

☺ 地域のお客様と共に ☺

# With

— お役立ち情報誌 —



2022年  
5月号



はだ たけるくん6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♪



## ●PayPay ミニミニルーマラソン 2022 5月14日(土)

PayPayドームを走れるミニミニルーマラソン。1チーム最大3人で、ひとり1周1.5kmのコースを6周走る。小学生以上の健康な男女で、1人でも2人でも最大3人までの参加OK。密を避けるため10時スタートの部と13時スタートの部の2部制で実施。計測チップを使ったタイム計測、大会結果の発表は行われませんが、完走者から抽選で豪華賞品がプレゼントされる!(エントリー必要)

場所/PayPayドーム

問い合わせ先/福岡ソフトバンクホークス(株) 092-844-1189



## ●重要文化財でフラワーアレンジメント教室 5月19日(木)・21日(土)

「ナチュラルグリーンフーケ(生花)」初心者OK、手ぶらOKのレッスン。5月のレッスンのテーマは「ナチュラルグリーンフーケ」。輝かしい新緑の季節到来!初夏の鮮やかなグリーン、葉物、実物で作る花束。束ねてお部屋に飾ってみてはいかがでしょうか?予約制・先着順に受付。定員になり次第締切り。キャンセルはレッスンの10日前まで(10日前過ぎてのキャンセルは作品の引き取りとキャンセル料の支払いあり)。

場所/福岡市中央区西中洲6-29

問い合わせ先/旧福岡県公会堂貴賓館 092-751-4416



## ●海の中道フラワーピクニック 2022 ~5月22日(日)

35回目となる、福岡に春を告げる花の祭典「海の中道フラワーピクニック 2022」。「120万本のネモフィラで描く青い花の海」や、ビタミンカラーがさわやかな「ポピー花壇」、幾何学模様をカラフルにデザインした「チュールリップス花壇」など春の花の見どころがたくさん。4月上旬にはネモフィラと桜による、ブルーとピンクのコラボも。週末を中心に、動物ふれあい体験やクラフト体験など、家族で楽しめるイベントを開催予定。

場所/福岡市東区西戸崎18-25

問い合わせ先/海の中道海浜公園 092-603-1111



## ●薬木薬草園フォトコンテスト~2022~ ~5月29日(日)

中富記念くすい博物館併設の薬木薬草園及び庭園の植物を撮影してフォトコンテストに応募しよう!入賞者には賞品が進呈される。スマホで気軽に撮っても、デジカメで本格的に撮ってもよし。応募はホームページより、1人3枚まで。5月29日(日)23時59分必着。※作品は募集期間内に撮影されたものに限る。

場所/鳥栖市神辺町288

問い合わせ先/中富記念くすい博物館 0942-84-3334



# 豚しゃぶとアスパラのマリネ



## 【材料】 2人分

豚こま切れ…250g    アスパラガス…3本    新玉ねぎ…1/4個    塩…小さじ1  
酒…少々

A (叩いた梅干し2個    オリーブオイル大さじ1と1/2    めんつゆ3倍濃縮大さじ1  
レモン汁小さじ1    柚子胡椒小さじ1/2)

## 【作り方】

- ① アスパラガスは根元から3cm位切り落とし、さらに下から5cm位ピーラーで皮をむく。食べやすい大きさに斜め切りにする。
- ② 鍋にお湯を沸かし、塩小さじ1くらい入れ、①を入れ1分ほど茹でて取り出す。
- ③ ②の鍋に酒少々入れ一度湯を沸かしてから火を止め、豚肉を3まいずつ入れ色が変わるまで湯がく。(温度が下がれば火をつけて沸騰させずに湯がく)
- ④ 新玉ねぎはスライサーで薄くスライスしてボウルにいれる。
- ⑤ ④にAを混ぜ合わせる。
- ⑥ ⑤に常温で冷ました豚肉とアスパラガスを加えよく和える。
- ⑦ 皿に盛り付けたら出来上がり♪

家族と育っていく、地域と育っていく

# シンボルツリーを 植えよう

庭にスペースが空いている、またこれから庭造りをするお客さま。家族とともに育ち、家族との思い出を刻んでいく、「シンボルツリー（記念樹）」を植えてみませんか。育った木はいつか、秋になると実がなる柿の木、どこからか香ってくるキンモクセイ、いつも青々としたあの大きな木・・・と、いつかご近所の人たちの記憶に残る地域のシンボルになっていくかもしれません。

なるほど！くらしの豆知識



## まずは庭の環境を知る

日当たり、風通し、水はけ、またご自宅の気候条件を把握し、樹木の生育条件にあった樹木の中から植える木を選びましょう。

## 植えるポイント

シンボルツリーをどこにどう植えるか、庭の配置や樹木の性質から考えましょう。

## 何を楽しむかで、植える樹木を選ぶ

花、葉や木の形や色や質感、あるいは実を楽しみたいなど、好みから選んだり、また1年を通して季節の主役を決め、四季の変化を楽しむのもいいでしょう。

生垣などで区切ると庭が立体的になり、広く感じられます。

1本1本の生育に十分なスペースを保ちます。

家の近くに植える木は、夏は日差しを遮り、冬は陽光が差し込む落葉樹を。

日陰に近い場所や寒冷地は針葉樹を。



実が楽しみ成長も早い  
「ソヨゴ」



ハート形の葉が愛らしい  
「カツラ」



夏は涼しげ、秋は紅葉を楽しむ  
「モミジ」

日当たりのいい場所には、四季を楽しめる落葉樹を。

大きな木を手前に、小さな木を奥に植えると奥行きが出ます。



抜群人気、風にそよぐ姿が癒し系  
「シマトネリコ」

## 編集後記

ほっと  
ひと息。

過ごしやすい季節になりましたね！

先日買い物に行って、支払いの時お店の方に「いつも綺麗にしてありますね！」とお褒めの言葉を頂き、照れながら「そんなことないですう〜♪」と、とびっきりの笑顔でお答えすると、「玄関先の多肉植物🎵、可愛く育ててありますね(^^)」 えっ💧 私じゃないんかい！(´Д`)勝手に勘違いした私でした…作業場のスナップエンドウは豊作！毎日従業員さんにちぎってお配り。

収穫の喜びを感じる今日この頃、次は何を育てましょうか！

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4年5月1日

そうだったの!?

暮らしの中の仏教まめ知



## 第22回 『足を洗う』

「足を洗う」という表現は、「彼はダラダラした生活から足を洗って真面目に働きはじめた」のように、悪いことや好ましくないことをやめる、身を引く際に使われます。実は、この言葉の由来を調べていくと仏教にたどり着くのです。

由来はインド時代まで遡ります。当時の修行僧は裸足で生活し、托鉢（たくはつ）などの為に歩いていました。裸足や草鞋で托鉢などの修行からお寺に帰った僧侶は、泥足を洗い清め、俗世の煩悩を断ち切り、再びお寺に入り修行に励んでいました。

一般世間は、煩惱のある迷いの世界

お寺は、安心のある救いの世界

足を洗うことで、身心を洗い清め、新たな心で安心を求める。僧が足を洗う様子と、寺の内と外の世界の違いという仏教の思想がひとつになり、「足を洗う」という表現が悪いことをやめる意味で使われるようになりました。

実はキリスト教にも「足を洗う」という表現があります。イエス・キリストは、謙遜と愛情を示すため自ら弟子たちの足をひとりずつ洗っていったと伝えられています。このイエスの行動が「足を洗う」の語源ではないかと主張する人もいますが、謙遜と愛情は日本語の「足を洗う」の意味と一致しません。そのため、あまり有力な説ではないともいわれています。

ちなみに、「足を洗う」と同じ意味の英語の表現として「wash someone's hands of ~」があり、直訳すると「~から手を洗う」という意味になります。英語の言い回しでは、「足」ではなく「手」を洗うという表現になるのがおもしろいですね。

参考 BuzzTrend HP、澤龍山少林寺 HP、世田谷自然食品 HP、chewy HP

○本照寺住職 ほんしょうじ 木村 映之 きむら 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 じゆつ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

## 梅雨時期の掃除

12月はなにかと忙しく、大掃除まで手が回らなかつたりします。それに加えて、冬は乾燥していて静電気が発生しやすく、気温が低いと油汚れも固まりがちで掃除にはあまり向いていません。

梅雨時期は雨で外出を控えて、家の中にいる時間が増えるので掃除をする時間を確保しやすいです。家族でお掃除をして過ごすのもよい過ごし方かもしれません。

梅雨時掃除におすすめの3ヶ所をご紹介します。

夏から秋にかけて  
ダニの最盛期

この時期に掃除しておく  
と抑制する効果が  
期待できます。



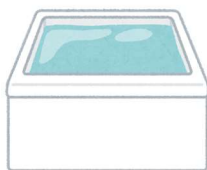
### ○窓ガラスと網戸

曇りの日か雨が降った翌日が窓や網戸の掃除日和。湿度があるほうが埃も舞い散ることなく作業がしやすく、汚れも浮き上がって落ちやすくなります。屋外に出ても寒さ暑さが気にならない季節なのでしっかりお掃除に取り組むことができます。



### ○浴室

浴室の天井にはカビの胞子が付着しています。この胞子は掃除をするために窓を開けたり、換気扇を回したりすることによって簡単に周囲にまき散らし、アレルギーの原因になります。ばらまかないように天井や壁、床などは拭き掃除がオススメです。



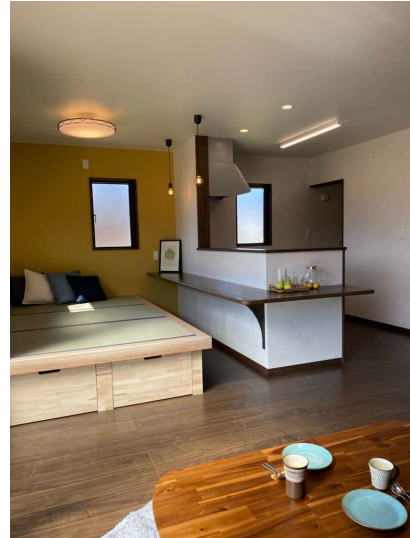
### ○床、フローリング

湿度が高いため、湿気で埃が舞い上がりやすく、汚れもはがれやすいです。乾いた雑巾でさっと拭くだけでも効率よく掃除できます。





# 新しい住まいへのご入居 おめでとうございます！



令和4年3月吉日 鳥栖市本鳥栖町 山方様邸



## ★忘れず工事中⇒

- 新築**
- ・「在来工法」 久留米市城島町 (K様邸) 六五郎橋近く
  - ・「在来工法」 朝倉郡朝倉町 (N様邸) 朝倉IC近く
  - ・「在来工法」 鳥栖市轟木町 (H様邸) 今村病院近く
  - ・「在来工法」 鳥栖市今泉町 (Y様邸) 南部団地近く

## ★今後の予定⇒

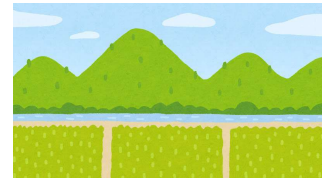
- リフォーム**
- ・サッシ交換工事
  - ・キッチン改修工事
  - ・防水工事
  - ・雨漏り改修工事
  - ・塗装工事
  - ・リフォーム改修工事
  - ・マンションリフォーム工事 他

**新築** ・

令和4年4月末現在  
R4年度 工事総数件 67件



## 春のどくだみ茶



野山に自生する草を摘んでお茶を作りませんか♪  
身近な場所に生えているドクダミは、切っても切っても葉が伸びてくるほど繁殖力が強いことから「十薬」と呼ばれ様々な効能も期待できます。

**デドックス効果** 体内にたまった塩分を排出してくれる働きがあります。むくみも取れて体の中からスッキリ。

**美肌効果** カリウムとデドックス効果で余分な塩分が排出されると同時にの毒素や老廃物を排出体内から解毒していくことで「美肌効果」にもつながります。

**ダイエット効果** 代謝を高めて腸の調子を整えることで、便秘解消もサポートしてくれます。代謝がアップすれば燃焼効果も上がります。

**抗酸化作用** 老化の原因になる活性酸素を除去してくれる作用があります。シミ・そばかす予防にも。



### どくだみ茶の作り方

- ① どくだみを根っこから引き抜く。  
(なかでも開花前の蕾の時期に刈り取ることが、どくだみパワーを最大限に閉じ込めたどくだみ茶を作る鍵となります。)
- ② 綺麗に水洗いしてどくだみをゴムで束ねる。
- ③ 風通しの良い日陰で10日程乾燥させる。  
(パリッと音がするくらいしっかり乾燥させる)
- ④ どくだみを適当な長さにカットし、乾燥材と一緒に密閉容器にいれば、美味しいどくだみ茶の完成です。

根っこも茎も花もカットしてok