

🌻 地域のお客様と共に 🌻

# With

— お役立ち情報誌 —



2019年  
7月号



いつも頼れる住医でありたい。

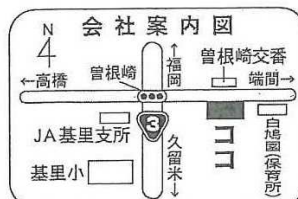
株式会社 **江田建設**

鳥栖市曾根崎町1446-1

Tel 0942-82-1615

Fax 0942-82-1617

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



江崎 あおいちゃん 5才の作品ですありがとうございます♪



# お出掛情報！



## ●自然の森 フィッシングリポート

鯉釣り・山女釣り・そうめん流し・BBQ ロッジ・ツリーハウスなど大人も子供も楽しめる場所。釣った山女をモンゴルの天然岩塩で炭火で焼いて食べたい、野鳥の声を聞きながらのそうめん流しも最高です。体を使って一日中楽しめます。

場所/ 鳥栖市立石町 1626-2

問い合わせ先/0942-84-2672



## ●夏休み親子ヨガ

7月30日(火)

夏休みの思い出にお寺でヨガしませんか！

寺ヨガを通して、優しさ・温もり・安心感・疲れた皆様の心に元気を届けさせてください。

場所/鳥栖市本町 本照寺本堂 定員/8組(保護者+小学生1名)

参加料/1組 1000円

時間/10時30分~11時30分

問い合わせ先/0942-82-4461



## ●筑後川花火大会

8月5日(月)

水天宮奉納花火大会です。約18000発の花火が同時に2箇所から打ち上げられる、西日本最大級の花火大会です。夏の夜空を艶やかに彩る打ち上げ花火、仕掛け花火など迫力満点。筑後川上空に咲き誇る大輪の花火を堪能下さい。

場所/小森野 篠山 鳥栖 長門石 京町 みやき

問い合わせ先/0942-32-3207



## ●夢 HANABI2019

8月10日(土)

毎年各地から多くの見物客が集う恒例の花火大会。工夫を凝らした8000発の花火がドラマティックに夏の夜空を彩ります。

場所/小郡市陸上競技場

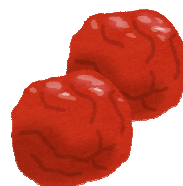
問い合わせ先/0942-72-8137







# 鯛の梅煮



【材料】(4人分) 鯛…4匹 厚揚げ…1枚 牛蒡…1本

★(梅干し…4個 生姜…1かけ 醤油…大さじ3 梅干しの塩分をみて  
調整 みりん・砂糖…各大さじ3 酒…大さじ2 水…100cc)

## 【作り方】

- ① 鯛は頭を落とし、内臓を取り除き綺麗に洗いさっと熱湯にくぐらせ(3秒ぐらい)臭みをとる。
- ② 牛蒡はよく洗い食べやすい大きさに切る。
- ③ 厚揚げは一口大に切る。
- ④ 生姜は千切りにする。
- ⑤ 鍋に鯛をならべ、梅干し、厚揚げ、牛蒡、生姜★を入れ蓋をして20分煮る。
- ⑥ 器に鯛・厚揚げ・生姜・牛蒡を盛りつけ、残った煮汁をかける。



# キッチンでのお手伝いは大切な時間！

世界各国と比較した調査では、残念ながら日本は「世界一お手伝いをしない国」という結果が出ています。親も子も忙しい時代ですが、食文化や生活文化を伝えていく貴重な機会になるのが「お手伝いタイム」です。キッチンからお子さんにひと声かけて、我が家の「お手伝いタイム」を増やしてみませんか？

■ 学校外での一日の時間の過ごし方 小学校4年（1日当たりの平均時間）

	日本	アメリカ	ロシア	ドイツ	国際平均値
家の仕事(手伝い)をする	0.8	1.1	1.3	1.2	1.3
テレビやビデオを見る	2.0	1.8	1.5	1.2	1.5
スポーツをする	1.6	2.0	1.4	2.2	1.6

< 国立教育政策研究所調べ・2007年 IEA 国際数学・理科教育動向調査より >

キッチンは親から子へのコミュニケーションの貴重な場所です。親子でキッチンを楽しむコツをご紹介します。

## お手伝い POINT① できることを一緒に考えよう！

火や包丁を扱うには早くても、食器ふきやキッチンまわりの整理など、キッチンでお子さんができることはたくさんあります。お子さんと一緒にできることを考えて、マイエプロン、マイ布巾、マイ包丁、マイバッグなどを用意してお子さんの励みになるような工夫をしてみましょう。

## お手伝い POINT② やる気にさせる言葉かけ

お手伝いをしたら、「助かったわ」「ありがとう」の言葉かけを忘れないでください。そして、お子さんの前でパパや祖父母に報告してあげましょう。お子さんたちは、自分のしたことに誇りが持て、なにか役に立ったと喜びを感じます。

## お手伝い POINT③ キッチンは「食育」の場

調理を手伝えれば、食材のものの形や手触りが、また後片づけからは排水口から流す水の環境への影響や食べ残しが生ゴミになることなど、食が環境問題につながることも実感できるでしょう。



## 編集後記

ほっと

ひと息。

なかなか梅雨入りしないですね！うちの次男君はよく電車に忘れ物をします。水筒や傘は何度もあるので、少々高い傘なら無くさないと思いついて渡しておく事数日・・・「オレ今度からビニール傘でいいけん・・・」また無くしたのカイ！（怒）ちなみに四男も「行ってきます」と出かけた3分後、水着を取りに帰ってきたり、リコーダーを取りに戻って3倍の速度で学校に出かけて行きます。

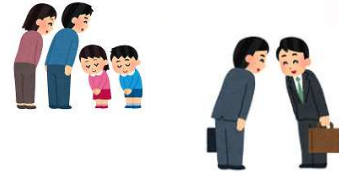
発行者 株式会社 江田建設 編集長 江田祥子  
Tel 0942-82-1615 Fax 0942-82-1617  
e-mail [shoko@eda-kensetsu.co.jp](mailto:shoko@eda-kensetsu.co.jp)

発行日 令和元年7月1日



そうだったの!?

## 暮らしの中の仏教まめ知識



### 第5回 「挨拶あいさつ」

朝起きて、家族と顔を合わせればまず「おはよう」と挨拶をします。職場に行っても「おはよう」と挨拶をします。挨拶はコミュニケーションの最たるものと言ってよいでしょう。

実は、挨拶という言葉は、もともと仏教語なのです。

挨拶の「挨」とは「推しはかる」「近づく」「触れる」といった意味で、「拶」は「せまる」「切り込む」という意味です。

昔から禅宗では、師匠が弟子に声を掛けるなどし、その返答でもって修行の度合いをはかるといことが行われてきました。

そのような問答を挨拶と呼んできたのです。

例えば、廊下ですれ違う時に、師匠から何気なく「中庭はきれいに掃除できたか？」と声をかけられたとします。

言葉それ自体は中庭の掃除について問われているのですが、「その真意がどこにあるのか。」を弟子には瞬時に察することが求められるのです。

とっさに、「中庭＝自分の心」「きれいに掃除＝心の曇りは拭き取れたか」と解釈し、師匠は自分の修行の具合を訊ねたのだと察知する、というように。

何気ない問いにどう答えるかで自分の内面が露呈してしまうのだから、これは恐ろしい話とも言えます。常に気が抜けないですし、そんなややこしい挨拶なんて嫌だと思ってしまう人もいるでしょう。

でも、初対面の人から明るく「こんにちは」と声をかけられれば、その人に対して好印象を抱きます。逆に、こちらが挨拶をしても無視されてしまったら、自ずと印象は悪くなります。

言葉を交わすことで、言葉以外の「何か」が交わされているのは疑いようのない事実です。端的な一言に気持ちを込め、そこから「何か」を汲み取るのは、今も昔も、禅も世間も、違いはない、と言えるでしょう。

参考 禅の視点 - life-、寺子屋 NET など

ほんしょうじじゅうしょく きむら ひでゆき  
○本照寺住職 木村映之

- ・昭和42年4月2日生まれ、52歳。
- ・熊本大学哲学科、龍谷大学仏教学部卒。
- ・熊本信愛女学院での非常勤講師を経て現職。
- ・学校法人鳥栖学園理事。
- ・鳥栖青年会議所OB会員。
- ・「佐賀のホスピスを進める会」入会。

ずいんざんらいごういんほんしょうじ  
○浄土真宗東本願寺派 瑞雲山来迎院 本照寺

- ・平安時代（天仁年間）真言宗寺院「瑞雲山来迎院」として創立。
- ・江戸時代（寛永9年）名を「瑞雲山来迎院本照寺」と改め、鳥栖市内で唯一の東本願寺の末寺となる。
- ※どなたでも参加できる行事
- ・ポイストレーニング教室、ヨガ教室、坐禅会、寺子屋（小学生）、木曜会（いすヨガ・法話・茶話会）、オカリナを楽しむ会

危険がいっぱい！？

## 夏の車中高温対策

猛暑日になると急激に増加する熱中症。

特に車内は熱中症だけでなく、思わぬ危険が沢山潜んでいるので万全な対策を！

### 真夏の炎天下に車を停車。車内の温度は？

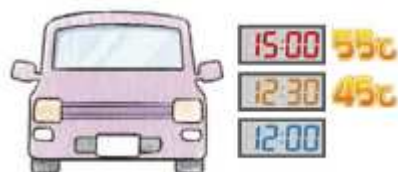
エンジンを止めて、わずか30分後には45℃に達し、3時間後には55℃に上昇。

※JAF(日本自動車連盟)の行った

車内温度変化テスト結果より。

8月の晴天、外気温35℃の状況下で

12時～測定。



### 高温車内に潜むリスクは？

#### ① 熱中症

高温多湿な環境に体が適応できず、さまざまな症状を引き起こします。

たとえば、エアコンをつけず閉めきった車内に15分ほどいるだけで

熱中症の危険度はマックスに！

#### ② やけど

ハンドルやシートベルトの金属部分などは、室内温度よりさらに高温に。

特にチャイルドシートの金属部に注意が必要。

#### ③ スプレーの故障やスプレー缶などの爆発

②同様、ダッシュボードも高温になります。

うっかりスマホを置き忘れると故障の原因に。

また制汗剤などのスプレー缶は爆発の危険もあり、

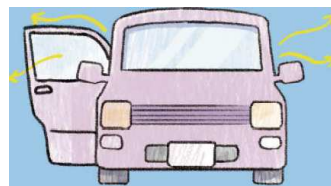
大けがを招くことも。



### ポイント

#### 車内温度を上げない・下げるコツ

- ・屋根付き、または日陰の駐車場を利用する。
- ・市販のサンシェードや窓ガラスには断熱フィルムの装着も一考。
- ・自宅にはカーポートの設置をオススメ。車内温度上昇を防ぐだけでなく、太陽光などによる車の劣化予防にも最適です。
- ・停車後、運転再開する前に助手席側の窓を全開にし、運転席側のドアを5回程度開閉し、車内の熱気を外に逃がす。



# 完成見学会のお知らせ

大切なご家族がいつまでも快く暮らせるように家をつくる「住医」として。  
皆さんの家が10年後、20年後も快適で安心して住める家であるように・・・  
ずっと長くおつきあい続けて行きたい。  
家づくり続けて50年江田建設からみなさんへ。お話をさせて下さい。

日時：7月13日（土）～7月15日（祝）

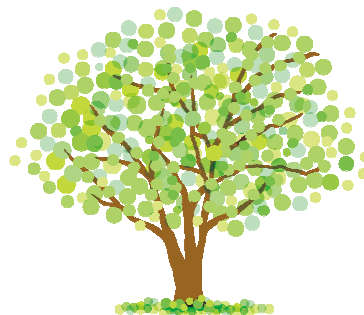
AM10：00～ PM17：00

住所：鳥栖市萱方町 （ハンバーグフレンズ近く）



お客様にゆっくり見て頂くために完全予約制になっております。  
お電話またはFAXでご希望の日時をお知らせください。  
詳しい住所は申し込みの時にお知らせします。

TEL 0942-82-1615 FAX 0942-82-1617



# 新しい住まいへのご入居おめでとうございます



三養基郡みやき町

野原様邸

平成 31 年 4 月 吉日



## ★たたいま工事中⇒

令和元年 6 月末現在

### 新 築

- ・ 在来工法 鳥栖市萱方町 (S 様邸)ハンバーグフレンズ近く
- ・ 在来工法 上峰町 (K 様邸) 老松神社近く
- ・ 在来工法 筑後市 (E 様邸) 古島小学校近く
- ・ 在来工法 みやき町 (F 様邸) 西消防署近く

## ★今後の予定⇒

### リフォーム

- ・ 内装工事
- ・ 病院リフォーム工事
- ・ リフォーム工事
- ・ キッチン改修工事
- ・ 屋根葺き替え工事
- ・ 外構工事他

### 新 築

R 元年度 工事総数件 84 件