



我が家の伝統や言いつたえではありませんが、私の家も年末から年始3日間で、年末31日の夜は家長を主に家族全員で神様、ご先祖様、水神様とお参りし、又元日には家長が1番に起き、お雑煮を準備し、家族全員で元日もお参りします。お昼には、子供達、孫、兄弟と揃い新年を祝います。



みなさんのご家庭でも色々とは違いはあるとは思いますが、私の家の伝統として息子たちに教え引き継いでほしいと思っています。

まだまだ寒い時期です。お体に気を付けて頑張ってください。
(営業 村越 一仁)

～冬の楽しみ～

毎日、寒い日が続いていますが皆さま元気にお過ごしでしょうか。

今年は大雪になるといわれていましたが、その通りと言うか何とというか、結構な雪が降って私も何度か除雪に出動しました。除雪は大変なので、今の季節は雪が降らないことを願いながら仕事をする毎日です。

そんな私ですが、若い頃はスノーボードが好きで、毎週休みになると雪山に足を運んでいた頃もあり、雪が降ると嬉しくて仕方なかったです。なので、平地は降らずに山だけ雪が沢山降ればいいのにと、かなり矛盾したことを考えている今日この頃です(笑)



今は、なかなか自分の趣味を楽しむ時間がないのですが、またスノーボードを楽しみに雪山に行きたいと思っています。

まだまだ寒い日も続きますし、インフルエンザなども流行しているようです。皆さまも十分注意してお過ごしください。

(多能工 牛田 昭治)



ケア・すぎけんコーナー



☆「新型栄養失調」にご用心

今の時代に?と思われる方もいらっしゃると思いますが、飽食の時代の偏食による現代版の栄養失調。見た目は十分に栄養が足りているように見えても実は身体の中は栄養失調…カロリーは足りているのに、ビタミン、ミネラル、タンパク質などの栄養が不足している状態の事を言います。



少しずつ、多くの種類を…
なかなか難しい事です。
でも、食べたものが
あなたの身体を作ります

その原因は「ばかり食」。

好きなものばかり、同じものばかり、さっぱりしたものばかりを食べる。食欲がないからと「麺類」や「さっぱりしたおかず」「同じおかず」を何日も食べ続けると、筋肉や血液、臓器をつくる材料になるタンパク質が不足し、その結果、貧血や脳出血、結核や肺炎、骨折など様々な病気を誘因することに繋がります。特に高齢者の場合はタンパク質不足による低栄養状態になる傾向がみられるとの事。今はコンビニやスーパーの個食の惣菜でも組み合わせがよければバランスの良い食事をする事が出来ます。偏った食品ばかりにならないように意識をして多種類の食品を食べるようにしたいですね。

☆大切な人を探せる徘徊感知器 HITOCOCO のご紹介

「探せる安心と探される安心を与えてくれる」感知器です。

例えば、徘徊が心配な人のポケットや靴などへ子機をつけます。

その人が、もし指定した範囲から出たら親機に通知が届きます。

通知だけが届くタイプと、もう一つは「サーチ機能」が着いたタイプがあります。

サーチ機能搭載のモデルは、その人のいる方向と距離をメートルで示しながら教えてくれるので、矢印が示す方向へ向かって進み、居場所を探すことが出来ます。

介護保険でレンタル対応になりました。

障害物や立地条件などで飛距離が変わり、場所によっては感知しない場合がありますので、試してみたい方がおられましたらご連絡ください。



指定した範囲から
出たらお知らせ

×おしゃれにメンタルの関係

プレゼントに
いかがでしょう



カタログ あります



おしゃれは生活のリズムにアクセントをつけたり、自然に自分の気持ちを切り替えられます。そんな中で、介護用の靴に求められるもの…一般的には安全性、脱ぎ履きのしやすさ、足へのやさしさなどでしょうか。そこに、少しの可愛さや少しのおしゃれをプラスした靴が最近注目を浴びています。他人の目を意識することもいい刺激になったり、気分を充実させる原動力となるのではないのでしょうか。暖かくなったらこんな靴を履いてちょっと出かけてみませんか

暖かく、かきで



大変でした。皆さんは寒さに負けずにお元気でしょうか？
早く冬が終わり暖かな春が待ち遠しい気分です。

さて、1月20日に第45代アメリカ大統領にドナルド・トランプ氏が就任されました。選挙期間中や当選後も過激な発言が物議を呼んでいます。就任されたら少しは変わるのかなと思っていましたが、相変わらず変化はないようです。

TPPの永久離脱、メキシコ国境に壁を築く、日本の自動車業界たたき、日米安全保障関連のさらなる経済負担の増額など、一体何を考えているのかと疑いたくなります。

トランプ氏の今までの発言の中で常に言っていることが「アメリカ・ファースト(アメリカが一番)」

「グレートアメリカ・アゲイン(再び偉大なアメリカ)」などの言葉です。私の私見ですが、その言葉は「アメリカさえよかったら良い。」という感じます。



アメリカの不動産王らしいですが、何事もビジネスの取引の様に思えてなりません。自分さえよかったら良いという発想は長続きせず自分で墓穴を掘るだろうと思います。ましてアメリカ大統領として世界中に多大な影響を及ぼす立場の人が「アメリカさえよかったら良い」などと考えること自体が大統領になってもいい人なのか素質を疑います。世界中の国々が「自国さえよかったら良い」、世界中の人々が「自分さえよかったら良い」と考え出し、そのように行動したら一体世の中はどのようなのでしょうか？私は近江商人の発想にあるように、世界中が「三方よし」の精神で進めばいいと思っています。

今月もありがとうございます



(談 杉本 孝史)

編集後記

寒い日が続いていますが、みなさん元気に過ごされていますか？
久しぶりの大雪になり、雪かきや雪道での運転で、体も疲れ、気分的にもゆっくり休まらず...といった日々を過ごされていたのではないのでしょうか？

私も窓の外に降る雪を見るたびに鬱鬱な気分になる...そんな毎日を送っていました(-_-)

そんな私とは逆に、子供たちは大喜びで雪だるまを作ったり、かまくらを作ったり、雪合戦をしようと、久しぶりの大雪に雪遊びを満喫していました。

寒くなってきて、外で遊ぶことも減ってきていたので、体を動かすのにちょうどいい機会になったようで、よかったなあと思いつつ、でも、もう雪は降ってほしくないなあと心から願う今日この頃です。

(談 上田 裕子)

プロ
住
マ
イ
ル
2月

No129 H29.2.1 発行

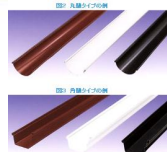
発行元: 株式会社 杉建
住所: 与謝野町字石川 537-3
TEL: 0772-42-6955
FAX: 0772-42-0501
メールアドレス: sugiken@triton.ocn.ne.jp
ホームページ: http://www.sugiken.jp/

～毎日の暮らしをもっと快適に～

すぎけん

大感謝セール

雨樋工事



雨樋は住宅を守る大切なものです。部分的に修繕ができます。

軒樋 1,900 円/m 金物含む
 縦樋 2,000 円/m 金物含む
 外壁足場、撤去費 別途

蓄熱暖房機(限定2台)



43%off
248,000 円 (税別)
 定価 437,000 円

心地良い輻射熱で部屋中ムラなくほかほか！
 春の日だまりのような温かさ！
 「ユニテール」8kw
 設置・電気工事 別途

外壁塗装



外壁塗装で、劣化を防ぎ、家を長持ち！

遮熱塗装 3,800 円/㎡
 シリコン塗装 2,700 円/㎡
 ウレタン塗装 2,300 円/㎡
 外壁足場、目地コーキング 別途

浴室暖房機(限定3台)

38%off
89,800 円 (税別)
 定価 147,000 円

浴室が衣類乾燥機に早がわり！
 入浴前暖房+入浴中暖房であたたか！
 パス・乾燥・暖房・換気【単価 200V タイプ】
 設置・電気工事 別途

湿気対策



エコカラット
 暖房により起こりやすい結露を抑え、嫌な湿気をエコカラットが吸収。ジメジメの解消にも効果があります。

25,000 円 (材工共)
 303×303、11 シート/ケース

室内物干し(限定3台)

55%off
12,800 円
 定価 28,500 円

花粉や、急な天候も気にせず干せて楽々！
 「室内物干しユニット【ホシ姫サマ】」
 取付 別途

