



光陽

かわらばん

1月号



●かわらばん委員：清水、大河原、板橋、林、山川、大塚
●発行日：平成27年1月1日 ●編集責任者：板橋

(株)光陽 〒351-0022 朝霞市東弁財1丁目7番30号
TEL 048-465-1151

休業日
夜間
緊急
連絡先

(株)バイオアコミュニティ
TEL 048-476-0260

HP 朝霞 光陽 検索 クリック

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

平成27年の幕開けです。今年で現在の社屋を新築して20年目になります。振り返ると本当にあっという間です。今年はどうな一年になるのでしょうか。

平成26年を表す字は「税」でした。消費税の増税や税金の使われ方が問われた一年でした。昨年暮れに衆議院の選挙が終わり、慌ただしく師走を走り切った感があります。景気は一部に明るい指標も見られますが、依然として厳しい状況が続くと思います。

私は今年一年を「安」という一字に込めました。家内安全、安定した経営、お客様に安心安全な住まいとサービスをお届けし、心安らかに毎日を送る事を目標に致します。

本年もどうぞ宜しくお願い致します。

株式会社 光陽

代表取締役 川端 登

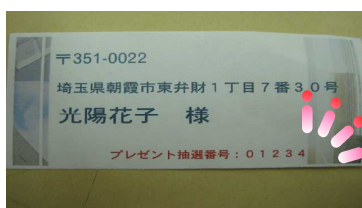


◎お年玉 賞品発表!◎

いよいよお待ちかねの賞品は、次のとおり！ 合計60名様へプレゼントです。

旅行券3万円分	10名様へ
商品券2万円分	20名様へ
グルメ券1万円分	30名様へ

今回は、かわらばんの封筒ラベルに「プレゼント抽選番号」が書かれています。厳正なる抽選のうえ、結果は、次回の2月号にて掲載致しますので、今回の封筒は、次回まで大切に保管をお願いします。なお、当選者の方へは、光陽 担当者からも直接ご連絡させていただきます。



総務部：板橋

●～現場監督のひとりごと～ 堀ごたつ編



本年も宜しくお願い致します。どこの業界も年末年始はバタバタする事が多いものです。建築現場も同様で、特別に忙しいという訳ではなくても、慌ただしく毎日が過ぎてまいります。



さて、今回の現場監督のひとりごとは、ちょっと間が空いたのですが、施工四方山話しの4回目。まだまだ寒い季節ですので、堀ごたつ編をお送り致します。

ある耐震改修の工事で床を剥がす事になり、それを見ていたお客様から、どうせ床を新しくするならば、追加のご注文で掘ごたつを設置する事になりました。



では、どんな風にするか？

足を入れる床とテーブルまでセットになっている既製品を入れてしまうのが一番簡単ではありますが、ちょっと高価…。

今回はテーブルは手持ちの物があるので、大工さんに作ってもらう事にしました。

テーブルの足が落ちないように幅を合わせて箱を作り、座った時にしっくりくる深さに調整しました。太ももに当たる部分はケガをしないように、しっかりとヤスリをかけました。先行して電気コンセントを配線してありますので、熱源機は後から設置出来るようにしました。



オーダーメイド

和室でしたので、畳を加工して、はい完成！堀ごたつにしない時は、フルフラットになるように、畳でフタが出来るように工夫してあります。

材料費と大工さんの手間代だけなので、既製品より断然安価に出来ました。

あんなもの、こんなもの、作れないかなというものがありましたら、何なりとご相談下さい。こちらで施工するのも良いですが、お客様ご自身のDIYでもご相談にのります！

建設部：山川

●私のお薦め～水彩画～

『水彩画』(「みづゑ」とも呼ばれます。)を始めました。というより止めたり始めたりの繰り返しですが。小学校や中学校で少し「絵」が上手かったぐらいではダメだな～と思いつつも時間だけが過ぎて行きました。

何といたっても水彩画の魅力は、透き通るようなみずみずしさが良いですね！



もともと日本には水墨画、書、日本画があり、紙に水性の絵具で描く伝統がありますので、日本人の肌になじむと思います。それに油絵のように構えなくても良いです。

また、誰でも子供の頃に、画用紙に向かって夢中で描いた覚えがあると思います。その頃の懐かしさもあるのではないのでしょうか。

以前は、本屋さんで技法書を買ったり、図書館に行っているいろいろな水彩の技法を見ながら、風景画を描いていましたが、上手に描きたいと思いつつも中々コツがつかめず、自分の思うようになりませんでした。かといって、水彩画スクールに通うには勇気がいりますし、…。

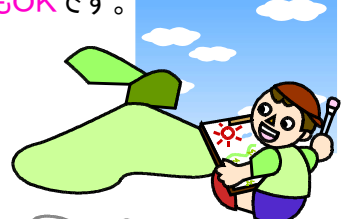
ということで、某社の『水彩画の書き方レッスン』を始めてみました。少しずつですが技法を習得できるので、良いかなと思っています。

絵を描くには、他にもパステル、油彩、アクリルとありますし、講座もインターネット、カルチャー教室や通信講座などがありますので、ご興味がある方は参考にさせていただきます。



また、数年前より出かける際に、水彩色鉛筆をバックに入れてあります。コンパクトでかさばらず、持ち歩きが楽です。芯が水溶性の素材で作られているため、水で濡らすと溶け出して、水彩画のようなタッチに仕上げることが出来ます。まあ～これはこれで色々な技法があり、難しいですが、…。今、流行の絵手紙にもOKです。

本屋さんにも色々なレッスン本がありますので一度チャレンジしてみても如何でしょうか？旅行のついでにすると、ひと味違った旅になると思います。



営業部：清水

▶「健康スイッチ」～リンゴのチカラ～



種類が豊富で、身近な果物「リンゴ」。農林水産省には、なんと85品種も登録されているそうです。朝霞での旬は12月頃でしょうか？少しシーズンは過ぎてしまいましたが、今回はリンゴの健康効果についてご紹介します。

リンゴには、私たちの健康をサポートしてくれる成分がたくさん含まれています。特に、「カリウム」「ペクチン」「リンゴ酸」「ビタミン」などの栄養価が高く、食物の消化・吸収・燃焼を助ける効果があることは、割と知られているところだと思います。



その他にも、心臓病、高血圧症、脳卒中、肺がん、気管支ぜんそく、慢性気管支炎、肺気腫、高脂血症に対する予防効果や、便秘、胃腸障害の改善効果が、疫学研究などにより確認されているそうです。

最近では、リンゴが、現代の医薬品より幅広い使用に適しており、副作用も少なく、予防医学に貢献出来る食材であることが研究され、改めて注目されています。

中でも、リンゴの皮の直下に含有される成分「りんごポリフェノール」には、細胞の老化防止、脂肪燃焼の促進、肥満症の防止、不整脈の抑制などの効果があることが解明され、高齢期の生活の質を高める作用が期待されています。

健康寿命を長く維持することが求められるこれからの世の中。ヨボヨボならぬ、予防予防！身近なリンゴで「予防」の「健康スイッチ」オンです！！



総務部：板橋