

ご 縁

新年の始まりに、良縁に恵まれますようにと下鴨神社にお詣りに行ってきました。

こちらの勝手な時だけ頼られる神様も、お困りだとは思いますが…
水に浸すと文字が現れる水みくじが有名です。ドキドキしながら浮かんでくのを待ちました。浮き上がってきたのは「小吉」の文字。
「努力なしに向上なし」「不調を覚えたらすぐ病院へ」…若干心あたりがあります。



神様からいただいた助言に素直に耳を傾け、運命をいい方向に導いてくれる方との良縁を信じ、毎日の生活を見つめなおしていきたいと思っています。

(ケア・すぎけん 井谷 安希子)

う る う 年

いつもありがとうございます。リハ・すぎけんの堀井です。
早いもので2月になりました。立春を迎え、暦の上では春の始まりとされていますが、まだまだ厳しい寒さが続いています。お体には十分にご注意下さいね。

さて、今年は4年に1度の「うるう年」。約4年に1度の割合で太陽の動きと暦に1日のズレが生じる為、それを補正するために2月29日が追加されるのだそうです。

では「うるう年生まれの方の年の取り方は・・・」と疑問に思ったことはありませんか？

実は日本には「年齢計算ニ関スル法律」があり、「年齢の出発点は生まれた日の当日。誕生日を1日目として数え始め、次の誕生日の前日で1年が満了する」と定められています。これは、うるう年に限らず誕生日が何時であっても誕生日の前日に年を取ることになるそうです。ただ、「誕生日のお祝いは、必ず誕生日に行うこと」という法律はありませんので、ご安心下さい(笑)。

何より「2月29日生まれ」はとても確率が低く希少です。この日にお誕生日の方がご家族やご親類、ご友人がいらっしゃいましたら、いつもより盛大にお祝いしてあげて下さいね。

(リハ・すぎけん 堀井 仁美)



ケア・すぎけんコーナー



☆防災の確認

元旦に発生しました能登半島地震に被災された皆様へ、心よりお見舞い申し上げます。
家族が揃われるお正月に突然起こった悲劇、救助活動、復旧活動共になかなかままならず、避難所生活も長引き、二次災害の不安も日増しに大きくなってきます。
普通の生活が出来るありがたさを実感しながら、自分達もいつ起こるか分からない災害に備えて必要最小限の備えをすることが大切だと改めて実感しました。
そこで、ケア・すぎけんでは取り扱いのある災害用備蓄用品のご紹介を、再度させていただきたいと思います。
全国的に品切れの商品も多く、ご紹介できるものも限られますがご容赦下さい。

簡単組立 緊急時用トイレ オ・サンボレット



コンパクトに折りたたんで収納できます。
組立時 41×41×60cm
耐荷重 100kg ※袋は別売りになります
販売価格 ¥9,200(うち消費税 836)
袋別売り 20枚入り ¥3,550(うち消費税 ¥323)

防災用 トイレ袋 50回分



断水時の洋式トイレにもご使用いただけます。
凝固剤一個で 600cc の水分を固めます
50回用 凝固剤 50個 汚物袋 50枚のセット
¥5,260(うち消費税 ¥478)

コンパクト あったかフリース 袖付き

袖付きで身体全体を暖かく包みます。
長期保存タイプのコンパクトフリース
長さ 210cm ポリエステル
¥2,200(うち消費税 ¥200)



洗い流し不要 ドライシャンプー 80g ¥1,190(うち消費税 108)



水を使わず洗髪

ウェット手袋 2枚入 ¥290(うち消費税 ¥26)



取りまとめでの発注になる場合は、若干お時間をいただきます。
口腔ケアの商品なども取り扱っていますので、お問い合わせください。
品切れの場合はご容赦ください。

杉さんのひとり言

いつもお世話になってありがとうございます。

節分の2月となりました。この前にお正月と思っていましたが早いもので1カ月過ぎました。

1年で1月下旬～2月上旬が一番寒い時季ですが、みなさんお元気でしょうか？

さて、正月元日の夕方4時ごろ石川県能登で起きた震度7の能登半島地震は、1カ月過ぎた現在でも悲惨な状況です。1月1日という新年で、家族や親戚などが集まって楽しい時間を過ごしておられた時に「なぜ？」と思わざるをえません。さらに、この寒い雪の降る過酷な時季に地震が起きたことに、自然の猛威に対する人間の無力さやはかなさを感じています。

昭和2年3月7日の夕方6時27分ごろ、私たちの住む丹後でも京丹後市を震源とするマグニチュード7.3の丹後大震災が発生し、死者2,925人、家屋全壊1万2,584棟、半壊9,443棟、焼失8,287戸などの大災害だったそうです。死者・行方不明者数で明治以降、関東大震災を筆頭に8番目の多さだそうです。直前の2年前にも北但馬地震の発生があったようです。

このような事実を聞いたりする中で、私の今住んでいる家も築50年程経過している木造2階建ての住宅です。50年ぐらゐ前ですから、今の様に地震対策もほとんど考えずに親が建ててくれた家に暮らしています。その当時はそれで良かったと思っていますが、今日・現在の住宅は、阪神・淡路大震災以降、建築基準法の改定などが何回もあり、地震に対し耐震基準を満たすように設計や構造計算をして建築をしています。更に、地球温暖化に対してや快適に暮らせるように省エネ住宅も基準になってきています。時代や環境の変化などで、建物もどんどん進化しているこの頃です。私の住んでいる家も地震に弱いので、耐震補強リフォームをするか、シェルターを置くか、など考えなければならぬと思っています。地震が起きるたびに、命の安全・安心をどのように確保するか？と考えさせられます。

今月もありがとうございます。



(談 杉本 孝史)

編集後記

2月は節分！娘と息子が、保育所で鬼退治の豆まきの練習をしています☆
鬼が来る日を楽しみにしている2人…。当日、頑張って鬼退治をしてくれる事を私も楽しみにしています(〜*) まだまだ寒い日が続きますので、体調にはお気を付けください。

(談 杉本 沙也加)



ス
プチ住マイル
2月

No.212 R6.2.1

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
Mail：sugiken@triton.ocn.ne.jp
HP：http://www.sugiken.jp/

株式会社 杉建
公式アカウント

現在進行中の現場を一部ご紹介させていただきます

与謝野町にて新築工事をお世話になっており、12月に無事、上棟を迎えました！
お施主様、上棟誠におめでとうございます。

新築工事
in 与謝野町
カーサ カーゴ
「casa cago」

こちらのお住まいは「永年満足の平屋」casa シリーズの「casa cago」となっております。
1cago = 6畳として、お施主様の暮らしに合ったピースを組み合わせてつくり上げる住まいとなっております。自由でオリジナリティーにあふれ、何年経ても満足な平屋です。内観・外観ともに、だんだんと完成に近づいています！
完成がとても楽しみです。引続き、完成に向けて杉建スタッフ一同心を込めて進めてまいります！



Featured event

開催
予定
3/30(土)・31(日)
完成見学会

詳細はHP、各種SNSをご確認ください。



※完成イメージです

リノベーションでお世話になっておりました、お住まいが完成を迎えました！
とても素敵な住まいとなっておりますので、一部ご紹介させていただきます！

～温故知新を感じる家～in 京丹後市

お施主様のご厚意により、12月2・3日に OPEN HOUSE を開催しました。たくさんの方にご来場いただき、ありがとうございました。

大切なお住まいをお貸しいただいたお施主様、誠にありがとうございました。
典様のお祖父様が以前住んでおられた、築45年のお住まいをリノベーション。かなりこだわりのある和室があり、この貴重な和室の建具やランマを再利用し、懐かしさと新しさが同居する快適空間に仕上がりました！



約 27 帖のゆっくりとくつろげる LDK☆

ウォークインクローゼットにはカウンターがあり
アイロンかけをしてすぐに収納ができます♪



お施主様と猫ちゃんが暮らしやすいお住まいにリノベーション。

リビングには、キャットウォークやステップを取り入れて猫ちゃんが自由に動き回れる工夫がされており、伸び伸びとくつろげる空間となっています。お施主様と猫ちゃんが、一緒に快適に暮らせるお住まいに仕上がりました！

～猫ちゃんと暮らす家～in 京丹後市



お施主様、完成誠におめでとうございます。今後とも、アフターメンテナンス含め
末永いお付き合い何卒宜しくお願いいたします。 杉建スタッフ一同より



リハ・すぎけんコーナー

グラグラときどき停機ゲーム

＼ウさんの背中に棒を預んていき
手指動作訓練にもなります！



ラスト1本!!
牛乳パックタワー!!
記念にハイチーズ♪



カッパインゲーム♪



ボールリレー♪



運動風景



少し廻りますが
クリスマスイベント行いました!!
ビンゴでの優勝者には
ピクピククリスマスカード贈呈!

ご利用者様全員にも
クリスマスカードプレゼント!!



～暦の上ではもう春です！～

暦の上では春ですが、2月は1年の中で寒さが厳しく、空気の乾燥がより一層気になる月です。
寒いと体温は奪われ、血行も悪くなります。空気が乾燥すると、肌や喉・鼻の粘膜はダメージを受け、風邪、インフルエンザといった感染症にかかりやすくなります。
年末年始の疲れを引きずっていたり、体調を崩してスッキリしないまま毎日をご過ごされていませんか？
健康維持の基本は、食事・睡眠・適度な運動など毎日の生活習慣です!!
不規則な生活の方は少しの変化から見直してみましょう!!

