

SHIAWASEJIN - 社長から皆様へ -

～皆が幸せになれたら良いのに・・・～

第141章 苦勞は買ってでもしないと

あけましておめでとうございます！2015年は、どんな年になるでしょうか？！未(羊)の年、「紙を食べる＝紙幣を食べる？」そんな年にはなりませんように！合掌。

さて、昨年の大韓航空の趙顕娥元副社長が起こした「ナッツリターン事件」、驚きましたね。自社機のファーストクラスに搭乗した趙顕娥元副社長が、ナッツの提供の仕方が悪いと激怒し、サービス責任者を降ろすために離陸寸前の飛行機を搭乗口まで引き返させた騒動です。その為に11分の遅れを生じたにも拘らず、「乗務員の教育のための正当行為」との大韓航空の言い分に、後に各マスコミから「降りるべきは、趙顕娥元副社長だ！」と攻撃され、趙顕娥元副社長の父親の趙会長が「娘の教育を間違えた。私を叱って欲しい。」と謝罪をする事態になりました。ご本人も勿論神妙な面持ちで深く謝罪、いくつもの会社の役を全て更迭されたようですが、記事によると、ほとぼりが冷めたら、元の鞆に収まることになるのがこのお国柄だそうで、それが許される社会が日本的には信じられないです。それにしても、このお嬢さんは、生まれてずっと苦勞というものをしてこれなかったのでしょうか。教育というものを何か勘違いされているというか、教育上、ナッツの提供にもこだわることは悪いことではないけれども、教育・指導にかこつけて、権力を誇示しただけだったような気がします。しかししかし...、指摘・怒りで存在感を示す、いえ、それでしか存在感を示せない？という稚拙な行為...。どこかで昔あったような気がします...。はい、20年前の私自身でした！！お恥ずかしい限りですが、この元副社長の記事を読みながら、昔の自分を振り返っていました。



ここまで大きなことは出来ないけれど、今考えると、この不祥事と同じ次元の過ちを犯していた20年前の自分が、如何におろかであったかと再認識してしまいました。当時のスタッフが今でも数人居てくれています。当時のことを聞くと、顔から火が出るくらい恥ずかしいです。それでも居てくれるんだから、優しいスタッフ達ですよ。みんなありがとね。

(株)幹建設 代表取締役 高須賀 幹由

トピックス

1p. SHIAWASEJIN 社長から皆様へ (苦勞は買ってでもしないと...の巻)

ビューティーサロン (体の中から冷えを改善)

2p. マイホーム知恵袋

サンエルホーム スタッフ紹介!

3p. 家事の知恵

健康相談室 ~膀胱炎~

4p. かんたんレシピ♪ (揚げぶりのさつまいもおろし)

宮崎的日常 (住まいる便り担当者)

ビューティーサロン ~体の中から冷えを改善~



体の中から冷えを改善する3つのポイントをご紹介します。

1. 内臓を冷やさない＝冷たいものは内臓を冷やすので、体を温めてくれる冬の野菜をとりましょう。ごぼうやにんじんなどの根菜類、黒糖、しょうがなどを積極的にとるとよいでしょう。
2. 良質なタンパク質を＝有酸素運動をするとタンパク質を原料に新たな筋肉が生まれます。しかし、材料がないと筋肉は強くなりません。大豆や豆類などの良質なタンパク質をとりましょう。
3. 体を締めつけない＝足先を締めつける靴下や靴は血行を悪くします。靴下の重ね履きもやめ、緩めの毛糸のものにしましょう。指先が自由に動く5本指靴下はおすすめです。

マイホーム 知恵袋

マイホーム知恵袋では、お家に関する様々な予防・掃除・修繕方法やその他豆知識をお届けします。皆様のお住まいが少しでも快適なものとなりますように…。

照明器具のお手入れ②

照明器具の掃除や電球交換は、必ず電源を切り、ランプやガラスが冷えてから行いましょう。

交換の際は、白熱灯、蛍光灯は決められたワット数のものを使用してください。

過熱損傷や火災の原因となります。掃除の際は、電気の通る部分には水を付けないように注意しましょう。

また、ベンジンやシンナーは使用しないでください。

サンエルホーム スタッフ紹介!

松山北店 くめ けいこ 久米 景子



生年月日 1987年6月8日
血液型 AB型
仕事内容 モデルハウスのご案内
図面のCAD入力
その他事務仕事など

明けましておめでとうございます。

2015年が皆さまにとって幸せな1年でありますように…。

年末に、何組かのOBのお客様と、そのお子様達にお会いしました。

赤ちゃんだった子が歩いたり、喋ったり、踊ったりできるようになっていたり、幼稚園だった子が小学生になっていたり…

覚えてくれている子もいて、とても嬉しかったです。

お家のお引き渡しが終わると、お会いする機会が減ってしまい寂しいですが、こうして久しぶりに会ったお子様達の成長を見られるのも、この仕事の楽しみのひとつです。近くにお寄りの際は、是非ご家族皆様で遊びに来てくださいませね。



12月には、社員旅行でグアムに行きました。透き通った海、水平線、洞窟などとてもきれいな自然に触れ、アメリカサイズの食事を摂り、夜遅くまで女子トークをし、とても楽しい旅行となりました。帰国後、お留守番をしていた息子の、ちょっと冷たい態度はきっと一生忘れません。



家事の知恵

洗剤にもなる塩の力



■茶渋落とし＝漂白剤を使わないと落ちなかった頑固な茶渋は塩で落とせます。汚れに直接つけてこすって洗い流すだけ。取れにくい場合は酢を足すと落ちやすくなります。

■プラスチック容器のにおい消し＝一度においがつくと、なかなか取れにくいプラスチック容器。容器に水を入れて塩を加え、ふたをひいてシャカシャカ振るだけで、防臭効果を発揮します。

■手のかゆみとにおい消し＝里芋やえびなどを扱った後、手がかゆくなる場合があります。しかし、塩で洗うと直ります。魚料理の後の手についてにおいも塩で洗えばスッキリ取れます。

■輸入レモンのワックス取り＝輸入レモンやグレープフルーツの表面に軽くまぶし、手でもむだけ。香りや色もよくなります。

健康相談室

～膀胱炎～

膀胱炎は細菌が膀胱に入ることによって起こります。原因となる細菌で最も多いのは大腸菌や腸球菌です。細菌は排便などで体外に出た後に、なんらかの原因で肛門から尿道に侵入し、膀胱内で炎症を引き起こします。

●頻尿・残尿感・痛み

膀胱炎の三大症状は「頻尿」「残尿感」「痛み」です。

頻尿＝炎症によって膀胱が過敏になり、まだ尿を溜められるのに大脳に排尿のサインを送ることによって起こります。トイレに行ったばかりでも、すぐ行きたくなくなるほどです。残尿感＝尿を出したばかりなのに、全部出し切れていない感じが残るものです。これも膀胱が過敏になっているために起こります。

排尿時の痛み＝排尿の開始や終了時、ジーンとした痛みを感じます。ヒリヒリしたり刺すような痛みや鈍痛がしたりすることもあります。

●トイレの我慢も原因に

女性の場合、仕事や家事などで長時間トイレを我慢することが多いと細菌を尿で流す機会が減るので炎症が起きやすくなります。20～40代の女性は性交渉が原因でかかることが多いようです。

高齢者は男女共にかかりやすくなります。加齢によって膀胱が弱まるからです。男性は前立腺が肥大すると排尿しにくくなります。そのため、長時間膀胱に尿がとどまり細菌が繁殖しやすくなります。

女性や 高齢者に多い

●ふだんの心がけで予防を

膀胱炎はふだんからの心がけで十分予防できます。

・トイレを我慢しない＝細菌が繁殖しないようにこまめに排尿しましょう。細菌がいてもすぐに排尿できます。

・水分をたっぷり取る＝トイレに行く回数を増やし、膀胱内の細菌を排出します。

・トイレの後始末を改善＝排便後「前から後ろ」にお尻を拭くようにします。



かんたんししぴ♪

揚げぶりのさつまいもおろし

冬場の魚の代表格であるぶり。同じく冬場においしい大根と合わせたぶり大根は互いのうまみを引き出し合う煮物の定番です。しかし、今回は大根を脇役に回し、揚げたぶりやさつまいもをみぞれおろししていただく一品です。ぶりの代わりに鮭を使うアレンジもあります。煮たり焼いたりすることの多いぶりを揚げるのがポイント。大根が胃腸をやさしく守ります



材料

【4人分】



- | | |
|-----------------|----------------------------------|
| ・ぶり切り身.....4切れ | ・A〔しょうゆ.....大さじ4
みりん.....大さじ2 |
| ・さつまいも.....150g | ・あさつき(10cm).....8本 |
| ・大根.....250g | ・塩、小麦粉.....各少々 |
| ・レッドオニオン.....1個 | ・揚げ油.....適量 |
| ・すだち.....1個 | |

- ①ぶりは2つに切って塩をふり、小麦粉をまぶして揚げる。
- ②さつまいもは皮付きのまま1cm角に切る。水にさらしてから水けをふき、揚げる。
- ③大根はすりおろして軽く水けをきり、②と混ぜる。
- ④レッドオニオンは薄切りにして、水にさらす。
- ⑤器に①③④を盛り、輪切りにしたすだちとあさつきを添え、ひと煮立ちしたAをかける。



【もう一品】

ねぎとほたてのからし和え(白ねぎ2本、ほたて貝柱6個、きゅうり1本、A=しょうゆ大さじ3、酒大さじ1、酢、砂糖各大さじ1、練りがらし小さじ2)

- ①白ねぎは短冊に切り、水にさらす。
- ②ほたてときゅうりは乱切りにし、水けをきった①と混ぜて皿に盛り、Aをかける。

株式会社 幹建設 サンエルホーム松山東店

松山市来住町925-6
TEL:089-970-8688
FAX:089-970-2474
m.jwamoto0123@mikikensetsu.co.jp



岩本美久仁

株式会社 幹建設 サンエルホーム松山インター店

松山市北土居5丁目2-3
TEL:089-956-3355
FAX:089-956-7445
j_miyauchi@mikikensetsu.co.jp



宮内潤

株式会社 幹建設 サンエルホーム松山北店

松山市問屋町4番20号
TEL:089-911-0808
FAX:089-911-0700
m.miyagawa@mikikensetsu.co.jp



宮川正治

株式会社 幹建設 法人事業部

明るい未来の街づくりに貢献します!

マネージャー 松山インター店内



河内秀樹

TEL:089-969-7080
FAX:089-956-7445
h.kawauchi@mikikensetsu.co.jp

〜宮崎的日常〜

胃袋のご利用は計画的に(笑)

皆さん、明けましておめでとうございます!
本年も宜しくお願いします。
昨年の12月に社員旅行があり、海外組と国内組に分かれ、私は国内旅行で2泊3日の由布院温泉旅行へ行ってきました!!
(≧▽≦)別府の地獄温泉とうみたまご、九重大橋に金鱗湖、由布院散策、イルミネーション見学等々、観光もいっぱいしてきました。地獄温泉は全部はまわれなかったので4ヶ所だけ行っただけですが、大人になっての地獄めぐり、予想外にはしゃぎすぎました。海地獄に入るとまず庭園(?)があるんですけど、そこに池があって小さなタライに河童が乗っていました。よく見るとタライの中にお金が入っていたので皆で投げ入れようって事になって、私は1円玉を投げたんですが「Σ(「ロ」!!!) シャンプーハットにはじかれた!」「(;)え、シャンプーハットってどこよ?」「(指さして)あれよ、あれ」「あれは(河童の)皿よ」「でもあれどう見てもシャンプーハット」とか言ってる、「最近の子はシャンプーハットとか知らんけん」どのツッコミが、最近の子供事情はちょっと分かりませんが、シャンプーハットとかはもう無いんですかね?ちょっとビックリしました。結局その後5回くらい投げ入れたんですけど、入りませんでした。(ToT)あ、海地獄は青い色がとてもきれいでした。温泉卵も忘れずに頂きました。ついでにソフトクリームも食べてその日の夕食が大変な事になりましたけど。(苦笑)
それ以降も懲りずに食べて、軽く食い倒れ旅行みたいになりましたが、楽しい旅行でした。



住まいる便り担当:宮崎 香織