

ありがとう通信

Vol.125

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…

第一二五話

いよいよ腹を括りました

今月号は『人間形成 3』の予定ですが、数年前から悩まされている脊柱管狭窄症が段々ときつくなりましたので、はりま姫路総合医療センターを紹介していただき手術をする事に決めました。まず体が動かない事には何もできません。また何をするにも気持ちが入りません。

問題の脊柱管狭窄症ですが、床に落としたモノを腰を下ろして拾い、立ち上がる瞬間にかなりの痛みと電気が走り腰が伸びません。ここで私流のくねくね運動をして元に戻します。痺れのきつい時は10分もジッと立っておれず、腰から下が棒のようになって椅子に座っても左の腰の感覚がありません。それも別のくねくね運動で元に戻します。

左足の痺れは24時間ずっとです。それが度々きつくなり、階段の上り降りは大変ですし、左足の踏ん張りが効かず真っ直ぐに歩けない状態です。先日、姿見で立ち姿を見てもみすと体がわずかに右に傾いていました。色んな場所に負荷がかかっているのでしょう。

もっと困るのが、脚が「つる」ことです。この病気の症状は脊椎の変形やズレで起こる脊柱管（この中を神経が通っている）の狭窄で、神経が圧迫されてそのために起こる直接の症状と、神経の圧迫で起きる筋肉の硬化で血流が悪くなり、これが多くの症状の原因だと思っています（本を読んで私見と自分を観察して）。

医者の説明は、MRIの画像を見ての説明だけでなんのヒントも無く、発症時からリハビリ（理学療法士の施術）をしておりますがもうひとつで、整骨・整体院にも通うもこれまた姿勢は少し良くなりましたが痛みや痺れは改善しません。

朝起きたときは体が硬く、腰も痛くて思うような動作がまったく取れない状態です。

私の症状にあう本を買い求めて関節ストレッチ+筋肉ストレッチを自分に合うように組み立てて小1時間ほどストレッチをしています。筋肉痛に妥協せずに運動する事で関節の可動域が広がり筋肉が伸びて体はずいぶん動くようになります。ですが前述の症状は変わらず、これでもかと襲ってきます。最近は100m歩くと少し休みまた歩く（間欠性跛行）状態です。このままでは根本的な改善がみられないので「これはもうやるしか…」と。

もう一つは致知5月号での、すど文夫氏（JFEホールディングス名誉顧問）の元気なこと（同年代）。「青年塾」代表の上甲晃氏（松下幸之助の愛弟子で同年代）。100歳になる今も大学で講義、お茶を通じて世界平和を願い、世界を駆ける千玄室氏（茶道裏千家前家元）。余談ですが、氏は現在の議員のどうしようもないレベルの低さや平和ボケしている識者と国民に義憤です。と言っています。（私も全く同感です）

また、89歳なお現在進行形の齊藤寛氏（シャトレゼホールディングス会長）の活躍を知ると刺激を受けまして「おい保！お前 腰が痛いじゃ、痺れるとか言っていないで何とかして頑張って何かをやれ！」の声が聞こえてきます。上記の方々のようにはとてもいきませんが、自分に合ったレベルで何かをやろうと思い、腹を括った次第なのです。

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

56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82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!』

2023年9月現在
12,856/20,000
の笑顔頂きました!!



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、
エディンに入社。

【趣味】子育て(笑)

【家族】私(51歳)
妻(?歳)
息子(20歳)
娘(高3)



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) エディン
入社8年目

趣味
自宅の改修

家族
私(51歳)
妻(51歳)
長女(社会人3年目)
長男(高3)
次男(中2)

「スゲー！ まだ〇〇歳(*_*)」

今回リフォームさせてい
ただいたK様。 駅前の
完成したばかりのマン
ションをご購入されて、住
む前に寝室を落ち着ける
空間にしたいとの要望を
頂きました。すぐに内容
等も決まり、工事無事に
終わりました。が、この
お客様って何歳だと思
いますー?? 最初はどこ
をどう見ても大学生ぐら
いにしか見えないほど若
く見えました(^_^) いき
なり根掘り葉掘り聞くの
もどうかと思いましたが、
そこはお仕事なのでしっ
かりお聞きすることに。

私:「ところでお幾つなん
ですか??」

K様:「32歳ですー！」

私:「えっ! さ、32
歳ー!! しかも独
身!! しかも会社をいく
つも経営!! そりゃーす
ごいー!!」

その後、色々話を聞か
せていただくと、15歳か
ら飲み屋さんで働き、暴
走族も経験して後ろ指を
指されるような人生から
一念発起して上京し、
SNSを覚えて今は複数
の店舗や会社を経営し
ているインフルエンサー

なるものでした(^_^)

いろんな企業から「宣伝
して欲しい!」と連絡が
あるそうです。人知れず
ご苦労もあったと思いま
す。テレビでは知ってた
けどこんなに身近なとこ
ろでお知り合いになるな
んて...おっちゃんは何
肝を抜かれてしましま
した^^;



岡田 Jr.

「最近こんなんやってます!!」の巻

今日は朝から現場へ。明日も現場~。昨年から切れ目なく打ち合わせ、工事、お引渡しと怒涛の如く仕事させてもら
い各現場を渡り歩く日々。ありがたい事ですー! 基本的に何でもやる会社なので1日で完了する工事であれば数ヶ
月かかる工事もあったり、、、でも商売でやって会社と自分の生活を守るため、仕事をしているので古くなった建物
を取り壊して新築の建物を建てる。 大規模な改修工事なんかは全体の金額も上がりありがたいのです。。 が、ここ
最近させてもらった仕事でこれは、よかったな~と思う工事を2件紹介させていただきます!

1件目は元々あったカーポートを利用して愛車の駐車はもちろん。趣味の空間として利用したいというご要望。 ど
んな感じにしたいか細かく聞き取りをさせてもらい、いざ着工! 外壁は流行りのデザインのガルバリウム鋼板、内装は
OSB合板で仕上げました。 電動シャッターや建具。照明やスイッチ、天井扇も施主さんこだわりの物を取付け、カッ
コよく仕上がりました! 断熱材もガッツリ入れてるので夏でもヒンヤリ、人と車に優しい快適空間の完成ー!

2件目は当初、古くなったキッチンで最新のキッチンに入れたいとのご要望で打合せしていましたが、施主さんの
お母さんの代から使っているキッチンで思い入れもあるので、何とか修繕して使えれば...という事になり、再度聞き取
りをして換気扇と収納の前板だけを交換させてもらいました。 前板は無垢タモ材を使用したのでナチュラルな雰囲気
になり、ポロポロだったハンドルは施主さん自らアイアン風塗料で塗装してもらい良いアクセントになっています。

本体をほぼほぼ残し、唯一無二の優しい雰囲気の素敵なキッチンに仕上がりと、あとは前板無垢材に施主さん自らが蜜
蝋ワックスを塗り大事に使っていきますとの、お言葉をいただきました!

どちらも低予算でご希望通りのことができたのでごく喜んでいただき僕の心も豊かになるお仕事でした~。
でもこれだけだと、ご飯が食べれないので...他にもいろいろやっていますのでー ^_^;





ズボラ編集長の「あとは副菜があれば。。。」

* チンゲン菜と釜揚げしらすのおひたし *

材料 2人前

チンゲン菜	2株
釜揚げしらす	20g
しめじ	100g
☆ めんつゆ (2倍濃縮)	大3
☆ ごま油	大1
☆ すりおろしにんにく	小1
かつおぶし	適量



～ 作り方 ～

- ・ チンゲン菜は3cm幅に切る。しめじは石づきを取り除き、ほぐしておく。
- ・ チンゲン菜としめじを耐熱ボウルに入れてふんわりとラップをして600wで3分加熱する。
- ・ 水気を切って☆の調味料と釜揚げしらすを入れて混ぜ合わせる。盛り付けてかつおぶしをのせる。

季節のあったかスープもいかがです？

《冬瓜の中華スープ》



■ 抜け毛やパサつきには？

夏の疲れや季節の変わり目によって髪はパサつき気味になります。そのままほうっておくとやがて抜け毛が増えてしまうので早めにケアしましょう。美しい髪を保つには、頭皮や毛髪を清潔にしてヘアトリートメントなどで労ります。

そして髪の元になるタンパク質やミネラルを取って体の中から美しい髪を作ること。ストレスをため込まないこと。睡眠不足や偏食・喫煙による血行不良などは、てきめん抜け毛の原因になります。もちろんマッサージも有効ですよ。

「頭部のマッサージ」は、ストレスを軽減して毛根に栄養が行くようにしてくれます。少し強めに刺激を与えると効果的です。だんだん体も軽くなって、頭皮の血のめぐりもよくなります。



脳トレにチャレンジ!

仲間ハズレさがし

絵の中に仲間ハズレが1つだけ
紛れています。

どれが仲間ハズレなのかを
教えてください。

(目標60秒)



「川添家のゆるゆる日記」

“ 色違いのカチューシャ ”



経理 川添 美保



学生の娘が仲間5人でUSJに行く前に「USJで5人おそろいのカチューシャを買って写真を撮りたいね」となり“セサミストリートのキャラクターカチューシャで色違いにしよう”と決まったそうです。赤色[エルモ]・青色[クッキーモンスター]・ピンク[アビー]・黄色[ビッグバード] 『私はいつも緑色が好きって言うてるからこれやわ。ええー可愛くないー。緑色で上がオレンジやわえええー。お母さん、セサミストリートで緑色って何のキャラクター?』 「緑色は[オスカー]やろか」娘が[オスカー]を調べてみる

【緑の体で目の上に茶色の眉毛がフサフサで、ブリキのゴミ箱の中に入っているモンスター。虹や詩や踊りなどみんなが好きなものが嫌い、他の人が好きでないものが好きなひねくれもの】

『えっ、ひねくれものやって! ピカチュウのカチューシャの方がかわいい』 着て行く服の色はモスグリーンやし色は合うね! 以外にいけるかも♡楽しんできて♡ 追伸: そんなオスカーも優しい一面があり、ペットのお世話は忘れません。またゴミ箱の中はリサイクルできるものでいっぱい! 地球に優しいオスカーです。



編集長 北本 美佳

～ 今日もごきげんさん ～



軽四自動車をお乗りのみなさ～ん! ナンバープレートの盗難にご注意くださ～い!!!!!!

お盆が明けて三日後、下階のママさんから朝8時40分にLINEで一報が入りました。

『軽四のナンバープレートがなくなっていました、お気づきですか?』と。驚きながらも急いで見に行くと、見事に前後のナンバープレートが無なくなっていました。『きっと犯罪に使われてしまうんやろなあ…(T_T) 悔しい…』 とはいえ毎日使う車なので、乗れる状態にするべく即行動!!

すぐに警察へ連絡→被害届の提出。市役所→臨時ナンバーの取得。ここまででお昼。臨時ナンバーを装着して午後から陸運局→新しいナンバーの申請及び取得。と、初めての手続きは分からない事ばかりでした。新しいナンバープレートには盗難防止のボルトを入手して装着。盗む時に「このボルト手間かかるな」と思わせる事が大事だそうです。次は盗られない事を願って…。