

SHIAWASEJIN - 社長から皆様へ -

～皆が幸せになれたら良いな・・・～
第152章 ～生きている限り、ずっといい思い出～

今年も残すところ、1ヶ月ですね。今年はどうな“いいこと”がありましたか?大切な人との出会い、家族との思い出、成長、学校行事などなど。命ある限り、たくさんのいい思い出を作りましょうね!!さて先月、毎年の私のいい思い出!!松山工業高校の生徒さんたち5人、インターンシップ職場体験で我が社にて勉強をされました。今回も5人の生徒さんたちは、懸命に取り組まれましたよ。仕事とは何か?と言うテーマで話し合ったり、社会人成功の極意を述べてみたりと、学校では決して習わない内容で、社会人に成れば、誰でもぶち当たると予想される壁や迷いを、あらかじめ払拭するような意味をしっかりと込めてお伝えしたつもりです。

家族の方達とそれらのことをしっかりと話し合ってもらって、翌日その報告をしてもらったところ、どこのご家庭も私の考え方に共感してもらえたようで、非常に感激しました。みなさん、「学校では習わないことだね。社会に出ると、誰も手取り足取り教えてくれる人はいないもの。それをこんなに早く成功の秘訣を教えてもらえるのは、幸運だね。」と言われているようでした。



5日間の最後の日の解散直前に、目をつむって「どうぞ、みんなが幸せになれますように!」と私が両手を合わせ、目を開けると全員こちらに目を据えて、いい顔をしていましたよ。今年も素直でいい子ばかりでした。今回もこんなに素晴らしい経験をさせてもらえて、非常に幸せでした。生徒さんたちと先生方、それと、勉強の場を提供頂いた、T様、ありがとうございました。

(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 (生きている限り、ずっといい思い出…の巻)
- ビューティーサロン (良質な睡眠のための効果的な入浴方法)
- 2p. サンエルホーム スタッフ紹介!
紹介事例コーナー
- 3p. インターンシップ～松山工業高校の5名が
職場体験に来てくれました～
- 4p. かんたんレシピ♪ (鰯の白ワイン煮)
宮崎的日常 (住まいる便り担当者)

ビューティーサロン～良質な睡眠のための効果的な入浴方法～



人間の体温は、朝がもっとも低く、夕方から夜にかけて上昇し、1日の最後に低下していきます。この体温が低下するときに、眠気が発生するといわれます。したがって、入浴で体温が上がり、入浴後に体温が低下したところで眠りにつくようにすれば、質の高い睡眠を得られます。また、入浴には、副交感神経が活発化することで心身の緊張がほぐれ、リラックスできるという効果があります。お風呂の温度は38～40℃くらい、時間は30分前後浸かるのがもっとも休まります。タイミングとしては、就寝の約1時間前がいいでしょう。さらに、半身浴ならのぼせることもなく、心臓にも負担がかかりません。

紹介事例コーナー

こんにちは。あうちプラザの川上です。

皆さん、こんな時どう情報を集めていますか？

初めて行くお店で食事をする時、新しい病院に行く時、新しい美容室に行く時・・・

収集方法としては、インターネット、口コミ、お店のHPなどさまざまですが、口コミがダントツ1位です！！

知人の知っている、行っているところなら“安心できる”と思う方が多くいらっしゃる証拠です。

先日、ご紹介いただいたA様も、出産したばかりの方で声をかけるか迷ったそうなんですが、一言声をかけてみると「家もそろそろ欲しいんよね～、でもどこで建てたらいいかわからないのよね～」と・・・そこでサンエルホームのことをお話いただき、「一度行ってみたら？」と声をかけて下さいました。

やはり、信頼し合っている仲間だからこそ、安心してきて心強いんですよ。

皆さんの周りの方で、まだお家づくりをされていない方や考えている方がいらっしゃいましたら、「サンエルに行ってみたら？」とぜひ声をかけてみてください。

このご縁をつなげ、ひとりでも多くの方がマイホームの夢を実現していただけますように・・・と思います。

サンエルホームあうちプラザ 川上 美穂



サンエルホーム スタッフ紹介！

松山北店 係長 田中 浩二



生年月日：1962. 6. 1

血液型：AB型

趣味：最近は料理開発（スパゲティ）



こんにちは、北店の田中です。
因みに社会人33年目です。

さて、そんな人生経験豊富な私の数少ない楽しみとは家族と過ごす時間です。
月一ペースで行く温泉や年一回程度の旅行は何時までも続けて行きたいですね。

また、娘（16歳）と過ごす時間は中々取れないですが出来る限り取るようにしています。

この前は映画を一緒に見に行きました。それを周りの人達に言うと驚かれたり羨ましがられたりして低い鼻がちょっと高くなりました。

逆にいつまで一緒に映画とカ行ってくれるのか心配もしている小心者の親父でもあります。。。

インターンシップ

松山工業の5名が
職場体験にきてくれ
ました！

1日目 10/19(月) 社長のお話



緊張しながらの初日。朝の清掃、朝礼から始まりました。初日は社長のお話となり、仕事や社会人についてはもちろん、人として大切な事をたくさん教えて頂き、皆真剣に聞き入っていました。

2-3日目 10/20-21(火-水) 現場見学

2日目の午前中はおうちプラザで構造模型の組立を行いました。午後からは土台敷きが行われる現場に行き、実際にねじを締めたりして土台を組む体験をさせていただきました。

3日目は工務さんに建築中の現場を案内してもらいました。工事が始まったばかりの現場から、工程に沿って、完成間近までの現場を順に見に行きました。



4-5日目 10/22-23(木-金) ウッドデッキ製作 花植え、総括

4、5日目は、お施主様にお庭を提供して頂き、ウッドデッキ製作、花植えをしました！職人さんから丁寧な指導を受け、立派なウッドデッキが完成しました！



最終日の午前中は、前日に引き続き、お施主様のお庭の花植えを行いました。どんな色合いにすればお施主様のお庭が良く見えるか、皆で真剣に考えました。午後からはお庭を貸して頂いたお施主様にお礼のお手紙を書き、社長とこの5日間の総括をしてインターンシップが終了しました。



インターンシップを終えて・・・

今回、5日間のインターンシップで、普段の学校生活ではできない体験をたくさんさせて頂きました。4日目、5日目のウッドデッキ、花壇が特に心に残っています。慣れない作業で、少しミスもありましたが、いい物に仕上がったと思います。5日間の体験を今後の生活に生かしていきたいです。ありがとうございました。

小森 蘭実



僕がこのインターンシップで心に残ったことは、ウッドデッキ製作です。大工の人に教えて頂きながら一生懸命作業する事ができ、心のこもったものができました、釘打ちなど単純な作業でも少しの力の入れ方で材を傷つけてしまうことがあり、悪かったけれど、とても思い出に残るものになりました。今後、自分の将来のためにこのインターンシップで培ったものを活かしていきたいです。

上野 有生



インターンシップでの1番の思い出はウッドデッキ製作です。大工さんからいろいろな知識を教えてもらいながら作業がうまく進んでいけたのでよかったです。なかなか苦労しましたが、みんなでいいものがつくれたので本当に嬉しかったです。この活動を生かして夢に向かって頑張ろうと思います。5日間ありがとうございました。

石崎 真継



私が今回のインターンシップで一番楽しかったことは、ウッドデッキ作りです。釘を打つのがとてもむずかしかったけど、大工さんに優しく教えてもらったので最後の方はミスをすることなく、釘を打つことができました。そして完成したウッドデッキを見てみると、とても立派にできていたのでうれしかったです。最後に、私はこのインターンシップで幹建設に来ることができてとてもよかったです。ここで学んだことを生かして社会にでも全力で頑張ろうと思います。

高橋 勝



私は花壇作りとウッドデッキ製作が楽しかったです。釘を打っていく作業は、はじめは慣れていなくて大変だったけど、大工さんがコツを教えて下さり、最後はしっかりできるようになっていました。花壇作りでは、皆で花と鉢を買いに行き、意見を出しあって配置などを決めていきました。学校では、このような体験ができないので、このインターンシップは貴重な時間でした。

小迫 愛実



かんたんレシピ♪

鱈の白ワイン煮

タンパクな白身と柔らかい口当たりが美味しい鱈。冬場には鍋の具材として重宝します。煮物、焼き物両方によく合いますが、白ワインで煮たお料理も絶品。一緒に煮込んだお野菜に鱈の旨味がしみ込んでこちらも美味しくなります。オリーブを使って大人の味に。バケットを添えて煮汁を浸しながらいただくのも美味しいですよ。



材料

【4人分】



・鱈.....2切れ	・塩.....小さじ1/3
・白菜.....4枚	・胡椒.....少々
・玉ねぎ.....1/4コ	・エキストラオリーブオイル.....小さじ1
・しめじ.....50g	・小麦粉.....大さじ1
・黒オリーブ.....6個	・バター.....大さじ1
・白ワイン.....2カップ	

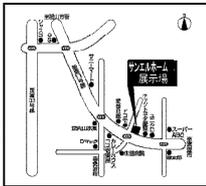
- ① 鱈は塩と胡椒をふり、30分ほどおき、軽く洗い、ペーパーなどで水気を拭いて小麦粉をまぶしておきます。
- ② フライパンに、バターとオリーブオイルを熱し、鱈を両面焼いていき、両面焼き色がついたら一度取り出します。
- ③ 玉ねぎはくし切り、白菜は、一口大のそぎ切り、しめじは石づきをとりばらします。
- ④ 同じフライパンにオリーブオイルを足し熱し、野菜を炒めます。
- ⑤ 野菜に油が回ったら、白ワイン、塩、胡椒、黒オリーブを加え、一煮立ちさせます。
- ⑧ 軽く灰汁をとって、鱈を加えて煮込みます。
- ⑨ 煮汁が少なくなると、野菜がくたくたになったら器に盛り、上からエキストラオリーブオイルをかけ出来上がりです。



【ワンポイントメモ】
あらがひめ鱈に塩をしておくことで臭みが少なくなります。黒オリーブは種無しのものがおすすめです。

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 サンエルホーム新築情報館おうちプラザ

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



宮内潤

株式会社 幹建設 サンエルホーム松山北店

松山市間屋町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～

今年もまた・・・

皆さん、こんにちは！
今月のニュースレターでも特集しましたが、松山工業高校の生徒さん5名がインターンシップにきてくれました！(≥▽≤)

5日間という長いようで短い間でしたが、社長からの大切なお話や、実際の現場を見て、職人さんからもお話を聞き、土台敷きの体験、お施主様のお庭をお借りしてのウッドデッキ製作・花植え等々、高校生のみなさんには学校では体験できない貴重な経験となったのではないかと思います。

私は朝と夕方くらいで、高校生のみなさんと接する機会は多くありませんでしたが、このニュースレターの記事を作成する時に聞いた話や写真、生徒さん達のコメントを見て、幹建設にきて良かったと思ってもらえていたようで嬉しいですよ。

これから先、建設に携わる人もそうでない人もいますが、今回のインターンシップで得た事が少しでも役立ってくれば幸いです。

住まいの便り担当:宮崎 香織

