

くらしのメニュー おたより 89号

平成30年5月1日

私のひとりごと 石丸博巳

気がつくと、道路に三国祭の仮設の電線が張りめぐらされてきています。ゴールデンウィークになったばかりだというのに。例年よりもなんだか早いような気がします。

今年は2月の豪雪があり仕事もできず、今になってもまだその時の災害の修繕に走り回っている毎日です。何か夢のようです。そして寒くなったり急に夏のような暑さになったりするし、桜の頃には急な暴風雨で花見をする日が全くないくらい一気に花が散ってしまいました。



それでも、確実に春から初夏へと季節は移ります。去年と同じように3組のツバメが3つの巣を作り、あちこち糞まみれになるので、とうとう自分たちの車が外に出されてしまいました。その巣をじっと黒猫が狙っています。落とされないか心配です。でも、ツバメたちが来てくれて家のまわりを何羽も飛び回ることがうれしくて、文句を言いながらも「頑張れよ!」と言って嬉し顔で眺めています。

そして、もうすぐ三国祭です。先日の雄島祭は気持ちの良い“晴れ”でした。昔から雄島祭が晴れると三国祭も晴れだと言われています。しかし、雄島祭が雨でも三国祭は晴れることもあるし、最近の三国祭は雨が降ることがないので、今年も晴れてくれるものだと思います。雨ではどうしようもないのでとにかく晴れてくれることを祈るばかりです。楽しい三国祭を迎えたいものです。

庭に出て日光浴をしよう・・・でも

日の光を浴びると脳内物質のセロトニンが生み出され、ストレスがなくなって幸福感に満たされると言われます。カルシウムを骨に定着させるビタミンDも日光浴で作られます。ほかに日光浴は血圧を下げたり、睡眠の質をよくするなど、色々な健康効果が生まれることで知られています。

うららかな春の日に庭や外に出て日光浴をしたいものです。

でも、現代社会では“熱中症”になるとか、紫外線の影響が強いので「外に出ちゃダメ・・・」と言われてしまいます。

もともと、日本は“自然と共に暮らす”と言われ、自然を愛しながら自然と共に生きてきたのです。嫌な時代になったものですが、私は庭に出て庭の草むしりをするのが大好きです。花粉症が気になりますが、外で深呼吸をします。

今月の写真紹介

住宅新築
坂井町下兵庫 富田泰宏様



施主様の言葉

「子供が生まれるし、大坂よりも福井の環境でゆっくり子育てがしたい」

そんな妻の強い要望があり、大阪から帰省し、さっそく祖父・父の代からお世話になっている石丸さんに相談をしました。



築85年が経つ母屋が建築予定地と同じ敷地内に建っており、正直、母屋をリフォームして住むか、新築の一戸建てにするか工事直前まで悩みました。

そんな中、石丸さんは親身になって話を聞いてくださり、また、助言も下さりました。母屋をリフォームするにしても、新築の一戸建てにするにしても、両親との二世帯住宅がベストだと思って育ってきた私でしたが、石丸さんの助言の中で、「今の時代は、個人のプライバシーを重視する住宅が基本です」との言葉もあり、別棟を建てることを決意し工事を進めていただきました。

4月中旬に家が完成し、新居に住み始めて約1週間が経ちます。

やはり親世代と私たちの世代で生活リズムが違うため、住んでみて改めて一戸建てにして良かったと感じています。



富田泰宏様

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5-31 ホームページ <http://ishimaru-housecenter.co.jp>

最近、若いアスリート達が頑張っています。平昌オリンピックでも頑張ってくれたし、大谷翔平は大リーグで二刀流で大活躍。テニスの大坂選手などたくさん若い選手がいます。そして、とうとう福井県出身でバドミントンの「山口茜」さんが世界ランク1位という快挙です。すごいです！