

～今年もあと1ヶ月～

皆さま、こんにちは。いつもお世話になっております。
多能工の牛田です。



早いもので、あっ!!という間に今年もあと1ヶ月となってしまいましたね。

今年は元号も変わり、平成から令和になり、私自身も50歳と節目を迎えました。私も若い頃は、年配者の方に「歳をとると、1年経つのが早い」とよく言われたのが、本当に私も年々しみじみと感じております(笑)



おまかせ
ください!

今も多能工として色々な新築現場からリフォーム現場から、フル回転で行かせていただいて、気が付けば残り1ヶ月といった感じですが、残りの1ヶ月も元気に明るく頑張っ、よい新年を迎えられるようにしたいと思っております。

インフルエンザなども流行してきています。皆さまも健康にはご注意ください。

(多能工 牛田 昭治)

～旅の思い出～

いつもありがとうございます。ケア・すぎけん河島です。

令和元年もあと少しとなりました、皆さんどんな一年を過ごされましたか?私は何かと遠方に出掛ける事が多い年でした。



その中で一番印象に残っているのは、母と叔母二人と一緒に岡山県の倉敷に旅行に行ったことです。末の叔母の誘いがあり実現した旅行は私以外ほぼ後期高齢者ばかり。

来た道がわからなくなり迷子寸前(携帯が無ければ完全に迷子です)私に怒られる事もありましたが、楽しい思い出(冥途の土産)が出来たと思ってくれたのなら行った甲斐があったかな?と。



また来年、旅行に行けるくらい皆が元気でいてもらいたいものです。

(ケア・すぎけん 河島 睦)

ケア・すぎけんコーナー



日々自分を保つ

NEW

☆こんなに長い置き型手すりレンタル開始!

高い段差や、長いアプローチの玄関先に工事なしで設置できる置き型手すりに、手すりの長さ最長3m46cmまでカバーできるタイプがレンタル開始となりました。

工事が不要なので手軽に利用でき、お家に傷がつくことも避けられます。

これから寒い季節になり、体も動かしにくかったり積雪や凍結で転倒のリスクも大きくなっていく中で、まずは「転倒予防」が大切です。工事で手すりを付けられるまでの間だけ使用する方法もお勧めです。とりあえずおいてみたいなど、お気軽にご相談下さい。(注)介護保険を使つてのレンタルになります。



転倒で失ってしまうものはたくさんあります。

大切なのは予防すること。

今の時点で出来ることは危険な場所を減らすことではないでしょうか。

転倒してしまつてからでは取り返しがつきません。

ぜひ一度、ご自宅の中や外の危険な場所チェックをされてみては

いかがでしょう。手すり取り付けや住宅改修工事など専門の担当者がございますのでいつでもご相談ください。



後悔
先に
たたり

☆大人にも粉ミルク?

大人の新しい健康習慣として今注目されている「大人のための粉ミルク」。心情的にちょっと抵抗がある方もおられると思いますが、飲んでみるとほのかな甘みもあり美味しいです。

コーヒーや青汁に混ぜたり料理に加えるなどして、不足しがちなたんぱく質やカルシウム、鉄分などを手軽にとることで骨粗しょう症予防や健康維持に役立つと言われています。お手軽なスティックタイプもあります。

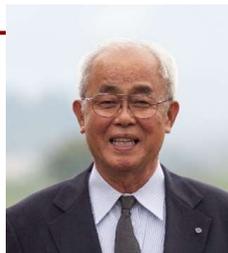
ケア・すぎけんでも取り扱っていますのでどうぞお問い合わせください。



今年もお世話になりありがとうございました。年の瀬になりますが、お体を大切にお過ごしください。

杉さんのひとり言

いつもお世話になりましてありがとうございます。



今年も残すところ1ヶ月となりました。師走となり日も短く、だんだんと寒さが増してきますが、皆さんも風邪などひかれずにお元気でしょうか？この時期になると、1年があっという間に早く過ぎてしまったなあ〜という感じですが。知らぬ間に1年が過ぎ、今年は自分自身にとり1年が充実していたかなあ〜ということ、反省も含めて考えてしまいます。残り1ヶ月をがんばり、いい1年だったなあ、締めくくりたいと思っています。

我が家では、今年1年を振り返ってみますに、息子夫婦に二人目の子が誕生したことが一番うれしく、ありがたいことと思っています。年子なので息子夫婦大変かと思いますが、まず親が責任を持って育て、多少できない事は応援をしようと思っています。



そんな孫たちをみていると、これから先の21世紀がどんな時代で、どんな環境になるかわかりませんが、我々が大きくなった時代より生きにくい時代になるのではないかなど感じています。私たちが子供のころは、物質は不足していましたが、親子のふれあい、隣近所・地域での交流や、子供同士の先輩・後輩の遊びなどはずいぶんありました。特に夜の食事は、家族一同みんなでご飯を食べ、いろんな話をした覚えがあります。

そんな昭和の時代は、物はないけど心の豊かさがあり暖かかったです。これからの時代は益々、物や情報などが氾濫してゆくと思われてしかたありません。物質が豊かになればなるほど、心がすたれて心貧乏になるような気がします。ですから、これからの時代を生きる子供たちには「物と心のバランス」をとりながら、心を大切に、心豊かに生きてゆくことを伝えなければならぬように思っています。

今年一年ありがとうございました。
気が早いですが、皆様多い新年をお迎え下さい。来年もよろしくお願い申し上げます。
(談 杉本 孝史)

編集後記

気がつけば今年も残すところ1ヶ月となり、寒い日が多くなってきました。3ヶ月予報によると、近畿地方は、気温は平年並みか高め、降雪量は平年並みか少なめの予報だそうです。雪があまり降らないとありがたいなあと思います。風邪やインフルエンザの流行も耳にするようになってきました。皆さまも体調には気をつけてお過ごしください。
今年もお世話になりありがとうございました。
(談 上田 裕子)



No.163 R1.12.2 発行

発信元: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/

第35回 杉建家族慰労会

令和初となる「杉建家族慰労会」を、11月23日(勤労感謝の日)に行いました。家族慰労会の開催も、今回でなんと35回目となりました!!
毎日、元気に働けるのも家族や周りの皆さんの助けがあってこそと、感謝の気持ちを忘れずに、今後ともがんばっていききたいと思っております!



恒例の社長の挨拶からスタート!
今年は、従業員とご家族さん合わせて26名もの参加がありました!!



会場は丹後町にあります「喜久屋」さんにてお世話になりました。和食に創作イタリアンのお料理を何品か加えていただいたコースをお世話になりました。どのお料理も、見た目もキレイで、味もとてもおいしく、お腹いっぱいいただきました! 食べてしゃべって、楽しい時間を過ごすことができました(*^-^*)



今回の最年少参加者♡
ニコニコ笑顔がかわいく、みんなのアイドルでした(笑)

今年もお世話になりありがとうございました。
来年もすぎけんファミリーを、よろしくお願い致します。



職場体験学習を行いました

毎年、江陽中学校の2年生の生徒さんが杉建に職場体験学習に来てれています。現場でのお手伝いをしてもらったり、事務所でご図面を書く体験をしていただいたりと、普通の中学校生活ではできないことを体験してもらおう中で、将来について考えたり、何かに気づききっかけになるといいなと思います。今回は、新築現場の基礎工事を体験してもらった時の様子をご紹介します。



現場での事故や間違いが起きないように、しっかりと説明を聞き、理解した上で作業を進めていきます。

厚みがだいたい 10 cmになるように均等に栗石を並べていきます。基礎を作るととても大切な作業です。

ランマーという機械を使って地盤を締め固めます。最初は機械の振動がすごく、思ったように作業が進みませんでしたが、力を合わせてなんとか完成させることができました！

生徒さんからの感想

基礎工事を体験させてもらいましたが、ランマーなどの機械を使わせてもらった時はとても苦戦しました。でも協力してほぼ午前中に終わることができたのでよかったです。建設業はハードな職種だと思っていましたが、ハードな分完成した時の達成感は大きく、本当にいい仕事だと思いました。

(N君)

いつもの生活ではできない体験をさせていただきありがとうございます。どのように家が建つのかを教えてください、そのためにはたくさんの人が協力することが分かりました。この職場体験をこれからの生活に活かしていきたいと思います。

(K君)

僕は杉建さんで体験させていただいて、図面のフランの考え方、そして考えたフランをパソコンで作るのはとても大変だと分かりました。お仕事の大変さ、社会でのルールなどをとても親切にたくさん教えていただき、とてもいい経験になりました。これから学んだことを活かしてがんばりたいです。

(Y君)

最初に行った栗石を敷く作業が僕は一番大変だと思いました。だいたい 10 cmになるように並べていくという作業をトラック何台分もするのがとても大変でした。でも、自分が携わった家に誰かが住んでくれると思うと嬉しくなりました。自分の将来を考える良い機会になりました。

(T君)

リハ・すぎけんコーナー

早いもので、もう年末ですね。寒さも毎日増えてきましたが皆様体調はいかがでしょう？ 11月はすぎけん畑の芋掘りを行い、今年も収穫したサツマイモを蒸して利用者様に食べていただきました。

ほんのり甘くてホクホク(*'ω')皆さんに喜んでいただきました。

利用者様が趣味でされている、絵葉書の作品や写真をお借りして展示も行っています。

花がお好きな利用者様が自宅で育てている植物をご持参して下さるので、リハ・すぎけんはいつも色あざやかなお花で溢れています。今回もたくさん写真を撮らせていただいたのでご紹介します。

