

☺ 地域のお客様と共に ☺

With

— お役立ち情報誌 —



2023年
9月号



はだ あさひくん 5才の作品です。ありがとうございます。

いつも頼れる住医であいたい。

株式会社 **江田建設**

鳥栖市曾根崎町1446-1

Tel **0942-82-1615**

Fax **0942-82-1617**

<http://www.eda-kensetsu.co.jp>





お出かけ情報♪



●草香園 GARDEN BEER PLAN ～9月30日(土)(完全予約制)

久留米市の創業明治15年の歴史と格式を兼ね備えた「草香園ホテル」で行われるビアガーデンイベント「草香園 GERDEN BBER PLAN 2023」は7月1日(土)から9月30日(土)までの期間限定で開催されます。ホテルの敷地内の解放感ある日本庭園で落ち着きのあるビアガーデンを堪能してみても如何でしょうか？

場所/ 草香園 久留米市榑原町 87

予約直通/0942-31-1583



●武雄のあかりめぐり ～11月5日(日)

あかりのアートで彩られる武雄で出会う芸術

夏の風物詩「武雄のあかりめぐり」。市内各地を様々なあかりで彩る。様々なあかりで彩られた観光名所が昼間とはまた違った表情を見せる。御船山楽園では、「チームラボ」の小舟と共に踊る鯉によって描かれる水面のドローイング等多数の作品を公開。武雄神社は白を基調とした社殿が明かりに照らされる。

場所/ 佐賀県 御船山楽園、武雄神社、武雄温泉楼門、佐賀県立宇宙科学館、武雄温泉

問い合わせ先/0954-23-7766

●「朗読とギターで奏でる物語」～プラネタリウムで味わう、宮沢賢治の世界～ 9月22日(金)

宮沢賢治の世界を、ゆっくりと楽しもう

満天の星空のもと、日本を代表する童話作家・宮沢賢治の名作を、フリの朗読とギターとのコラボレーションでお届け。プラネタリウム会場でしか味わえない、とっておきの宮沢賢治の世界を、ゆっくりと楽しもう。プログラムは(予定)「雨ニモマケズ」「やまなし」「よだかの星」。※プログラムは変更になる場合あり

場所/福岡市中央区六本松4丁目2-1 福岡市科学館 6F ドームシアター(プラネタリウム)

問い合わせ先/090-8401-3636



●ハウステンボス九州一 大花火まつり 10月7日(土)

西日本最大級 2万2000発の花火が打ち上がる一大イベントが今年も開催。世界最高峰を誇る日本の有名花火師30社が思いを込めた一尺玉競演会や、5分間に5000発、幅1kmにわたって打ち上がる大スターマインのクライマックスなど、圧巻の花火を見ることができる。

大きく打ち上がる花火を観賞するポイントをシーン別を選ぶのも、ハウステンボスならではの、なかでも花火特別観覧席は花火から一番近い席で、全身で大迫力の花火を感じられる。また場所取りいらずで、花火をゆっくりくつろぎながら見ることができる。

場所/長崎県佐世保市ハウステンボス町



かりかりポークの春雨サラダ



【材料】2人分

春雨・・・40g 豚バラ薄切り肉・・・約 100g 水菜・・・1/2 束 オイスターソース・・・1と1/2
片栗粉・・・小さじ2 ごま油・・・大さじ1 粗びき黒こしょう・・・小さじ1/2

【作り方】

- ① 鍋にたっぷりの湯を沸かし、春雨を2分ほど茹でる。水にとり、水気を良く切って食べやすい長さに切る。水菜は3cmに切る。
- ② 豚肉は4cmに切り片栗粉をまぶしフライパンにごま油を中火で熱し、両面がカリっとするまで4分ほど焼く。
- ③ ボールに、①の春雨、水菜②の豚肉を油ごと入れ、オイスターソースを加えてあえる。粗びき黒こしょうをふれば、出来上がり♪

ほんのり温かいサラダはご飯がすすむおかずにもなります！

夏を楽しむ空間づくり アウトドアリビングやお庭の演出ポイント

住まいの快適レポート

暮らしの中のアウトドアをもっと楽しめましょう。屋外空間を工夫して、手軽にリゾート気分を満喫してみたいかがでしょう。

注目のアウトドアリビングを取り入れて 手軽にレジャー気分を演出

近年、注目のアウトドアリビングとは、室内リビングの延長上にウッドデッキやテラスなどを設け、屋外を生活の場としても使えるようにしたスタイル空間です。

第二のリビングとして、バーベキューや子どもの遊び場、またビニールプールを配置したり、テントを張ってキャンプ場代わりになど、アイデア次第でさまざまな目的に利用でき、自宅にいながら気軽にアクティビティ体験が味わえると人気を集めています。



アウトドアリビングのメリット

- 広い空間を確保でき、大人数でのパーティーにも対応。
- 急な雷雨も安心。
- キッチンで調理をすれば、キャンプ用具などの準備も不要で楽テン。
- トイレやシャワー、水回りの心配もなし。

夏を楽しむ空間演出のコツ

木陰ができるシンボルツリーを植栽

青空のもと、アウトドアアクティビティを楽しむのは気持ちがいいですが、熱中症対策に日陰スペースの確保も忘れずに。庭のシンボルツリーとして、すらっとした形状の樹木を配置しましょう。



おすすめ樹木

アオダモ、コハウチワカエデ、ユーカリ、ソテツ、ハナミズキ、ライラック

リゾート気分を盛り上げるアイテムを配置

ナチュラルな素材のテーブルやちゃっとした小物アイテムを用意するだけで屋外スペースは様変わり。

- 風雨に強いテーブルや椅子などのガーデンセット。
- パラソルやハンモック。
- 柔らかな光を放つ照明器具。室内でも使用できるLEDランタンなどがおすすめ。



編集後記

ほっとひと息。

今年の夏の思い出はなんといっても鳥栖工業高校の甲子園出場！予選から応援に行きましたがどの試合も感動的でした。台風の進路にドキドキしながらも、甲子園球場に応援に向かうと！アルプススタンドは応援団でいっぱい♪暗いニュースが続くなか、鳥栖市民にたくさんの元気とパワーと幸せを運んでくれました。誘ってくれた友人・気持ち良く送り出してくれた家族に感謝です！ちなみに私の息子達は現役鳥栖工業生ですが、野球部員ではありません（笑）

発行者 株式会社 江田建設 編集長 江田祥子
TEL 0942-82-1615 FAX 0942-82-1617
e-mail shoko@eda-kensetsu.co.jp
発行日 令和5年7月1日

そうだったの!?

暮らしの中の仏教まめ知識



第30回 『うろうろ』

広辞苑では「うろうろ」を「方向が定まらず、または、どうしたらよいかわからず、落ち着きなく動きまわるさま。うろつくさま。まごつくさま。狂言、長光（ながみつ）『此の太刀に目をかけて一する』。『出口をさがして一する』』とあります。つまり、道に迷ったり、どうして良いのか判断できずに困って彷徨（さまよ）っている様子を、一般的に「うろうろする」と表現します。これも仏教から出た言葉であるとされています。

「うろ」とは漢字で「有漏」と書きます。これは様々な心の汚れを表す総称です。煩惱（ぼんのう）と同じような意味と思って下さい。

サンスクリット語では有漏を [sasrava (サー斯拉ヴァ)] と書き「流れ出る」ことを意味します。

すなわち、私たちが世界と接する「六根」から漏れ出るものだと考えられています。ちなみに、「六根」とは眼（視覚）・耳（聴覚）・鼻（嗅覚）・舌（味覚）・身（触覚）の五感と意（意識）の六つを指します。「六根」により迷いが生み出されるということで、「漏」は広い意味での「煩惱」という意味を含んでいます。

私たちの六根から煩惱が流れ出て、心が惑う状態を有漏と言いますが、それが重なり「うろうろ」と表現されるようになりました。

一方、流れ出る煩惱や汚れが無い状態を「無漏（むろ）」といいます。

つまり「有漏」は煩惱がある状態、「無漏」は煩惱に惑わされない状態です。

方向性が定まらずにあちこち動き回っている姿が、煩惱に翻弄される様子と重なり、煩惱を象徴するような行為ということで「うろうろ」と表現されるようになったのでしょう。

参考 『広辞苑』HP、『日蓮宗』HP、『ほとけ便り』HP ほか

○本照寺 住職 木村 映之 住所 佐賀県鳥栖市本町 1-886 電話 0942-82-4461

○浄土真宗東本願寺派 瑞雲山来迎院 本照寺



Instagram



Facebook

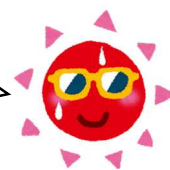


YouTube

紫外線でお疲れ目に効く 目のストレッチ&ケア

肌の紫外線対策に加え、忘れてはいけないのが「目の紫外線対策」
目も肌と同様に紫外線のダメージを受けやすく、
蓄積すると眼病のリスクが高くなります。
日頃から肌も目も紫外線対策をする習慣を身につけましょう！

長時間の紫外線を浴びた日、急な目の痛み、
涙が止まらない等の症状がでたら、
目の日焼けが原因かもしれません。
慢性的なものになると、翼状片、白内障、黄斑変性症などに
繋がる可能性があります。



目のストレッチ

上下、左右、右回り左回りと目をぐるぐると動かすと、目のまわりの筋肉が
刺激され、筋肉のコリがほぐれます。

長時間パソコンやスマートフォンを見たり、目を使う作業が続くときは、
目を動かすことで疲れを解消できます。



目のケア

- 目を閉じて安静に、目薬(紫外線用)をさす
- 目の充血、痛みがある時は濡れたタオル等で冷やす
- なかなか引かない場合は眼科へ



- 外からの紫外線防止
- 目は日焼け止めが塗れないため、サングラス
(色があまり濃くないもの)、帽子、日傘を使う。
短時間でも油断しないように心がけましょう！

シャボン玉石けん



昔から愛用しているシャボン玉石けん。中でも大好きな洗濯槽クリーナー！CM ではないですが、びっくりするほど汚れが取れます。写真を載せたいのですが、あまりにも汚い画像になりますので・・・

定期的に掃除をしていますが、一日の洗濯回数が多いため、汚れてしまいます。無添加なので体にも環境にも優しい。きっと配管も綺麗になると思いながら使用しています。少々アトピー気味なので肌に優しい物に巡りあうと試してみますが、石けんも長年愛用中！洗顔も体もこれ一つで洗っています。北九州市にある工場では見学も出来るそうで一度、見学させて頂きたいです。無添加石けんがどうできるかとても興味があります。いつか訪問出来たらレポート致しますね！

★急ぎま工事中⇒

令和5年8月末現在

- 新築**
- ・「在来工法」 久留米市合川町 (M 様邸) 久留米 IC 近く
 - ・「森呼吸の家」 鳥栖市加藤田町 (U 様邸) 加藤田町公園近く
 - ・「在来工法」 うきは市浮羽町 (H 様邸) うきは駅近く

★今後の予定⇒

- リフォーム**
- ・下水道工事
 - ・トイレ工事
 - ・改修工事
 - ・サッシ入替工事
 - ・雨漏り改修工事
 - ・解体工事
 - ・リフォーム工事他

新築 ・

R5 工事総数 91 件

観葉植物とセンス良く暮らそう

インテリアのアクセントとして、おしゃれな雰囲気を作ってくれる観葉植物。手塩にかければ生き生きと成長し、育てる醍醐味も味合わせてくれます。飾り方のテクニックを紹介しましょう。

●台を使う

床に並べるだけでは平坦すぎる・・・そんな時はスツールなどを台にして高さを出します。メリハリが付く上、視界に入りやすくなる効果も。

●吊り下げる

つる植物など、葉の垂れさがる性質の観葉植物はハンキングがおすすめ。市販のハンキングプランターが手軽です。なお、エアコンの風に晒される位置は乾燥しやすいのでご注意ください。乾燥に強い植物を選びましょう。そのほか、プチサイズの多肉植物などは、棚や窓枠にさりげなく。大型のものはお部屋のシンボルとして存在感を楽しんで。



ペペロニア



小型でこんもり小さな葉をつけるものも多く、さりげなく家具の上に飾るのにピッタリ。

フィカス



観葉植物の定番のゴムの木の仲間。丸い葉とくねった幹でおしゃれなカフェ風。リビングにいかが。

モンステラ



濃い緑の大きな葉が特徴。耐久性もあって丈夫です。アジアンテイストのインテリアとピッタリ。