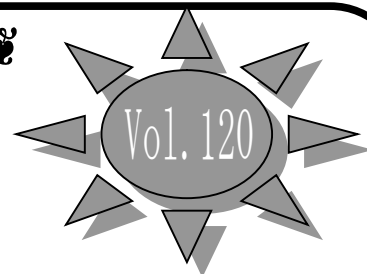


☺ 地域のお客様と共に ☺

With

— お役立ち情報誌 —



2022年
9月号

江最幸の笑顔が家づくり
田だれよりも真剣な眼差で
建設の健康を考へる森呼吸の家
設又せん練された匠の技で
おに安じと安らぎを与える

古賀 弘彰様の作品です。ありがとうございます。

いつも頼れる住医であいたい。

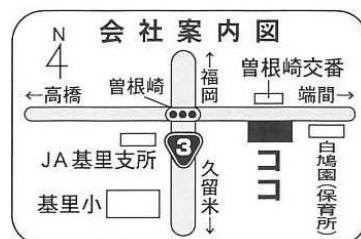
株式会社 **江田建設**

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♪



●DANCE の祭典 2022 9月10日(土)

スタジアムで踊って食べて遊び尽くせ！鳥栖スタジアムで遊び尽くそう！熱きダンスコンテストやサッカー対決開催。誰でも参加可能なパレードやスポーツ体験コーナー、フロキングもできちゃう。飲食の出店には地元佐賀の有名店が勢ぞろい！特別ゲストや特別審査員も超豪華。贅沢な場所で贅沢に遊び尽くせる一日を！世代や地域の垣根を超えてすべての人が楽しめる DANCE の祭典。

場所/鳥栖駅前不動産スタジアム

問い合わせ先/090-6632-9292



●杷木大ひまわり園 9月11日(日)～10月3日(月)

約16万本のひまわり園 国道386号沿い、道の駅「原鶴」ファームステーションバサロ前の畑に約16万本のひまわりが咲き乱れる。高さは約2メートル、花の大きさ約30センチに成長したひまわりが咲き誇る光景は圧巻だ。そばには地元の農作物などを販売する道の駅原鶴があり四季折々の品を楽しむ。

場所/福岡県朝倉市杷木久喜宮1663-1

問い合わせ先/0946-24-6758



●ちっご祭～恋のくに花火大会 9月18日(日)

恋のくに筑後市の花火大会 筑後市の一大イベントとして3年ぶりとなる「ちっご恋のくに花火大会2022」が、筑後広域公園で開催。今年は、1時間という短い時間にギュッと凝縮されているが、広い公園で花火大会を楽しむ。

場所/福岡県筑後市尾島263 筑後広域公園内

問い合わせ先/海の中道海浜公園 092-603-1111



●九州オクトーバーフェスト In 門司港 9月30日(金)～10月2日(日)

九州地ビール5社が醸造したフェストビア

九州のビールメーカー5社が醸造した本場ドイツスタイルのオクトーバーフェストビアの競演！最近日本各地でも開催されているので「オクトーバーフェスト」という名前自体は聞いたことがある人も多いはず。ただ「ドイツのビールを飲むお祭り」だと思っていないだろうか？オクトーバーフェストで一番重要なのはビール。オクトーバーフェストで飲むために造ったビール「フェストビア」を飲むのが醍醐味！限定ジョッキ販売あり。

場所/福岡県 門司港レトロ中央広場

問い合わせ先/093-332-5155



蒸しなすとたこのカルパッチョ



【材料】 2人分

なす・・・大1本 蒸しタコ・・・約100g 塩コショウ・・・少々

ドレッシング (粒マスタード大さじ1.5 オリーブオイル大さじ2 ポン酢大さじ1
砂糖小さじ1 柚子胡椒小さじ1)

薬味 (ミョウガ 小ねぎ 貝割れ) お好みで

【作り方】

- ① なすはヘタを落として皮をむき、ぴったりラップに包んでレンジで600w2分半～3分加熱。
- ② 水をはったボウルに①を入れ粗熱を取る。
- ③ 蒸しタコは表面に出てるドリップをキッチンペーパーでふき取る。臭みが出てしまっている場合は全体に熱湯を回しかけ拭き取る。
- ④ タコは表面積が大きくなるように、削ぎ切りする。
- ⑤ なすは粗熱が取れたら薄く削ぎ切りにする。
- ⑥ お皿にタコとなすを交互に並べていく。塩コショウを振りラップをして皿ごと冷蔵庫で冷やす。
- ⑦ 食べる直前にお皿の中央に薬味をたっぷり盛ってドレッシングをかけたなら完成♪



缶切りの無い時の応用



9月1日は防災の日、もしもの時に缶切りが無い！！
そんな事を空想しながら女子社員3人で挑戦しました。

(材料) 缶詰・軍手・スプーン



① 缶詰の縁にスプーンの先を強く押し当てて擦ります。

② 穴が開いたら汁を別の容器に入れるとあふれませんが。

③ 穴が開いたら缶切りの要領で、前方に動かし穴を広げる。

④ 切り口に気を付けて開封する。

感想♪

スプーンを擦りあてて、3、4分で穴は空きました！簡単と思いきや缶切りの要領が意外と難しく3人とも軽く汗ばみました。テコの原理でやるとスムーズに空きました。
沢山のパイナップルは子供達のおやつになりました(^^)!

編集後記

ほっとひと息。

缶切り無しの缶を開ける実験！去年から9月号に載せようと温めていた企画でした。缶切りを使う缶詰を探すのも一苦労、スプーンで擦るとわりと簡単に穴が空くのですがそこから、穴を一周開けるのを手こずり、「缶切りの要領でうごかして」と説明すると、「缶切り使ったことありません」と…

ジェネレーションギャップを感じた2022の夏でした。

「テコの原理でやってみて」と言うと「それ分かります♪」とスイスイと空けられました。

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9月1日

そうだったの!?

暮らしの中の仏教まめ知



第24回 『舍利（しゃり）』

寿司に口うるさい人の「このシャリは何々産だからネタもいきる」というセリフを耳にすることがあります。また、炊きたての銀色に輝く白米のご飯を銀シャリと言ったりもします。

このシャリというのは「舍利」と書き、元々は仏教用語で、火葬にされたお釈迦様の骨のこと「仏舍利（ぶつしゃり）」をさします。

白飯の色味や形が火葬したあとに残る遺骨（または分割されたお釈迦様の骨）に似ていたため、僧侶の間でご飯のことを「シャリ」と呼ぶようになったとされます。

また、古代インドの言葉で「米」を意味する「sari（シャリ）」を語源とするという説や、「酢飯がシャリシャリしているから」という説もあります。

シャリという言葉が使われた時期は明確には分かっていません。しかし、真言宗の開祖として知られている空海（774～835年）は、『秘蔵記』の中で「天竺呼米粒為舍利。仏舍利亦似米粒。是故曰舍利。」と記しています。これは簡単に現代語訳すると「天竺（インドのこと）では米粒のことをシャリと呼ぶ」という意味になります。そのため、少なくとも8～9世紀頃にはシャリという言葉が使われていたと考えられます。

また、仏舍利には土にかえり、めぐりめぐって穀物（五穀）となり、人を助けるという、輪廻（りんね）の教えがあります。

同じように、主食であるお米も尊いものとする思いから、シャリと呼ぶようになったのかもしれないですね。

いよいよ新米の季節です。銀シャリのおいしさを改めて味わうとともに、その恵みへの感謝も忘れないようにしたいものです。

参考 『食育大辞典』HP、『日蓮宗』HP、『語源由来辞典』HP、『大谷大学』HP、
『オリーブオイルをひとまわし』HP

○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

※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)

※新納骨堂…加入者募集中。

お風呂時間で秋の体にスイッチ

最高のバスタイム

秋の深まりを感じるこの頃。

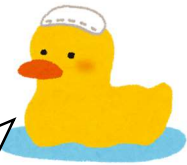
お風呂が楽しみになる季節に、一日の疲れを癒す入浴法を見直してみませんか。

リラックス効果や免疫力アップにつながる入浴法を取り入れてみましょう！

Relax bath time

1. 温熱作用
体を温めれば
血管が広がり、
血流がよくなります。

一番大切なのは
「毎日、湯船に浸かること」！
入浴には7つの健康効果があります。



2. 静水圧作用
お湯の水圧で血流がよくな
り、むくみを解消。

3. 浮力作用
重力から解放され、
関節や筋肉の緊張が緩む。
リラックス状態に。

4. 清浄作用
お湯に浸かると毛穴が開き、
汚れや皮脂を洗い流す。

5. 蒸気・香り作用
粘膜を潤し免疫力を高め、
香りで自律神経を整える。

6. 粘性・抵抗性作用
負荷がかかる水中で体を
動かすと、いい筋トレに
なります。

7. 解放・密室作用
衣服を身に着けず、
心と体が開放的になる。

季節湯のススメ

身近なもので季節を感じながら入浴を楽しむ季節湯。

秋から冬にかけてのオススメ季節湯を紹介します。



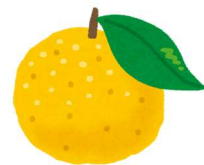
10月 生姜湯

スライスした生姜を布袋に
入れて湯船へ。
体を温め、保温、
抗菌作用が
あるといわれています。



11月 みかん湯

みかんの皮を洗い、陰干し
した後布袋に入れて湯船へ。
血行促進作用や香りの
リラックス効果が
あります。



12月 柚子湯

2~3個の柚子をそのまま or
半分に切って湯船へ。
肌の乾燥を防ぎ、体を温める。
冬至に柚子湯に入ると一年中
風邪をひかないと
いわれています。



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8月吉日 久留米市城島町 古賀様邸



★思い出工事⇒

令和4年8月末現在

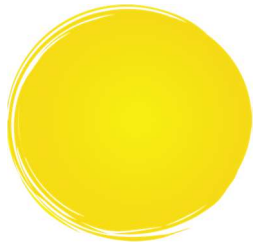
新築 ・「在来工法」 朝倉郡朝倉町 (N様邸) 朝倉IC近く
 ・「在来工法」 鳥栖市轟木町 (H様邸) 今村病院近く
 ・「在来工法」 鳥栖市今泉町 (Y様邸) 南部団地近く

★今後の予定⇒

リフォーム
 ・風呂交換工事 ・外構工事 ・キッチン入替工事
 ・雨漏り改修工事・解体工事 ・リフォーム改修工事
 ・サッシ工事 他

新築 ・

R4年度 工事総数件 106件



月の話



秋が深まるにつれ、一段と輝きを増していく月。心を癒してくれる月の魅力に触れてみましょう。

秋の月がひと際美しく見えるのは、水蒸気を多く含む夏のぼやけた大気から、気温が下がるにつれ空気が乾燥し澄んでくるからです。又夏よりも緯度が上がり地表のチリや明りに月光がさえぎられないため、よりくっきりと見えるようになるのです。

一年のうち月が最も美しいといわれる「中秋の名月」旧暦の8月15日の月を「中秋の名月」と呼び、お月見をする習わしは、中国から伝わり平安時代に定着したそうです。今年は9月10日です。晴れるといいですね♪

月夜の下で月光浴を！

月光浴は月明りを浴びる行いの事。普段より呼吸を落ち着けて、ネガティブな感情や邪気を払いリラックス効果が高まると言われています。自分が心地よいと感じる環境で行うことが肝心です。心を落ち着け月から安らぎやパワーをもらうイメージで心をゆるめましょう。



秋の月は眺めるのにも
程よい高さ