

しあわせじん  
SHIAWASEJIN - 社長から皆様へ -  
～皆が幸せになれば良いな・・・～

第194章 ～減らない体重！～

ついこの間まで暑い暑いと言っていたのに、秋らしい時期は数日で、あっという間に冬に突入しました。乾燥と気温変動で体調を崩す人が増え、インフルエンザの流行と新型？コロナの心配が増してきましたね。予防接種や体を冷やさない等どうぞご自愛戴きたいです。

私の方は、今のところ、風邪・インフルエンザ・コロナとも2025年一度も罹患してません。特に対策を立てて実践しているわけではないので、恐らく“運よくかかってない”だけだと思っていますが、唯一気を付けているのが、夏も冬も体を冷やさないこと、特に下半身です。真夏も靴下を履いて寝ます。あ！そういえば思い出しました！その他に『ホルムシスシート』をベッドのシーツ下に敷いて寝てます。これは、数年前にサンエルホームでお家を建てて頂いた鍼灸院の先生に教えていただいてから使っていたのでした。すみません。忘れてました。このシートはラドン温泉のホルムシス効果と同じらしく、人間の基礎体温を1℃程度上昇させて免疫力や回復力を上げる効果があるそうです。シートの中に天然鉱石を縫い込んであり、人の細胞へ活性化効果のある天然鉱石の低線量（自然界に存在する放射線）を利用しています。

実際、私の基礎体温が35.8℃⇒36.4℃へ上昇してから、風邪をひきにくくなってました。がん抑制効果も期待できると聞いています。還暦を超えたこの歳になりますと健康に無関心では居られません。あとは体重を5kg減らさないと！高血圧と糖尿、痛風の足音が聞こえてきています。食べ物の欲求に弱い私は、減量の決意はいつも「明日から！」。敷くだけで痩せるシートがあればなあ。鍼灸院の先生に今度聞いてみます(笑)



(株)幹建設 代表取締役 高須賀 幹由

いつも♡ご紹介ありがとうございます！

ご紹介者様へ **20** 万円プレゼント！

HPからエントリー受付中！

紹介からのご契約で、ご紹介者様・ご契約者様それぞれに特典プレゼント中！  
※期間限定増額キャンペーンは終了いたしました

ご契約者様へ **30** 万円分の特典プレゼント！



## 目次

1p. SHIAWASEJIN 社長から皆様へ  
(減らない体重！……の巻)

2p. サンエルホームスタッフ紹介  
荒井家の日常 (住まいる便り担当)



優しい家づくり専門店

# サンエルホーム スタッフ紹介！

皆さんこんにちは！今回は営業・事務さんにお聞きしました！  
お題は「今年のお正月はどう過ごす予定ですか？」です。



営業 西村

家族でゆっくり過ごす予定です。ついつい毎年食べ過ぎてしまうので、食べ過ぎないように気を付けて過ごそうと思います。

今年は家もゴタゴタがあり外に出る機会は無いですが、昨年から少しづつ八十八ヶ所参りをしてるので、十三仏霊場（すごろく参り）に久しぶりに巡ってみようかな・・・。



営業 杉原

今年の年末年始は、クリスマスに始まり初詣など典型的な日本人らしい過ごし方を目指します！！  
新しい年に向けてしっかり養生して英気を養って新年のスタートします！！



営業 関谷

今年は息子も帰省するので、家族全員で除夜の鐘を聞いて、それから初詣🏮 という計画ですが、親心子に届かざる可能性大。  
おそらく、予定なくのんびり過ごします。



営業 水岡

お正月は毎年、家族や友人と初日の出を見る計画を立てていますが、今年は愛犬と散歩でもしながら初日の出を見たいなと思っています。  
元旦はいいお天気になると嬉しいです。



営業 岸

今年のお正月は、祖父の88歳の米寿のお祝いも兼ねて、親戚一同でお祝いの席を設ける予定です。久しぶりに親戚がそろうので、美味しいものを囲みながら、のんびり🍷らんできたらいいなと思っています。  
長寿のお祝いをみんなでできるのはとても嬉しく、にぎやかなお正月になりそうです。



事務 高木

私は大阪が地元なので、大阪に帰って友人に会いたいと思います！  
職業柄土日休みではないので友人とはなかなか休日が合わないのですが、久しぶりに会えるのでとっても楽しみです◎  
皆様もどうぞ良い年末年始をお過ごしください。



事務 栗原

今年のお正月は、家族でのんびり過ごしたいと思っています🍷  
コタツでお餅を食べながら、お正月しか見れないテレビ番組を見て、ゆっくり過ごします🍡



事務 濱本

## 荒井家の日常

皆さん、こんにちは！

私はお茶（主に紅茶・日本茶・烏龍茶）が好きで、よく買いに行きます。ネットで買ってもいいんですが、物を見ながら選ぶのも好きなのでお店に行っています。いつもは一人で行きますが、先日、子どもたちと一緒にきました。

お店に行き試飲をすすめられるとすぐに飛びつく子供たち😊その時はルイボスティーのマスカットフレーバーで、普段麦茶くらいしかお茶は飲まないし、匂いは甘いです。ジュースのように甘いわけではないので飲めるか心配・・・というか「おいしくない」とか大きな声で言わないでよ！（#°Д°）と心配していましたが、二人とも気に入ったようで「おいしい！」と喜んでいました。その様子に安心して自分も飲んでいたら、下の子が店員さんに「これ買います！」と大きな声で宣言していました。（「ん」・・・買いました（笑）

その後も色々商品を見てまわりましたが、普段は大人の買い物をしてる時はすぐに飽きてしまい「まだ〜？」と騒がしい子どもたちと一緒に茶葉の匂いをかいだりして楽しんでいました。私が選ぶのが長すぎて最終的に飽きてましたけど（^\_^）

普段はフルーツのフレーバーはあまり買わないのですがおいしくて、新たな発見でした。自分で選ぶのもいいですが、たまには選んでもらうのもいいなと思いました。（^\_^）

住まいる便利担当：荒井 香織