

☺ 地域のお客様と共に ☺

With



2020年
7月号

— お役立ち情報誌 —



重松寿希君 11 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。

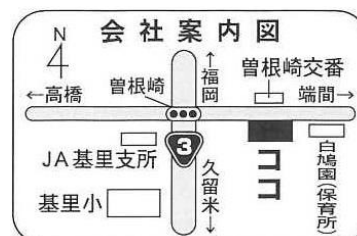
株式会社 **江田建設**

鳥栖市曾根崎町1446-1

Tel 0942-82-1615

Fax 0942-82-1617

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





江田建設お勧め！ 懐かしの映画リスト



おうち時間で次に見る映画にお悩みの方に♪
江田建設従業員のお勧め映画です。年齢も好みもバラバラですが、それぞれが思い出に残った映画を答えてくれました！誰が何を勧めたか想像しながら見てみてください♪

☆君の名は。	新海誠監督	(アニメ)
☆ローマの休日	オーディリー・ヘップバーン主演	(ラブストーリー)
☆ショーシャンクの空に	ティム・ロビンズ&モーガン・フリーマン主演	(ヒューマン)
☆シュリ	ハン・ソッキュ主演	(アクション&ラブロマンス)
☆The Greatest Show man	ヒュー・ジャックマン主演	(ミュージカル)
☆となりのトトロ	宮崎駿監督	(アニメ)
☆ロード・オブ・ザ・リング	イライジャ・ウッド主演	(ファンタジー)
☆ミッション:インポッシブル	トム・クルーズ主演	(アクション)
☆星守る犬	西田敏行主演	(感動ドラマ)
☆ターミネーター	アーノルド・シュワルツェネッガー主演	(SFアクション)
☆おしん	濱田ここのえ主演	(感動ドラマ)
☆スピード	キアヌ・リーブス主演	(アクション)
☆大脱走	スティーブ・マックイーン	(戦争映画)
☆シェーン	アラン・ラッド	(西部劇)
☆燃えよドラゴン	ブルース・リー	(アクション)





オクラとミョウガのサラダ



【材料】

オクラ・・・1袋 ミニトマト・・・8個 豆腐・・・1/2丁 ミョウガ・・・1個
(ドレッシング) ポン酢・・・適量 ゴマ油・・・適量

【作り方】

- ① オクラは板ずりして、熱湯でゆでヘタを切り落とし1/2カットする。
- ② 豆腐はキッチンペーパーで包み重しを乗せて軽く水切りする。
- ③ ミニトマトは洗って半分にきる。
- ④ ミョウガは刻んでおく。
- ⑤ お皿に野菜を彩りよく並べ、豆腐を大きめに崩しながら盛り付けミョウガをちらす。
- ⑥ ドレッシングをかけたら出来上がり♪



急な来客でも
あわてない!

短時間で印象アップの おもてなし術

住まいの快適レポート

「近くにいるから寄っていい?」そんな急な来客も慌てずに、まずはゲストの目につきやすい3か所をチェック。おもてなしテクを活用して、わずかな時間で印象アップ!



時短掃除の鉄則

- ① 見た目スッキリを心がけ、極力物をしまおう
- ② 掃除用具を厳選する
- ③ ピンポイントで掃除する

玄関

家の印象を左右する玄関は、ちょっとした工夫で「わぁ、ステキ!」と思わせることを目指して。

- 靴の出しっ放しはNG。鍵などの小物は普段から下駄箱扉にフックを付けて収納。
- アクセントとなる、花を飾る。なければ絵や小物でも。細かい部分に目をいかせないようにさせる、簡単裏技的テク。



トイレ

個室な分、細やかな部分に目がいくトイレは、なにより清潔さをアピールし、心地いい空間に!

- ニオイの元となる、便器のフチや便座の裏、周囲の床をサッとひと拭き。時短掃除には、使い捨てトイレ用拭き取りクリーナーとトイレレットペーパーを活用。



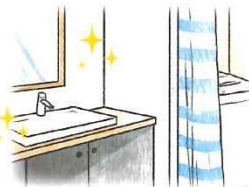
- 意外と盲点な手拭き用タオルはカゴなどに数枚置いて、一回ごとに使用できるように。



洗面所

生活感が丸見えとなりがちな洗面所は、“きちんと美しく見せる”をテーマに!

- ピカッと光っているだけで印象アップ。水栓金具や洗面ボウル、鏡をさっと拭き取り、ピカピカに。
- 突っ張り棒と布を利用して、即席カーテンで洗濯機周りなどを目隠し。余計なものも、ひとまず退避!



編集後記

ほっと
ひと息。

休校に伴い家族で運動不足🏊縄跳びを取り出して二重飛び大会!
軽々飛ぶ息子! 何故かビザが痛くなる母... こんな時の為にとっておいた
トランポリン! 数年ぶりに大活躍♪好きな音楽を聴きながら交代でジャン
プ! 数分で息が上がります、子供たちは+筋トレ! 若いって素晴らしいです
ね。休校も明けて部活も再開、我が家のトランポリンは壁に立てかけられ出
番待ち。毎日続けるって本当に難しいですね!

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2年7月1日

そうだったの!?

暮らしの中の仏教まめ知識



第11回 『サンダル 草鞋 草履』

サンダルは、板を意味する sandalion というギリシャ語に由来する名前だそうですが、紀元前2000年頃のエジプトには、既にあった履物です。熱い砂から足の裏を護るために考案されたようです。これがインドへも伝わり、お釈迦様の時代には、インドでも使われていました。

しかし、インドは砂漠の国ではありませんので、修行者達は裸足で歩いていたようです。

仏教教団でサンダルが使われるようになったいきさつに、こんなお話があります。

お釈迦様にソーナという若い弟子がいましたが、お坊ちゃん育ちで足の裏はとても柔らかく、経行(きんひん、一定の場所を同じペースで歩き続ける修行)が苦手でした。ソーナの足の裏は傷つき、血が流れ、修行道場が血だらけになってしまう程でした。

ソーナは皆に申し訳なく思う一方、そんなに努力しても覚れない自分にガッカリして、修行をやめてしまおうと思うようになりました。

お釈迦様はそんなソーナを見て、こう言いました。

「ソーナよ、修行は頑張り過ぎてはいけない。サンダルを履(は)いて修行してみてもどうか」

「私一人だけがサンダルを履くわけにはまいりません。」

「それなら、全てのものにサンダルを履くことを許します。」

以後、ソーナはサンダルを履いて、怠けることなく、無理もせず、丁度よい精進をして、覚りを開いたそうです。

仏教が中国に伝わると、修行者は「草鞋」を履きました。主に稲藁(いなわら)を編んで作った履物で、只つかけるだけでなく、紐(ひも)を使って足に括(くく)り付ける方式の履物です。

草鞋はソウアイとかソウカイと読みますが、日本では「わらじ」と読まれてきました。藁で出来た藁沓(わらぐつ)が転じてワラズとなり、更にワラジになったようです。

日本では草鞋に鼻緒(はなお)が付けられ、藁草履(わらぞうり)を経て、日本独特の「草履」という履物となりました。

現在では、外反母趾への対処など健康面や、足だけでなく体全体、神経や脳まで鍛えられるということで、子どもの発育の面でも、草履での生活が見直されています。

参考 「暮らしの中の仏教語」HP、「ケンコーミサトっ子」HP、ウィキペディアなど

○本照寺住職 ほんしょうじゅうしやく 木村 きむら 映之 ひでゆき 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 じゅうとうしんそうとうほんがんじ 瑞雲山来迎院 ずいうんざんらいごういん 本照寺 ほんしょうじ

※どなたでも参加できる行事… ボイストレーニング教室、ヨガ教室、坐禅会、寺子屋(小学生)、
オカリナを楽しむ会
木曜会(いすヨガ・法話・茶話会)



自転車の交通ルールとマナー



自転車のあおり運転

道路交通法施行令が 6/9 に閣議決定されました。

3 年以内に 2 回違反した 14 歳以上に安全講習を義務化し、
受講しないと 5 万円以下の罰金と定められています。

同施行令はこれまでに自転車による「危険行為」として

14 項目を指定されていましたが、今回の改正であおり運転にあたる
「妨害運転」が第 15 項目となりました。

自転車の危険行為 15 項目

- 信号無視
- 通行禁止違反
- 歩行者専用道での徐行違反など
- 通行区分違反
- 路側帯の歩行妨害
- 遮断機が下りた踏切への立ち入り
- 交差点での左方優先者妨害など
- 交差点での直送車妨害など
- 環状交差点での徐行違反など
- 一時停止違反
- 歩道での歩行者妨害
- ブレーキのない自転車運転
- 酒酔い運転
- スマートフォンを使用しながら事故を起こすなど安全運転義務違反
- 他の車両の妨害(あおり運転)



自転車のマナー

- ① 自転車は車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側通行
- ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用





風水害に備える防災



風水害とは、強風、大雨、高潮、波浪によって起こる災害を指します。近年想定を上回る現象が起き、被害が激甚化しています。大きな原因は局地的に大雨集中豪雨です。起こりやすいタイミングは

- ① 日本付近に前線が停滞しているとき。
- ② 台風が日本へ接近しているときと上陸したとき
- ③ 大気が不安定な状態が続いているとき。



梅雨の時期、特に梅雨の終わりの頃が一番危険です。1日当たりの降水量が200mmを超えると災害が起こりやすいといわれています。

万が一を想像しながら対策に備えましょう。

- ☆非常用持ち出し品をチェック！（水・マスク・ラジオ・懐中電灯・簡単な食事等）
- ☆避難所までの道順を確認。（夜おそくには避難所への移動が困難になるので早めの移動を）
- ☆大雨が降りだしたら、土砂災害警戒情報等にも注意。
- ☆危険を感じたり、避難勧告等があれば慌てず速やかに避難。

災害が起こった時100%の防災は無理です。

しかし減災はできる。自分次第でいくらでも災害を減らすことができる。

自分のことは自分で守るという意識こそが大切です。



令和2年6月末現在

★忘れず工事中⇒

- 新築** ・「森呼吸の家」鳥栖市神辺町（M様邸）いぬお病院近く
 ・「森呼吸の家」鳥栖市飯田町（M様邸）飯田公民館近く
 ・「在来工法」鳥栖市萱方町（H様邸）ハンバーグフランス近く

★今後の予定⇒

- リフォーム**
 ・リフォーム工事 ・塗装工事 ・雨漏り改修工事
 ・キッチン改修工事 ・外構工事 ・トイレ入れ替え工事他

新築 ・

R2年度 工事総数件 83件

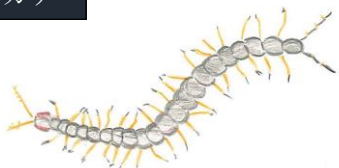


毒虫から身を守る



山や川、屋外へと外出する機会が増えていきます。初夏は人だけでなく、生き物も活発になります。ハチなどがやってくると、驚いて払いたくなりますが、攻撃してくるのは巣を守るため。相手に刺激を与えなければ、基本的に襲ってくることはありません。

ムカデ



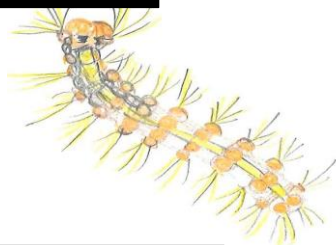
少し湿った薄暗いところ、床下などにいます。梅雨時期が産卵期で、自宅であれば早めに市販の忌避剤をまくのが予防になります。動きを止めるには熱湯も有効です。かまれたら市販の塗薬を、ひどくなったら病院に。

イラガ



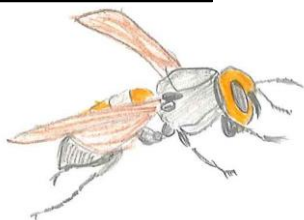
桜、梅、柿、栗など実がなる木の葉に集団で発生。体に生えている毛の先に毒があり、刺さるとかゆくなったり腫れたりします。5月と9月頃発生幼虫は柔らかい葉を好むので、若葉の時期に特に見かけます。

チャドクガ



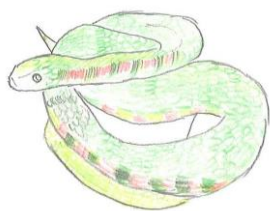
山茶花や椿、お茶の木など葉に集団で発生。触れてしまった場合はその部分を素手で触らないこと。毛が刺さったらガムテープなどで取り除くか、流水で洗い流して冷やしてください。範囲が広ければ病院へ。毛虫を防ぐには、木酢液で発生する前に手入れしよう。

オオスズメバチ



梅雨あけぐらいから働きバチの活動が活発になり10月11月が一番攻撃的になっています。一匹だけの場合は振り払ったりせず姿勢を低くしてその場を離れて下さい。刺されると痛みや熱さを感じ、腫れます。毒が回らないようゆっくりと動き救急病院へ。

ヘビ



毒があるのはマムシ、ハブ、ヤマカガシ。マムシは前の方の歯に毒がありヤマカガシは奥の方の歯に毒があります。ヘビ類は水辺や川の中、草むらの中にいることが多いので急に入ったりせず、枝などで音を立てながら行けばヘビの方が逃げてくれます。かまれたらすぐ病院へ。