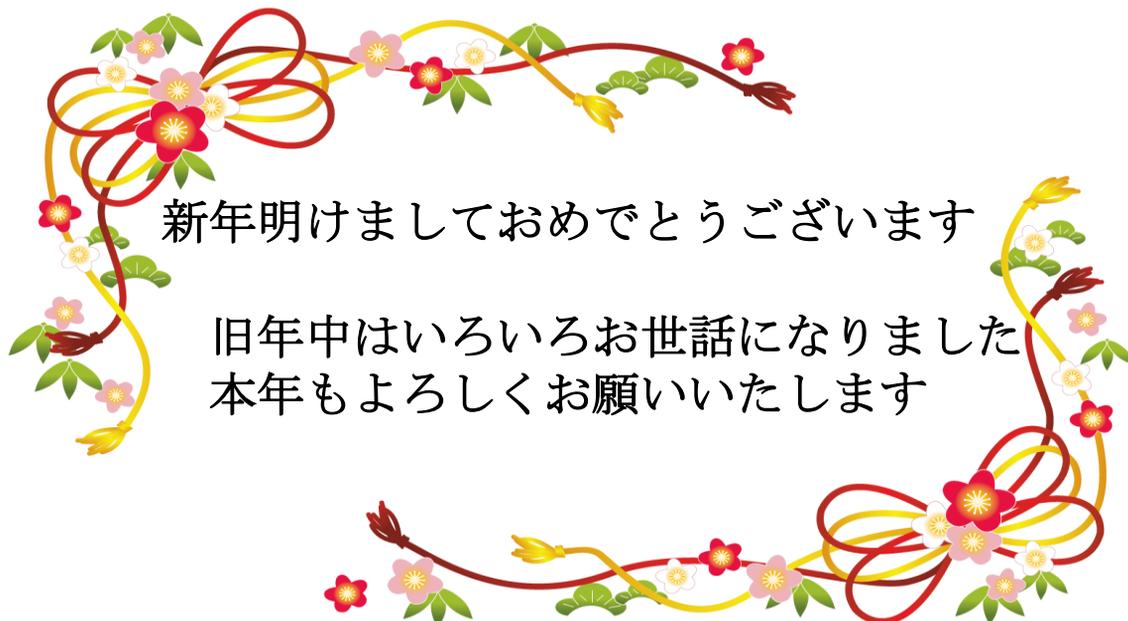


しらかば通信





新年明けましておめでとうございます

旧年中はいろいろお世話になりました
本年もよろしく願いたします

昨年はコロナウィルス感染症が世界中を脅かすこととなりました。いまだに収束の兆しが見えてきません。皆様におかれましては日々感染対策に努めていることと思います。

弊社も手洗い・うがいの実施、消毒液・飛沫感染予防パネルの設置などの処置はもちろんのこと、リモートでの会話もできる体制をとって参りました。

今年も引き続き安心してご相談や工事させていただけるようにコロナウィルス感染対策を行いたいと思います。

今年は今まで以上に健康に気を付けながら頑張りたいと思います。皆様のご指導、ご鞭撻のほど、よろしく願いたします。

令和3年 元旦

株式会社しらかばハウジング
代表取締役 池田直樹

《しらかばの家は健康を考えた家》



柿渋タンニンで
24時間きれいな空気と暮らす家

～時代は今～

全館空調だけじゃない

プラスαのOMX



冬の寒さ、夏の暑さをしのぐために、1部屋に1台のエアコンが付いているのが一般的ですね。でも、部屋から1歩外に出ると、廊下は・・・

「うう～、寒い・・・」とか「うわ～、暑い!!」という状態。

これもヒートショックになりかねない。

部屋を出ても（廊下でも）快適でありたいですね。

そこで、**おススメ！『全館空調』**

家全体を快適な温度に保つので、部屋と廊下の温度差がありません。なんて過ごしやすい

のでしょうか。更にその上をいくのが、**OMX**。OMXは『全館空調（冷暖房）』はもちろんのこと、**床暖房・給湯・熱交換換気**の機能を持つ優れもの。しかも**省エネ率は55%**。

新築・建替えの折にはぜひご相談下さい。

※ OMXのことを知りたい方は、いつでもお声掛け下さい。



第2の人生まだまだ捨てたもんじゃないわ♥

50代からの2人で住むリフォーム

フタリフォライフナビ始めました



子どもも巣立ち、これからは夫婦2人での生活。住む人数も減り、部屋数も多すぎる。

さあ、どうしよう・・・

悩みますよね。そこで、これからどんな過ごし方をしたいかをお手伝いさせて頂くツールができました。それが

『フタリフォライフナビ』です。



しらかばハウジングホームページに『フタリフォライフナビ WEB診断』

とありますので、クリックして入って下さい。質問に答えていく形式ですので簡単です。後日メールで診断結果が届きます。

どんな結果がでるか、ちょっとワクワクしてきませんか。

その結果を見ながら、一緒に楽しくプランニングしていきましょう。

第2の人生、まだまだ捨てたもんじゃないですね。





「お守り」の身に着け方や置き場所は

寺社にお参りした際に受ける「お守り」。今回はお守りの身に着け方や置き場所についての話題です。

昔は紐を付けて首からさげるのが一般的でしたが、今は**関連する持ち物**に付ければ良いとされています。例えば学業のお守りは筆箱や鞆、タブレットなどに。交通安全は定期ケースや車の中、金運お守りは財布などがよいでしょう。

最近ではスマートフォンやパソコンに**貼るお守り**、またダウンロードして端末の

システムの中に置く「**お守りアプリ**」などもあるようです。

どのような形であっても、お守りには神様が宿っていて常に私たちを守ってくれます。保管するときは引き出しではなく、**目の届く、明るくて高い場所**に置くのがよいとされています。



ヘルス
&
ケア

「お顔」も体操で、若々しい笑顔を!

鏡を見て、急に自分の顔が老けたと感じることはありませんか? それは顔の血液やリンパの流れが滞っているせいかもしれません。

冷たい外気で顔の血行が悪くなったり、長時間のマスク着用で目から下が圧迫されることで、表情筋が固くなり、自然な表情が作れないことが原因のひとつに考えられます。

こんな時は、表情筋の体操をおすすめします。意識して顔を動かし、固まった筋肉に刺激を与え、生き生きした笑顔を取り戻しましょう。

●舌の体操

口を閉じ、舌でゆっくりと歯茎をなぞるように、時計まわりに10回、反対に10回まわします。

●「あ・い・う・え・お」体操

この言葉に合わせて、おでこや頬・口などを大きく動かす体操です。一つの言葉につき3~5秒ほど5文字分を行い、これを3セット繰り返します。



ちょっと一息

「百人一首」

むらさめ まき
村雨の露もまだひぬ榎の葉に



霧たちのぼる秋の夕暮れ

じゃくれんほうし
寂蓮法師

<現代語訳>

村雨が通り過ぎ、その雫もまだ乾かない真木の葉のあたりに、早くも霧がほの白く立ち上っている秋の夕暮れであるよ。

秋の雨がひとしきり降った後の、深山の夕暮れの情景を詠んだもの。雨の後の深山の静けさ、雨に濡れて一層色濃く見える真木の葉の緑、谷間から立ち上る夕霧、とまるで水墨画のような美しさが目に浮かぶ。作者の寂蓮法師は、和歌の才能が豊かで『新古今集』の撰者にも選ばれたが、完成前に没してしまい、選者として名を残すことはできなかった。

村雨：秋から冬にかけてのにわか雨 露：雨のしずく
まだひぬ：「ひぬ」は「干ぬ」で、まだ乾かない 榎：杉や桧など良材となる木の総称

～Cf.よくわかる百人一首～



《休憩室》

= 自然現象 雨・風・雪 =

- ① 霰
- ② 淡雪
- ③ 泡雪
- ④ 煙雨
- ⑤ 嵐
- ⑥ 風花
- ⑦ 霧雨
- ⑧ 金風
- ⑨ 颶風



～Cf.読めない漢字が読める本～

体験こぼれ話

庭木の剪定・伐採？



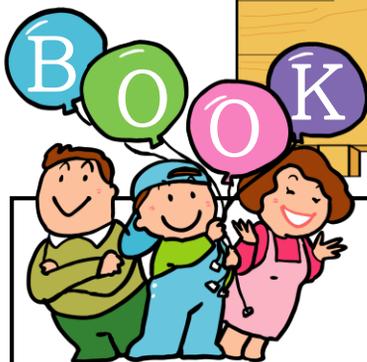
思い切りました。「庭の木が伸びて天を衝く」と、まではいきませんが結構大きくなって面倒を見てあげられなくなってきたのです。しかも脈絡なく植えられていて、美しくないという状態。で、思い切ったわけです。剪定のつもりが、伐採の言葉が合うような・・・それほどの思いきりでした。

すっきりしました。見慣れるまではちょっと寂しさも否めなかったのですが、見慣れれば、庭もスッキリ、心もスッキリでお正月もスッキリ迎えられるぞ、と。木といえども命の有るものだから、バッサ、バッサは少し心配でした。でも、切る前に簡単でしたが、きちんと清めてもらいましたので安心です。

あとは、年が明け、新緑の季節になる時に、地面に緑の威勢の良い、とても歓迎できない“雑草”というものが生えてくるのが、脅威です。

その時が来ましたら、その戦いのご報告でも致しましょう。腕が鳴る・・・？逃避したい・・・？どうなんでしょうね。

本の広場



もう一度読みたい 教科書の泣ける名作

学研出版編

本の紹介



もう一度読みたい
『教科書の泣ける名作』

「ごんぎつね」をはじめ16編のなつかしい物語が収まっています。大人になった今だから感じること、嬉しいこと、楽しいこと、悲しいこと・・・再発見できます。味わってください。

<類似本>

「もう一度読みたい 教科書の泣ける名作 再び」

「超あらすじと短編全文で読むもう一度読みたい教科書の名作」



<< 休憩室の答 >>

◎ 漢 字 ◎

- ① あられ⇒ 白く不透明な氷の塊。気象用語では5mm未満のものを言う。
- ② あわゆき⇒ 春先に振る消えやすい雪。
- ③ あわゆき⇒ 泡のようにすぐに溶けやすい雪。
- ④ えんう⇒ 煙るように降る雨。霧雨。
- ⑤ おろし⇒ 山から吹き下ろす風。山嵐（やまおろし）。
- ⑥ かざはな（かざばな）⇒ 風で飛んで晴天にちらつく雪。
- ⑦ きりさめ⇒ 霧のように細かい雨。
- ⑧ きんぷう⇒ 秋は五行説で金に当たるところから、秋風。



安全・安心・健康をお届けする

株式会社しらかばハウジング

Panasonic リフォーム Club

【建設業許可】知事（般-2）第45201号

【設計事務所】知事（い-30）第9256号

【宅地建物取引業免許】知事（6）第17880号

【E-mail】info@shirakaba-h.com

【ホームページ】<https://www.shirakab-h.com/>

〒448-0816 刈谷市半城土西町2丁目18番地13

TEL. 0566-21-8171

月曜定休

