シンちゃんたより

シンエイ工営株式会社
愛知県犬山市長者町５丁目２番地
TEL 0568-68-1760
FAX 0568-68-1239
代表取締役 余田 一夫
e-mail ： sk@shinei-fp.co.jp

2013年 2月号
Vol.81

シンエイ工営 検索

今年も節分の鬼たちは、あちこちのおうちで豆を投げられぶつけられて、さぞかし痛かったでしょうね。鬼たちには心を込めて「お疲れ様」と言ってあげたい気分です。さて、節分、バレンタインデーで賑わっていた街も春に向けていよいよ始動です。暦上、二月は春に当たります。しかし春とは名のみの寒さ厳しきこの時期、皆さまお元気でお過ごし下さい。

今月のテーマ ～ The theme of this month ～
ヨガ

冷え込む日でも、家の中で健康増進。ヨガは若い女性のエクササイズと思われていませんか? 難しいポーズや専用のウエアを思い浮かべる方も多いかもしれません。しかし、ヨガは競技スポーツと異なり、ストレッチ感覚で どこでも、どなたでもでき、様々な効果を得られる運動です。

【1】ヨガの効果

ヨガは、インドで4000年～5000年も前から、ポーズや呼吸、瞑想をすることで、健康的な心と体を作ろうとした健康法です。
ヨガには下記のような効果が期待できるといわれています。

★血行促進★
体を動かすことで血行が促進され、冷えの改善につながります。
★バランスの強化★
体の左右両方を使うポーズで体のバランスを整え、転倒などの防止に役立ちます。
★関節・骨を丈夫に★
ゆっくりとした動作で関節や骨に負荷をかけ、鍛えることができます。
★リラックス★
自律神経の働きが整えられることで心身のバランスを保ちます。

【2】ヨガでエクササイズ

◆気になるお腹の肉に ⇒『ウエストをしぼるポーズ』
①椅子の背もたれに手をおき、上体をねじります。
②左右両方とも行いましょう。
上体をねじるポーズは、ウエストの贅肉に効果があるとされます。

◆足腰の老化予防に ⇒『内ももを引きしめるポーズ』
①右足を上にし、足を組んで床やベットの上にすわります。
下腹部の中心に力を入れ、下半身全体を太ももが上になっている右方向へ倒していきます。
②内ももを意識しながら、左右同じように行います。
また、内ももの筋肉は、意識して使わないと衰えやすい部分です。
転倒予防や失禁予防のために鍛えておきましょう。

普段使わない筋肉は、どんどん硬くなり、動かしにくくなっていきます。例えば、腰痛。
腰痛の原因も色々ありますが、同じ姿勢でいることが多かったり、運動不足によって筋肉が硬くなっていると、痛みがひどくなることが知られています。
体が硬いから、運動は苦手だからと敬遠しなくても大丈夫です。
完全なポーズよりも、気持ちよく呼吸することを意識して、気軽にお試しください。
ここでご紹介したヨガのポーズは、ご自宅に限らず、職場でも仕事の合間にも出来ます。
毎日少しずつ、筋肉をほぐしていきましょう。

シンちゃんのお料理教室

オイスターソースが風味の決め手。ひな祭りのちらし寿司のちょっとしたおかずにしてみては？おつまみにもなります。

「豆腐とアボカドの春巻き」

【材料】(2人分)
木綿豆腐 1／2丁 、アボカド 1個 、玉ねぎ（粗みじん切り） 1／4個分 、オイスターソース 大さじ1
春巻きの皮 4枚 、小麦粉 適量 、サラダ油 、適量 、トマトケチャップ 適量

【作り方】
(1) 豆腐はペーパータオルなどに包んで水きりをして細長く棒状に4本切る。

(2) アボカドは種と皮を除いて棒状に切る。

(3) 玉ねぎにオイスターソースを混ぜる。

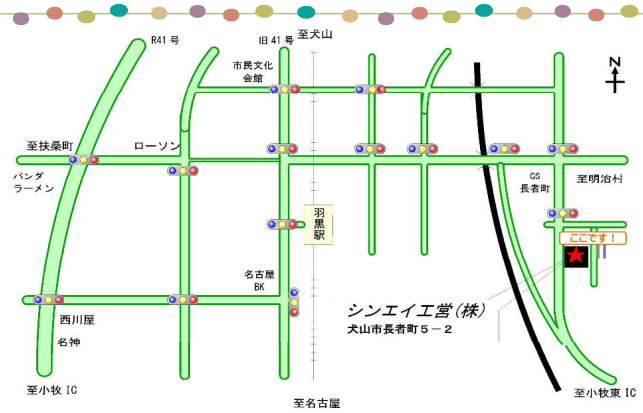
(4) 春巻きの皮を広げて(1)、(2)、(3)をのせて巻き、同量の水で溶いた小麦粉を皮の端に塗ってしっかりととじる。

(5) フライパンにサラダ油を多めに入れ、(4)を並べ入れて揚げ焼きにする。食べやすく切ってトマトケチャップを添える。

イベント情報

見て！触れて！工場見学会→今回の開催日時は 3月10日（日）

今回は、工場見学会の後、OB施主様宅訪問を行います。



※朝9時30分までにシンエイ工営（事務所）に集合してください。

会場はFP岐阜工場（関ヶ原）です。
〒503-1602　岐阜県大垣市石津町牧田1888番地
TEL　0584-48-0071

工場見学会で
・FPの家はなぜ快適なのか？
・なぜ高気密が必要なのか？
・なぜ結露しないのか？
⇒ あなたの家造りに対するなぜ？が解決します！

36坪 ゼロエネ住宅のシンエイモデルが1800万円で建つ！

環境に優しく、家計に嬉しい、高断熱・高気密の超高性能住宅であるＦＰの家に、太陽光パネル設置して一層お得になりました。
３６坪の家が１８００万円で建つシンエイモデルを販売！
お気軽にシンエイ工営までお問い合わせ下さい。

梅まつり

3月はひな祭りイベントはもちろん、各所で春祭りや火祭りなどお祭りがいっぱい！今回は各地で行われる梅まつりをご紹介します。
まだまだ寒くても、気持ちはもう春。
一足早く、春を感じにお出かけしてみてはいかがでしょうか♪

＊大縣神社梅園＊

梅まつり
大縣神社梅園では、２月下旬より紅白３００本のしだれ梅が咲き多彩な行事を行います。

【場所】　愛知県犬山市字宮山3番地
【開催期間】　平成25年2月17日（日）～3月20日（水）
【備考】　2月17日午前10時から開園式
【問合せ】　TEL　0568-67-1017

＊名城公園フラワープラザ＊

梅まつり
館内梅林、盆梅の展示、抹茶席、盆栽梅や梅にちなんだ食物の販売をしております。

【場所】　愛知県名古屋市北区名城1丁目2-25
【開催期間】　平成25年2月3日（木）～2月6日（日）
【時間】　午前9時～午後4時30分
【備考】　入館無料・月曜日、第三水曜日休館
【問合せ】　TEL　052-913-9379

＊名古屋市農業センター＊

しだれ梅まつり
国内有数規模のしだれ梅園にて、開花時には12品種約700本のしだれ梅が咲き競い、あたりはみやびな香りに包まれます。

【場所】　愛知県名古屋市天白区天白町平針黒石2872番地の3
【開催期間】　平成25年2月23日（土）～3月17日（日）
【時間】　午前9時～午後4時30分
【備考】　入園無料・月曜休園
【問合せ】　TEL　052-801-5221

にお住まいのOB施主さまの声

「私の家では…あり得ない話！」

このところ、気になっていた事、「えっ?」と思う事が多々あったのでメモっていました。

1. 先日、テレビを見ていると、司会者が『おはようございます。今日は冷えましたね。カーテンを開けると窓は結露で…、なんとかならないでしょうか?』と発言。私は一瞬『えっ?‥』と耳を疑った。　私には久しぶりに聞く言葉！　結露？　これもあり得ない話です。

2. こまめに掃除する方の会話から…　「遊びにきていた孫たちの前で、掃除機をかけていると『おばあちゃん、ほこりが舞っているよ』と言われた…」と話す。　これも「えっ?‥」と驚く事ばかり。
きちんと換気されている…私の家では、こんな言葉はあり得ない。

3. 先日、新聞の本の紹介で…
さらに「いい家を求めて」…主婦が求めるいい家とは!
と、大きなタイトルになっていた。　これからは感性が決めて…　とも記されていた。
この「感性」とは、人さまざまな考えがあるので一概には言えない。

私の家は24時間換気され、きれいな空気で快適、エコ!な生活!　そう「FPの家」です。
当然、結露、ダニ、カビとは無縁、そう、ハウスダストなんてあり得ない話…です!

家によってさまざまな燃焼型石油ストーブ、ファンヒーターという暖房機器を使い続ける限り、燃焼した水蒸気は…窓ガラスに張り付いて、結露となり…そのままにしておくとカビが発生、そしてダニになって繁殖!

家族が健康で快適に暮らせる住宅とは、間取り、材料も重要な事だと思いますが、空気環境の重要性も大事だと思います。…ずっと住み続ける家だからこそ…。

家を建てる時の決め手は?　ハウスメーカーだから!名前が知れて安いから!　近くの大工さんだから!やはり性能です　‥等々と、色々な決め方がありますが、
家を建てる時は流されず、こだわって欲しいと思います。建てた後、後悔しないためにも、私は新築の家をみて、『…きれいで、新しい家』だけで満足しているのかな?と、住み心地を聞いてみたくなります。

一生で一度の高い買い物するわけだから、同じ値段を払って性能を取るか、見栄をとるか。価格を取るか…と難しいですよね。

---------- H子さん ----------

近況報告②

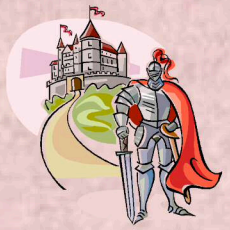
太陽光発電システム

＜一宮市内の大規模発電建設中！＞

着々と建設の進む一宮市の太陽光発電システム建設現場、現在、きれいに整地された所に基礎の架台が等間隔に立ち上がり、太陽光パネルが設置するのも時間の問題の所まで来ています。
周囲にはネットフェンスが張られ、中の様子が誰にの見ることが出来る状態で、決して閉塞的ではありません。そして、背の高いフェンスがしっかりガードしているので安心です。
隣接の竹林も地主さんの許可を頂いて一面がすっかり平坦になり、太陽を遮るものがありません。しっかり太陽が仕事をしてくれそうです。
今月末までには太陽光パネルが設置できそうですので、３月にはお近くにこられる機会がありましたら是非お立ち寄り下さい。
また、太陽光発電についてのご質問、ご相談などありましたらお気軽にお問い合わせ下さい。

短歌の世界

嘉代子



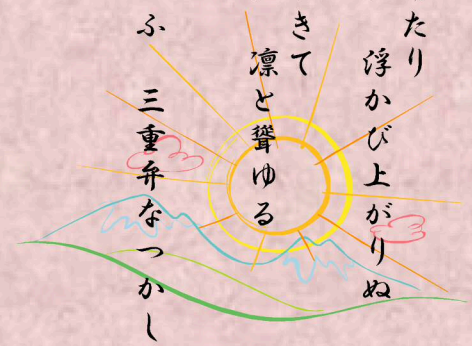
東海北陸自動車道を高山の方向に向かって進んでいくと、ひるがの高原サービスエリアに到着する。そこでモーニングを取りひと休み。

大日岳標高一〇七九mの標式の所から大日岳を見ると、冬枯れの山は太陽が雲にかくれて山全体が暗く見える。丁度ホテルらしき所に光が差し込み、そこだけが明るく、まるで、おとぎの国のお城のように見えた。その様子を歌にしてみたのである。

（一）大日岳　ホテルのみに　陽のあたり
おとぎのように　浮かび上がりぬ

（二）雪かぶる　伊吹朝日に　かがやきて
凍てつく寒さに　凛と聳ゆる

（三）雪いだく　鈴鹿連峰　眺めつつ
ふるさとに向かふ　三重弁なつかし



「私どもは家を売るのが」仕事でなく
「家を造るのが」仕事です

「見学会に参加すると、その日から
夜討ち朝駆けの営業が始まるからイヤだ」
という声をよく耳にします。
どうかご安心ください。
押し掛け訪問営業は一切しません。
なぜなら、家は売り込むのもではなく、
お客さまが自由に選択するものだからです。

シンエイ工営株式会社
代表取締役社長　余田一夫

シンエイ工営は こう考えます！

第２話　「わたしの仕事」

「押し掛け訪問営業は一切しません。」この言葉の裏には、「お客さんに嫌われたくありません」「うちは腕で勝負をしてるから」とか、「余分な営業マンがいないんで・・」「営業経費を価格に上乗せしませんよ」と様々な内容を意味しているように思える。

実際、社長をはじめ社員はすべて技術屋さんばかりだ。だから、「営業下手」かも知れない。

しかし、折角良い仕事をしても、それを営業材料にしないと勿体ないのでないだろうか。他社では、実績を楯に口八丁手八丁で多少オーバーに、更に、「あれを付けます。これを付けます」と盛りだくさんの営業することは常套手段である。

だが、ここが、違うのである。余田社長は歯に衣を着せない実直な方、お客さんの顔色を見ながらの営業は基本的にしないのである。ここに、技術力が裏付けとなる自信と、お客さんに対する真摯な姿勢が見て取ることができるのは社長を知る人達である。社長を知らない人には、「少し無愛想だなぁ」と思うかも知れない。

また、余田社長は、こうも考えている。
「お客さんに喜んでもらえる良い仕事をすれば、きっと、お客さんが他のお客さんを紹介してくれる、営業をしてくれるよ。」と。

（文責・Ｙ．Ｋ）