



定年のご挨拶

平成30年4月30日を持ちまして定年を迎えます。
 昭和61年4月1日(当時27歳)入社して、アツと
 言う間の32年間でした。



入社時はまだ本社が弁財公園の前に有り、桜が満開だったことを昨日のよ
 うに覚えています。

当時のメンバーは川端政夫さん(先代社長)、川端多喜子さん(先代社長
 夫人)、小野さん(営業部部長)、清水さん(営業部主任)、堂埜さん(建
 設部部長)、松元さん(建設部課長)、岸田さん(建設部主任)伊藤さん
 (総務部主任)、関さん(パート)、鈴木さん(パート)に私を加えた10
 名でした。

先代社長はとにかく人の集まりが大好きな方で、春は弁財公園でお花見、
 夏はBBQ、秋は運動会、冬はスキー&温泉ツアーと四季を通じてイベント
 が沢山有り、社内旅行は海外旅行と古き良き時代の楽しい思い出ばかりで
 す。

入社時は建設部でのスタートで、建築の経験は若干有りましたが、現場監
 督として職人さんを動かすのは初めてで大変苦労しました。

それでも諸先輩方にご指導頂き少しずつ仕事を覚えることが出来ました。

その後、個人的な希望により、平成7年から営業部に配置変えして頂き営
 業マンとして再出発させて頂きました。

不動産販売を通じて数多くのお客様と知り合うことが出来とても良い経験
 をさせて頂きました。

5月1日から引き続き嘱託として勤務しますので、今後とも宜しくお願
 い致します。

営業部 袴田

健康スイッチ ~知っ得 二日酔い(予防編)~ 「まずは己を知るべし！」



今回は、二日酔いシリーズのおまけとして、予防策をご紹介します。
 実は、日本人はもともと二日酔いになりやすい体質なのだとか。しかし、
 二日酔いになり難くするテクニックでハンデを克服しましょう！

【予防策1】タンパク質の摂取



飲酒前からできる対策としては、タンパク質を多く含んだ飲食物を多めに
 摂っておくことです。タンパク質は、肝機能を活性化させることができ、飲
 酒前の摂取でアルコール吸収のペースも遅くできるので、二日酔い防止にな
 ります。

飲酒前には牛乳と思いがちですが、牛乳で胃に膜はできないようで、同じ
 乳製品なら、タンパク質を含むチーズやヨーグルトを摂取するのが効果的と
 言えます。

【予防策2】チェイサーを欠かさない

「飲酒→脱水症状→二日酔い」という負の連鎖を止めるためには、飲酒中の
 チェイサーを多めに摂るのが効果的です。これからの暑い季節、渴いた喉に
 冷たいビールが醍醐味ですが、二日酔い防止のためには、乾いた体にいきなり
 のアルコールは避けた方がよく、日中からの十分な水分補給が飲酒による
 脱水効果を抑えてくれます。

また、飲酒後も、寝る前に500ml程度の水を飲んでおく
 と、睡眠中の脱水症状を防ぎ、二日酔い抑止につながります。



【予防策3】飲酒のペース配分

原因編でも触れましたが、お酒が進むほど、肝臓によるアルコール分解は
 遅れていくので、同じペースでお酒を飲み続けるのは、二日酔いへのまっし
 ぐらコースです。「飲むペース=処理ペース」ではないというのがポイント
 ですね。

目安ですが、2杯目は1杯目の倍の時間をかけて飲み、3杯目は更にその
 倍の時間・・・という具合に、飲み干すまでのペースを徐々に遅くしてい
 くことが、肝臓での分解処理ペースを同じくするアルコール摂取方法となりま
 す。肝臓の分解力には個人差があるので、必ずしも周りの方と同じペース
 で飲もうとせず、自分に合った飲み方をすることが、お酒の時間を長く楽し
 むコツという訳です。

いろいろ紹介しましたが、究極の予防策は「飲みすぎないこと！」です
 ね。人生の潤滑油である楽しいお酒のために「健康スイッチ」オンです！

総務部 板橋

展示会「NEWBOX2018」



毎年、メーカーが住宅向けの新商品内覧会を
 行うので、今回も行って来ました。

4月11日から13日まで東京ビックサイトでPanasonic商品の展示があり
 ました。

会場内は、『水まわり設備・建材』『住宅照明』『情報機器・太陽光・蓄
 電池』『空質・電化設備』の4つのブースに分かれていてそれぞれ魅力的な
 商品がありました。

『水まわり設備・建材』は、有機ガラス素材の使用により水まわりの清掃
 が楽になりました。また、レンジフードの清掃が簡素化されたのには驚きま
 した。

『住宅照明』は、照明器具とスピーカーを合わせる事により、室内空間を
 光と音で安らぎの空間へと変える事ができる商品がありました。

『情報機器・太陽光・蓄電池』は、AI機能を活用した機器のコントロール
 技術が進歩していました。

『空質・電化設備』は、エアコンみまもりサービスといった高齢者の近く
 に居なくても安否確認や遠隔操作での空調機器の動作が行える技術が格段に
 進歩し、これからの超高齢化社会に対応できる商品が多く展示されていま
 した。

これから発売される商品が多く、新築やリ
 フォームに活かせる物はお客様へ御提案した
 いと思います。



リフォーム事業部 山中

おしらせ

今月号よりかわらばん委員が交代となりました。
 新たなメンバーでより身近な情報をお届けして参りますの
 で、今後ともご愛読の程、宜しくお願ひ致します。



営業部 大塚

食珈茶菓酒 すわん

朝霞商工会が選ぶ 「自慢の逸品33」ご紹介



朝霞産にんじんを麺に練り込んだ自家
 製生パスタです。
 にんじんのオレンジ色と麺のモチモチ
 感。味噌とクリームの相性抜群のソース
 は、一度食べたらハマる味。是非一度お
 試しください。

【提供期間：12月頃～7月の夜のみ】

朝霞にんじんの
 生パスタ



営業時間

ランチ 11:30~15:30 (L.O.14:30)
 ディナー 17:30~22:00 (L.O.21:00)
 定休日 水曜日
 朝霞市本町3-3-70 アイエステート1階
 TEL 048-475-4213

営業部 大塚