

ありがとう通信

Vol.105

株式会社 エデザイン

〒671-1102 兵庫県姫路市広畑区蒲田3丁目120

TEL 079-239-9001 FAX 079-239-9050

<http://www.takumi-design.co.jp/>

このニュースレターは、過去にお仕事させて頂いたり、
もしくはお問い合わせ頂いた方など、【大切な方】にのみ
お贈りさせて頂いております。



会長のコラム たくみの道…

第一〇五話

『歳相応の生き方』とはどんな 生き方なのでしょう

自分の身の廻りで日々起きるいろんな事象に対して「まあ、そんなもんやで」とか「これくらいやな」「これ以上無理せんところ」と、変に分かり切った様な答えを出して自分に言い聞かせて納得させる年寄り同士の会話の様な生き方も少しはありますが、やはりどんな状況になっても冷静に判断が出来て対応出来る心の余裕がいつも有ることが歳相応の生き方でしょうか。その為には物心が付いてから今日までのそれこそいろいろな経験と知識からの人生観や築き上げた人間性が問われます。

まだまだ本を読み、人間学を学ぶ月刊誌を読んで刺激をもらいもっと人間を磨いて、それこそ歳相応の知識を見識に昇華させ自分の「モノ」にしたいといつも思っています。が、若い頃の様な集中力はかなり落ちていますので、勉強と軽運動と嗜好は歳相応としたいですね。

近頃は今まで生きてきて歳相応の社会貢献は出来ただろうか？と考えてしまいます。人はこの世に生を授かり、何かしらの役目があって皆それぞれに世の中の役にたっています。

大きくは松下幸之助氏や稲盛和夫氏のように創業者でその事業を大きく成長させて社会に貢献するだけでなく、政経塾や盛和塾を設立して人間教育でもすごい見識や担識そして利他の心で多大な功績を残されました。

幸之助氏は84歳にして当時の日本の政治・経済・社会状況を憂いて『このままでは日本がダメになる。将来を任せるべき人材を育てないといけない。』と松下政経塾を設立し、多くの傘業生を輩出して広く社会貢献をしました。政治家になった一部の傘業生は幸之助氏の期待通りにはいかなかったようですが…。

稲盛氏は盛和塾を立ち上げ、人間として正しい「生き方」「仕事哲学」「人間学」を若手経営者に教えて、これもまた大きく社会貢献をしました。そして現在では世界的にも知られた「京都賞」を創設されました。

もちろん我々一般人も社会貢献をしています。小・零細企業では、その仕事を継続する事で。ある人は物を造り。ある人は生活するのに必要な商品を人々に売って。お勤めの方はそれぞれの業務に従事して。農・林・漁業、その他の業の方々も皆同じく貢献しています。

こんな形でしか社会貢献ができませんが、しっかり貢献していると自負しています。それともう一つ大切なのが、奥様への貢献が残っています。

会長プロフィール

おかだ たもつ
岡田 保

資格

建築家・インテリアプランナー・福祉住環境コーディネーター

経歴

55年間に渡り住宅及び店舗・ビルの設計施工に携わる。
ちなみに今年80歳

趣味

読書・健康と体力維持のためにジム通い

家族

妻と二人暮らし
息子1人と娘2人はエデザインに在籍中

『20,000人の笑顔
集めます
プロジェクト!』

2021年12月現在
11,833/20,000
の笑顔頂きました!!



中年お父さんの

社長プロフィール

おかだ てつや
岡田 哲也

【資格】

2級建築士

宅地建物取引士

2級施工管理技士

既存住宅状況調査技術者

一般耐震技術認定者

【経歴】

大学卒業後、大阪の店舗の設計施工を行う会社で約10年修行後、姫路に戻りエデザインに入社。

【趣味】子育て(笑)

【家族】私(50歳)

妻(?)

息子(19歳)

娘(高2)

「とにかく、病院から出て下さい！」の巻

喘息治療の病院での話

お医者さん:「最近どうですかー？」

岡田:「以前より咳が出るし、体もダルくて夜になると微熱が出る時がありますー。」

お医者さん:「えっ？熱が？何度ぐらい？」

岡田:「熱と言っても37℃前後なんですけどー」

お医者さん:「…とにかく病院から出てもらえますか！ウチは発熱外来もやっているんで、明日それで来て下さい、いいですね！」

岡田:「しまった！！熱って言うてもた！！(-_-)」

いや、でもしょうがないか、ま

たコロナが流行ってるしー
そうなるよねー(´_`)

さっさと診察券も返却されて、スゴスゴと帰りました笑

次の日、指示された駐車場で待っていると完全防備の看護師さんがやってきて
看護師さん:「これ書いてー！」

雑に問診票を渡され更に待つこと数分。問診票を取りに来た看護師さんに促されて、立派な病院の隣りにあるボロい建物に連れて行かれました…笑

採血のあと、テレビで見たのと同じように綿棒を鼻に突っ込まれ(´_`) PCR検査とインフルエンザの検査を受け



て約10分…

看護師さん:「はい、もういいですよー 病院の中に入って下さいー」

ようやく疑いも晴れて、病院内で無事に診察を受けることが出来ました(*^^*)

岡田:「熱の原因何ですかね？」

お医者さん:「分からん！」

岡田:「おいつ！！」笑笑

岡田 Jr.50歳



プロフィール

ころの しんいちろう
河野 紳一郎

資格

一般耐震技術認定者

経歴

(株) エデザイン
入社8年目

趣味

自宅の改修

家族

私 (50歳)

妻 (50歳)

長女 (社会人3年目)

長男 (高3)

次男 (中2)

今年の主役！の巻

今年も始まりました。NHK大河ドラマ！毎年第一話は必ず見ますが「大河ドラマあるある」でどうしても途中離脱しちゃうんですよね(・_・;) 去年も3月くらいでは見てたのですが、やっぱり離脱してしまい最後くらいは見ようとラスト2話分は見たのですが主演の吉沢亮くんの80歳台のメイクが気になってまったくストーリーが入ってこず…(´_`) しかし今年は個人的に好きな平安末期が舞台、『平清盛』も全話制覇したし、賛否あるものの三谷幸喜脚本でおのずと期待は高まります！

この時代は魅力的な武将がたくさんいますが、私は木曾義仲が特に好きです。戦好きで乱暴な田舎者のイメージが付きまとう人物ですが、実はあまり好戦的でなく自己犠牲の精神を持ち合わせた人物だったそうです…と長野県木曾町に行ったときに地元の人が言っていました笑。

昨年末に訪れる機会があり18年前に結婚して木曾町に住んでいる私の妹のところに、二泊させてもらっていたのですが、既に地元の人たち以上に地元民になっている妹。。そのご主人は木曾をこよなく愛する人で16年前にオリンピックにも出た地元の英雄です。

3年前に独立して電力会社関係の木の伐採業をしており、私の次男を伴い滞在していたので伐採の仕事も体験し、その夜は地元の幸を肴に夢を語ってもらいました。『森林率93%の木曾町の人口は減り続ける一方で現在、約10,000人そのうちの林業従事者は250人程度、自分が従事している林業をきっかけに新たな産業、雇用を生み出していき、日々アイデアを練り、行動しています』といった事を熱く語ってもらいました。

その第一弾として築90年以上の古民家を改修して伐採した地元の木を使い、木工作家さんが作った家具や小物を展示販売を計画し、妹はオリジナルの樹木系のアロマオイルなどを販売するため商品化に向け余念がありません。あらゆる協力者を得て夢と野望？に爆進する二人を見ていると正に現代の木曾義仲と巴御前にほかなりません。

穏やかな空気に包まれた木曾で熱いものをもらった二日間だったのでした。

兄貴も頑張らんとー！



住まいのかわら版

Vol.38
2022年1月号

<発行>
懶工デザイン
姫路市広畑区蒲田3-120
TEL.079-239-9001
FAX.079-239-9050

お風呂&保湿で健やかに過ごしましょう！

体を温め、うるおして、寒さや急激な気候の変化を健やかに乗り切りましょう♪

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよつと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「バスタイムと保湿」です。

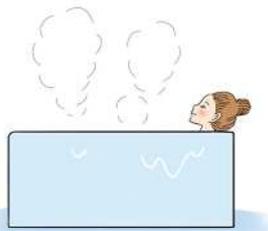
ぬるめの湯船で血流促進&リラククス

寒さが一段と厳しくなる時期から、気温の変化が大きくなったり、朝晩の寒暖差があつたりと、季節が大きく変わる時期は、特に体調管理が大切になりますね。そんななか、お風呂に浸かることは、体調を整えるうえで効果的です。お風呂に毎日浸かって温まると、血流が良くなり、新陳代謝が活発になったり、筋肉の痛みの緩和が期待できるそうです。何より、リラククス効果が得られることが大きいですね。

お風呂の温度ですが、寒いと、つい、湯温を高めにしていませんか？たとえば、42度以上になると、交感神経が高くなり、緊張状態になり、血圧の上昇につながるそうです。そこで、おすすめなのが、38〜40度。体に負担が



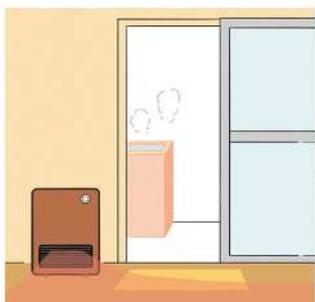
かからず、筋肉もゆるんでリラククスできます。ぬるく感じるかもしれません。が、ゆっくり浸かると、体がぽかぽか温まりますよ。



10〜15分ほど浸かるのがおすすめです！

また、だんだんと、花粉症も気になる時期。お風呂で鼻からゆっくり湯気を吸って口から吐く深呼吸を数回することで、鼻づまりの緩和が期待でき、鼻のどを保湿してくれる効果もあります。

朝風呂が好き、という人もいますね。体がシャキッとして良いところも



湯上りに脱衣所が寒いのも危険なので、脱衣所を暖めましょう

ありますが、朝が寒いこの時期は、ヒートショックの危険もあります。どうしても入りたいときは、事前にシャワーのお湯や、浴室暖房などで、浴室を温めてから入りましょう。

入浴剤や保湿アイテムで気分快適&うるうる肌に

入浴剤もお風呂を楽しむ大切なアイテムです。お肌が乾燥しがちな時期

頭の体操

間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみよう！



答えは裏面をみてね！

でもあるので、ミルク状の保湿入浴剤を使うのもおすすめ。最近、ドラッグストアなどでよく見かける重炭酸入浴剤も気になります。一般的な炭酸入浴剤と同様、温浴効果を高めたり、疲労回復が期待できるのももちろん、洗浄効果が高めることが特徴。古い角質を取り除き、お肌がしっとりします。

入浴剤の効果が長く持続することも魅力です。また、気分に合わせて香りを選んでみるのも楽しいです。柑橘系はリフレッシュ効果があります。入浴剤はもちろん、みかんやゆずの皮を不織布の排水口ネットなどに入れて、フレッシュな香りを満喫しても良いですね。ゼラニウムやティーツリーなどは、心やすらぐ香りで癒されます。

湯上り後は、保湿も大切。まず、タオルで体を拭くときは、ゴシゴシ拭

かずに、ポンポンと水気を優しくタオルで吸い取るように拭くことで、肌への負担が軽減されます。保湿アイテムは、このところ、体が濡れたまま使えるボディオイルが、保湿効果抜群と注目を集めています。マッサージを兼ねて塗ることで、体がさらにほぐれるそうです。一般的には、湯上り後すぐにクリームやオイルなどを塗ることで、乾燥防止に。毎日続けることが大切だと言われています。



保湿アイテムは、ベタベタするものが苦手、という人は、ローションやジェルがおすすめです

裏面にも役立つ情報が満載！

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

01 缶入りワイン、ペットボトル入りコーヒーなどが人気。

ワインと言えば瓶、コーヒーと言えば缶というイメージですが、最近、缶入りのワインや、ペットボトル入りのコーヒーが登場し、人気を集めています。缶入りワインの魅力は、1缶200～350ml程度の飲みきりサイズでいつでもフレッシュな味わいが楽しめること。瓶だと余らせてしまい、そのうち、味が落ちてしまう…という面倒がなく、ちょっと楽しみたい人にも嬉しいです。また、割れる心配がなく、軽いという利点もあります。本格ワインの缶タイプや、飲み比べセットもあります。ペットボトルコーヒーは、家庭用サイズは見られましたが、350mlや500mlサイズは、開封後も持ち歩ける便利さが魅力。ブラックコーヒーや微糖以外にも、ラテ系など、味わいも多彩。さらに、大手コーヒーチェーンのタイプもあり、より本格的な味わいが楽しめます。

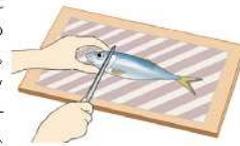


02 日本のモノが海外で人気

海外の日本人気によって、来日する外国人も多くいましたが、コロナ禍でまだ来れない、という状況の中、インターネットショッピングで日本のモノが人気だそうです。たとえば駄菓子。気軽にちよつとずつ、いろいろなお菓子が楽しめる魅力があり、お土産にも人気だったので、大量に購入し、分け合うなどして楽しむ人が多いのだそう。また、抹茶系のお菓子も相変わらずの人気です。ほかに、筆ペンなどの日本ならではの文房具も人気。文字を消せるボールペンや、芯が折れにくいシャープペンシルなどの高機能な文房具も日本ならではのモノで人気です。音楽も注目されています。といっても、70年代～80年代のシティポップ。月額料金を払ってたくさんの音楽を聴くことができるサブスクリプション(通称サブスク)で火が付き、レコードで買い求める人も多いそう。懐かしさの中にも、おしゃれなサウンドが魅力のようです。身近にある日本ならではの魅力を再発見してみれば？

03 シート状の〇〇で家事が便利に

家事は毎日の事だからこそ、少しでもラクしたいですね。そこで、100円ショップやホームセンターで見られる、シート状のアイテムに注目！たとえば「スポンジ」。切り取り線でカットできるロール状のタイプや、適度なサイズでカットしてあるタイプがあります。シート状なので、手にフィットして力が入りやすく、キッチンのコンロまわりや壁の油污れなどがラクに落とせるほか、水栓まわりなど、細かいところにも柔軟に届くのが魅力。汚れたら使い捨てできる手軽さも人気の理由です。また、シート状のまた板も人気！ロール状のタイプは、専用の本体にカッター付きで、普段使いのまな板の大きさに合わせてカット可能。その上で魚や肉を切り、そのまま捨てられるので、衛生的で、まな板を丁寧に洗う手間がかからないのが魅力です。家事ラクの心強い味方ですね！



経理 川添美保

「川添家のゆるゆる日記」

” 2022年 初泣き ”

日テレ放送「はじめてのおつかい」はご存じですか？3歳4歳の小さな子が、子供だけでおつかいに行きます。車の整備工場を営むお父さんお母さんをお手伝いで助ける、柚木(ゆずき)ちゃんのお話。自閉スペクトラム症のお姉ちゃんのお世話もお手伝いしています。

おつかいは家族全員分のうどんをうどん屋さんに行きます。 そのうどん屋さんでは、子供にはガチャガチャでお菓子がもらえるシステムです。一回目のガチャで柚木ちゃんが大好きなメロンパン味のお菓子。二回目ガチャはラムネ菓子が出てきました。 おまけのお菓子といっぱいうどんを詰めた重いキャリーバックを引きながらお家に向かいます。 自作の歌を歌ったり、持ち手を替えたりしながら歩き続ける柚木ちゃんはものすご〜く頑張り屋さんです。 やつとこのことで帰り着き、おつかいをやり遂げた柚木ちゃんがお姉ちゃんに走り寄り、ガチャガチャで出したお菓子を手渡しました。 お姉ちゃんの手の中にはメロンパン味のお菓子がありました。 涙が止まりません。誰か止めて〜。参りました。 ありがとう！



編集長 北本美佳

～ 今日もごきげんさん ～

ムスメは寝入りばなに「とんとんして」とよく言います。時に時間がかかる事もあるので、背中やお腹をトントンしながら 頭の中で子守唄の♪ねんねんころりよ をエンドレスで流しています。 この前、ふと水戸黄門の♪ああ人生に涙あり のメロディに似ている気がしました。「人生楽ありや 苦もあるさ〜」のあれです。水戸黄門のメロディでねんねんころりよを歌ってみると、面白いように歌えます(笑) 今度はねんねんころりよのメロディで水戸黄門を歌ってみます。やっぱり歌えます(笑) そっすいえば昔ラジオで”水戸黄門”と”どんぐりころころ”を入れ替えてそれぞれを歌っているのを聞いた記憶がありました。歌詞が七五調だと他の七五調の楽曲と入れ替えて歌うことができるみたいです。特に”どんぐりころころ”は『どんぐり黄門』と言われているそうです！(*^。^*)