

くらしのメニュー おたより 37号

私のひとりごと

石丸博巳

バンザイ!! 7年目に入りました。1年に6回くらいと思っではじめたこの「おたより」ですが、2ヶ月は早いものです。あっという間に2ヶ月なんて経ってしまいます。10年まではとにかく頑張って続けていけるようにします。

私事ですが、ここで決心したことがあります。全然おたよりとは関係ないですが、もう人前では酒を飲まないことです。家では多少飲むこともあるとは思いますが・・・



最近宴会などでちょっと飲みすぎた時に、ある時点から記憶が無くなってしまいう事がありました。そんなにすごい悪ふざけ?をしている訳ではないらしいのですが、何をしているのか全く覚えていない。朝になってやっと気がつくという体たらくです。そして酒が身体からなくなっていないので一日中酒づかりの感じです。もともと酒は弱いのですが若い頃は記憶が無くなるなんて事は無かったと思います。

スマップの「草薙 剛」のようにいつの間にか・・・と言う事にならないように、酒を飲まないことにします。

でも飲む機会にはちゃんと出席してウーロン茶で頑張りますから、誘ってくださいね。

今のところ半月ほど全く飲んでいないのに、酒が欲しいと思いません。我慢しているわけじゃないのでなんだか夕ご飯が美味しく感じてきました。今まで何で酒を飲んでいたのかな・・・なんて思えてきました。

とにかくあまり無理をせず身体を大切に、10年に向かって書き続けたいと思います。よろしくお祈りします。

今月の写真紹介

三国町山王 (三国神社前)
岩崎区山車蔵・区民館



今までいくつかの三国祭山車格納庫(山車蔵)の新築や改修をさせていただきました。街並みの景観作りとして坂井市が推進する事業の一つです。

今回は私の地元岩崎区の山車蔵を改修させていただきました。30年前の若かりし頃に設計させていただいて完成した建物の改修工事です。

岩崎区は30年前にこの建物が完成したときから、山車人形を青年会の手作りで製作するようになりました。3年に一度ですからもう10基の人形を製作しています。もともと囃し方や子供の太鼓も青年会が受け継いできましたから、三国祭の山車巡行は全て青年会で仕切ってきています。

その伝統のある岩崎区山車蔵ですから、区民の思いも強く、色々なすばらしい条件が出されました。その条件を何とかクリアしながら完成した建物です。手作りの人形ですからいつでも見ることができます。隣の森町区の山車蔵とちょっと離れて並んでいますので、神社前の景観として見ごたえのあるものとなりました。神社前をお通りの時は是非見てみてください。

水を飲むことで いつまでも若々しい身体・肌へ!!

私たちが生きていくために欠かす事のできない「水」実は、私たちの身体の約60%は水分でできています。水は身体そのものを構成しているだけでなく、栄養素や代謝物の運搬、体温調節など、生命活動の重要な役割を担っています。

でも健康な身体を保つためには、水分の摂り方も重要です。一気にたくさん摂取するのではなく、1回あたり

コップ1杯程度の量を1日に数回に分けて飲むのが理想的な摂取方法だと言われています。

朝起きた時・食事中・入浴後・スポーツをする時そして就寝時です。特に朝起きた時寝ている時の大量の汗の補給就寝時は睡眠中の血液濃度の上昇を防ぐそうです。



磁気活水器(プレシャスウォーター) 耐久年数60年 300,000円(取付、税共)

私たちは家を建てるのが仕事ですが、今の子供たち(私たちも同じですが)を見ると、生活全てが自分たちの意志に関係なく不健康なものになっています。建築関係の私たちができるのは、せめて住むところ、飲む水を健康なものにしてあげることくらいです。心身共に健康な子供たちにしてあげたいですね。

子育て世代の健康住宅作りを応援します

有限会社 石丸ハウスセンター TEL 82-5533
一級建築士事務所 FAX 82-5537

〒913-0044 福井県坂井市三国町山王4丁目5- ホームページ <http://ishimaru-housecenter.co.jp>

イベント案内

「完成現場の見学会」です
6月に建築途中の見学会をさせていただいた、陣が岡で開催します。

9月19日(土) 20日(日)
チラシを出しますから来て下さいね!