して、最適な塗料と仕上げをご提案しています！

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・・・



大工

檜原 光雄

「内法（うちのり）」

内法（うちのり）について書いてみます。

内法といえば和室の造作につきものなのですが、代表的な造作として障子や襖を取付けるための上下の部材、よく見る溝がある部材ですね。

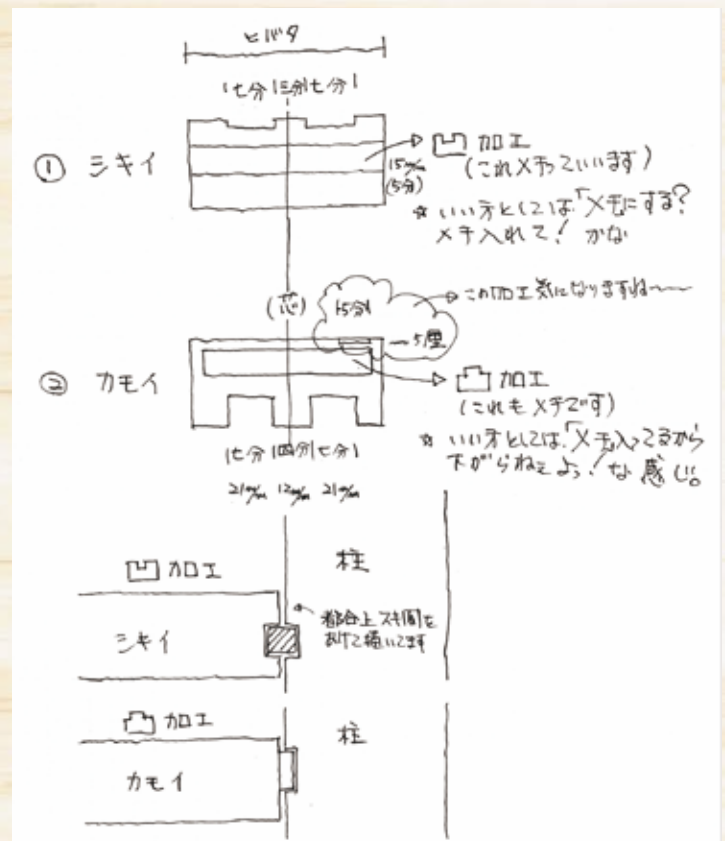
障子の場合は四分七、襖の場合は三分七で溝が付けてあります。

で、その四分七（しぶしち）とか三分七（さんぶしち）とはなんぞや？ということになりますが、それは溝の幅の付け方のことなんです。普通は芯分けで均等に付けますが窓（サッシ）がある場合には必ずしも芯分けにはなりません！と、いうことでそれを総称してヒバタと言います「そこのヒバタ（日端）どのくらいにする？」とか「ヒバタいくつ寄せる？」とかいいますかね～。

ここまで、内法の上下の部材の名称が出てきていませんが、上にあるもの鴨居、下にあるものを敷居といいます。

さて、取付について色々加工が必要になってきますが、溝を突いたら柱と柱の内側に取り付けるわけですから（なので内法といいます）柱の癖を取る必要があります。この癖を取る作業を「光る」といいます（そのままひかると読みます）。僕の親方はシカルといっていましたね。

では、分かりにくい絵をつけておきます →



手間を省いて、クリーン大作戦!

快適なお家時間を叶えるために、いつでもキレイをキープ。できるだけ楽に、効率よい掃除のコツを伝授します!

無理なく続けて、キレイをキープするコツ

- 掃除スケジュールを立てて、1日1箇所と決める。掃除にかかる時間は数分に。
- 掃除をしなくてはとの意識は捨てて、日常生活の一連の動作に組み込む。
- 汚れがこびりつく前に日々、コツコツと。結果、楽チン・時短が実現。
- 掃除道具は、さっと取り出しやすい場所に配置を。
- 完璧は求めない。蓄積した頑固な汚れなどは、プロに依頼を。



裏技・時短アイデアで、ピカピカに

水回り

- キッチンコンロの周辺は、汚れを蓄積させないよう、料理中に湿った布でさっとひと拭きを習慣化しましょう。
- シンク周りは、使用済みのラップを水で濡らして汚れや水垢を拭き取ります。道具も洗剤も不要の賢い工夫。
- トイレを使用するたびに、消毒用エタノールにアロマオイルを数滴加えたものを床や壁にスプレー[®]。消臭・除菌に優れて一石二鳥。
- 毎晩、就寝前に大きじ1の重曹を便器に投入。これで便器内の黒ずみリングを撃退!
- バスルームでは、入浴後にクエン酸を吹きかけたキッチンペーパーを鏡に貼り付けて放置。拭き取る手間もなく楽チンです。



部屋の埃・フローリング掃除

- ストッキングをハンガーに装着して、自在に角度を変えて棚や電気の傘などを拭き取ります。ストッキングの細かい目が、すっきりと埃をからめとってくれます。
- 床面の掃除に便利なフローリングワイパー。シートの中には、凹凸がなく、ゴミや埃の吸着力が弱いものも。緩衝材(プチプチ)をシートとワイパーの間に入れると吸着力アップ!



窓拭き

- 窓掃除は新聞紙を活用。新聞紙のインク油成分が、油分を分解してツヤも出してくれます。新聞紙をクシャクシャに丸めてぬるま湯で湿らせて窓の上から下に向かってしっかりとこすりましょう。窓の外側から先に始めると、内側を掃除する際に拭き残しが見やすくスムーズです。

※材質によっては使えない場合がありますので、確認したうえでご利用ください。

Thank you for reading.

編集後記

事務スタッフ
三角由香



先日、美容院でカットをしてもらっていると、資材業者さんが来て、美容師さんに納品物と一緒に鏡餅を手渡していました。毎年恒例でお正月用の鏡餅をプレゼントしてくださるそうです。おしゃれなインテリアの美容院に鏡餅、というミスマッチ感がおもしろい感じでした。我が家では、年末に親戚一同で餅つきをして、伸し餅と鏡餅を作ります。鏡餅とは、新年に各家を訪れる年神様が依りつく場所だといわれています。手作りの鏡餅は市販のもののようにこんもりと丸くはならず、お餅自身の重みで平たくなってしまうので、まるで年神様の座布団の様です。鏡開きまでの間に、たいてい上下が重なる部分からカビが生えてきてしまうので、昨年は重なる部分にわさびを塗ってみました。若干のカビは生えてしまいましたが、いつもより少なくて済み、鏡開きではカビ部分を取り除いて、無事にかき餅にできました。鏡餅を飾るのは29日と31日を避けて、末広がり「8」がつく、12月28日がベストとのことですよ!

今号は来年のカレンダーを同封しました。みなさまの2022年が穏やかで素晴らしい年になりますよう願っております。



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H.P