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
e-mail ： sk@shinei-fp.co.jp
代表取締役 余田 一夫

3月号 2013年
Vol.82

シンエイ工営 検索

季節はもう春！しかし夜はまだ肌寒く、かと思いきや日中は初夏のような暑さ！どんな服を着ればいいのか毎朝天気予報を見ながらもついつい迷ってしまいます。そしてさらに厄介な「花粉」に「黄砂」に「PM2.5」！！この間は遠くが霞んで見えなくなるほど黄砂が飛び回っていました。皆さんもマスクやうがい手洗いなど、対策をしっかりして体に気を付けて春をお楽しみ下さい。

今月のテーマ ～ The theme of this month ～

バランスの良い食事

「バランスの良い献立」っていうフレーズよく聞きますね。
でも、具体的にどんな食材を選べばバランスが良いのか、何が足りていないのか分かりにくいこともあります。「まごはやさしい」食材を選べば、自然と栄養バランスの取れた献立になりますよ。

【1】「まごはやさしい」ってなあに？

「まごはやさしい」これは医学博士の吉村裕之先生が、提唱されているバランスの良い食事の覚え方です。

「ま」豆類（豆腐、納豆、みそなど）
「ご」ごま
「は」わかめ（わかめ、昆布、ひじきなどの海藻類）
「や」野菜
「さ」魚
「し」しいたけ（きのこ類）
「い」いも類（じゃがいも、さつまいも、里芋、山芋など）

「まごはやさしい」は、日本の風土、日本人古来の体に適した食物を選んで、食事をするという考え方からできたようです。たしかに、豆腐やみそ、海藻など、日本特有の食物が多く含まれていますね。

大リーグで活躍中の松井秀喜選手も、この言葉を食事の時々に思い出し、健康管理に役立てているそうです。

【2】例えば、こんな献立はいかがですか？

・さわらのごま味噌煮（さわら、すりごま、みそ）
→「さ」「ご」「ま」
・若竹煮（たけのこ、わかめ）
→「や」「は」
・菜の花のおひたし（菜の花）
→「や」
・けんちん汁（大根、人参、絹さや、しいたけ、里芋、油揚げ）
→「や」「し」「い」「ま」

ポイント！
和食の献立は、まごはやさしいを実践する近道！
日本の伝統的な、一汁三菜（ご飯に、汁物、主菜一品、副菜二品）をベースに献立を考えると、バランスの取れた食事になります。
お魚は、太刀魚やさばなどでも美味しくできますよ。

シンちゃんのお料理教室

ササミで巻く前にマヨネーズで下味を付けるのがポイント♪
お子さんがいる場合は下味にカレー粉を加えたり、チーズを一緒に巻いても美味しいと思います。

「菜の花巻き巻き ササミカツ」

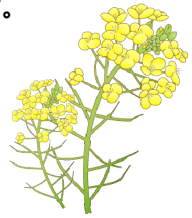
【材料】（2人分）
鶏ささみ 5～6切れ 、菜の花 1/2束～1束 、人参 1/4個分 、マヨネーズ 大さじ2
※カレー粉 お好みで 、※スライスチーズ お好みで 、小麦粉 適量 、卵 適量 、パン粉 適量 、揚げ油 適量

【作り方】
(1) まず、ササミで菜の花を巻けるように開きます。厚さを半分にするように包丁を入れて開き、軽く包丁で叩いて薄く伸ばします。
(2) 菜の花を下茹でし、食べやすいように縦に2～3等分します。人参は菜の花の長さに合わせ5mm角の細切りにし下茹でします。

(3) 2の水気を絞り、ボウルに入れてマヨネーズで下味をつけます。お好みでカレー粉を加えてもおいしいです。

(4) 1のササミに3の菜の花と人参を置き、クルクル巻きます。スライスチーズも一緒に巻くと、お子さんも食べやすくなると思います。
(5) 4に小麦粉、溶き卵、パン粉の順に付け、揚げ油で揚げます。斜めに3等分して完成!!

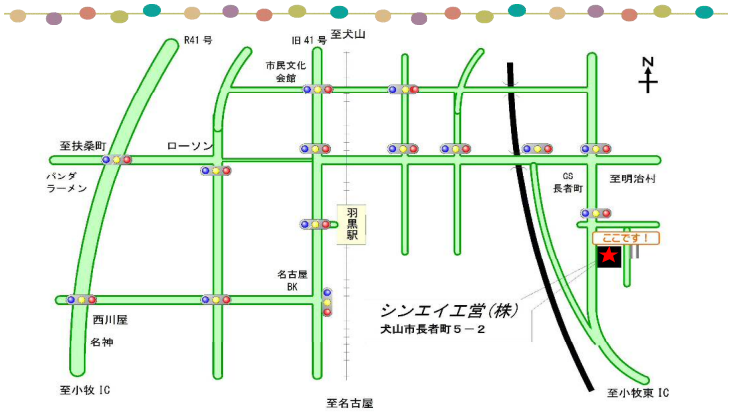
(6) 大人はワサビ醤油、辛子醤油を付けても美味しく召し上がれます。



イベント情報

見て！触れて！工場見学会→今回の開催日時は 4月14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。

尾張のさくらまつり

今年の桜は、『早く』咲く所が多くなるようです。もうすでにこちらの方でも開花が見られるところもあるでしょう。見頃は3月の29日頃だそうです。満開の桜ももちろん美しいですが、散りゆく姿もまた一段と美しい物です。ぜひ日本の春の風物詩を間近で愛でてみては？

【犬山祭り】

国宝犬山城の近くを流れる木曽川歩道には約400本のソメイヨシノが咲き誇ります。尾張でも有数の桜の名所です。犬山祭とともに花見を楽しむことができます。

【会場】　犬山城下町一帯
【開催期間】　平成25年4月6日（土）～4月7日（日）
【時間】　9:00～21:30（予定）
【問合せ】　TEL　0568-61-6000（犬山観光案内所）

【一宮桜まつり】

一宮といえば、７月に開催される七夕まつりが有名ですが、春の桜まつりも見所がいっぱいです。
サブタイトルで『水と緑と花の春まつり』と付いているほど川沿いの桜が、とても綺麗です。

【主な会場】　大江川緑道、青木川、稲荷公園、浅井山公園、真清田神社、木曽川堤、尾西緑道
【開催期間】　平成25年3月25日（月）～4月10日（水）
※桜の開花時期により変動する場合があります
【備考】　駐車場なし／露店あり
【問合せ】　TEL：0586-28-9131（一宮市観光協会）

【岩倉桜まつり】

五条川の桜も見事です。約1,400本ものソメイヨシノが植えられています。五条川流域で行われるのが岩倉桜まつりです。

【場所】　明治橋から大市場橋までの五条川河畔
【開催期間】　平成25年4月1日（月）～4月10日（水）
【備考】　ライトアップ18:00～21:00
（昭和橋から彦太橋まで）
【問合せ】　TEL：0587-66-1111（岩倉市　商工農政課）

にお住まいのOB施主さまの声

「こんなことが…皆さんは？」

2月の末、始めて知人宅を訪問したところ、…街中で築100年ほどと聞いていましたが、玄関を開けると、土間…(懐かしい、子供の頃を思い出します)「あがって下さい」…と戸を開けてくださった部屋は…リフォームされていましたが、暖房をバンバンに利かせた洋間！エアコンの音も大きく、あったか過ぎる温度設定！‥「えっ‥？」と思わず息をのんだ。
いや入れない…と思い、遠慮して帰ってきました！

以前住んでいた私たちもこんなふうな生活だったのか？今の生活と比べてしまった！
『快適な生活が出来る』のに！　…と、快適さを伝えたかったが言えなかった私。
家を訪問する事がたびたびあるが…始めて伺う家では、「えっ？‥まだ？‥」と思える事があり、人生一度きり、長く生きていくんだから、住む家にはこだわっていいのでは？と思う！

もうすぐ春、衣装替えもボチボチしなくては…この時期思うことです！「FPの家」に住んで 5.6年になるが冬になると、以前は冬の生活で、カーディガンや、ホームウェアー的な服を羽織っていたが…今は全く必要なく、温度設定がされた家で、快適でどの部屋に行っても…「寒い…」と感じる事はない。帰宅後はコートを脱ぐだけでOK！

「これは、前に着ていたのに」…と思い懐かしいが、必要なくケースにねむったままでいる。思いっきり、以前着ていた服を捨てることで、クローゼットに入る事なく収納も少なくてすむ！　…と思います。皆さんはどうかしら？

友達との会話から…物持ちが良いから…と言われ、数年前の衣服を引っ張り出して着る事はあるが、もう私は室内着用の服は、着る事はないので、家族の分全部、処分できまーす。

先日、玄関先での事です。定期的に見える販売のSさんは用件がすむと、「ずっと思っていましたが、この家、暖かいですね‥」と一言！　こうして言葉に出して違いを感じてくださるのは嬉しく思います。セールスの方は、何軒も来訪し、家々の様子を知って見えるだけに、この言葉は、体感・実感出来たからだと思う。そして、私自身が「FPの家」に住み、満足しているのか、いろいろと話し、PRしてしまいました。

工場見学会等に行かなくても、身近な家で実際に体感して頂いたSさんは「納　得」された事と思います。　文字やことばで説明するより、体感して…納得できるのが一番ですよね！

---------- H子さん ----------

近況報告③

太陽光発電システム

＜一宮市内の大規模発電建設中！＞

ついに一宮市の太陽光発電システム建設現場に、太陽光パネルが取り付けられました。整然と設置されたパネルの多さは圧倒されます。発電は間近、高電力が期待されます。これだけの大規模発電は注目されます。
散歩していたご夫婦が、「凄いですね。10年もすれば元は取れるでしょう。キロ42円だから土地があればやると良いですよね・・・」と語りかけてきました。まさにその通りです。子供さんやお孫さんへのための投資としても有効的です。この機会に、ぜひ、皆さんもご検討下さい。

ミニライブコンサート開催のご案内

開催日時：　４月２０日(土)　１８：００～
開催場所：　余田ハウス

※各自一品、食物をお持ち下さいね（必須）

短歌の世界

嘉代子

今年は、ずいぶん寒かったが、ようやく梅の花も咲き始めた。
冷たい風は吹いていても、家の中から外を見ると、
陽の光はやわらかく春の訪れを感じる。
三月五日頃から急に暖かくなったが、春を待ち望む気持ちは
皆さん方と変わりない。
私の家の庭には、梅とこぶしの木がある。
やわらかな春の兆しをうけて、陽の光は、梅の木やこぶし、
六畳間にも降り注ぐ。
左記のうたから私の心の動きを感じ取っていただければ
幸いです。

（一）やはらかき　陽の光射す　六畳間
障子に梅の　影も写りぬ

（二）裸木の　こぶし冬芽に　陽のさしぬ
銀色光り　春を待ちをり

（三）やはらかな　春の兆しの　陽の光
硬きこぶしの　花芽にそそぐ

私どもの責任

家一棟建てるのに数多い種類の材料を使用します。
私どもはコンクリート・木材・仕上げ材に至るまで、
生産者・生産地のわからないものは使用しません。
また、完成した時は一棟一棟、
●熱損失計算　●気密測定
●換気量測定　●室内環境測定
を行い、基準値以下の安全で安心な家を造るのが
私どもの責任であり使命であると考えています。

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３話　「わたしどもの責任」

急激な経済成長は、生活を豊かにする反面、将来、様々なところでその”つけ”が回ってきます。中央自動車道笹子トンネル天上崩落事故は記憶に新しい悲しい事故でした。大量生産、コストの縮減、工期の短縮は利益を追求する企業にとっては大切なことでしょう。しかし、品質を第一に考えない結果、将来にその代償を払うのは他でもなく一般市民の私たちなのです。住宅でも同じです。建築資材がどこでつくられ、どのように品質管理され、適切な方法で施工されているのか、消費者は知る機会はあまりないでしょう。また、出来上がった建物の住環境が住人にとって適正であるかどうかは、専門的な方法で観測、計測をしなければ分かりません。発注者は、設計者、施工業者を信頼して全てを委ねざる終えません。確かに将来、経年変化による老朽化はどのような施設にも起こりうることですが、もし問題が起きた時にサポートしてくれるのでしょうか。保険会社と同じように細かな検証を行なった結果、原因を特定し関連性を明らかにしてはじめて保証が決まる・・・なんてことに。一筋縄に行かないのが保証問題です。
世の中に「完璧な物」は有りません。が、せめて、正確な情報、隠し事のない設計、施工を発注者は業者に期待しています。そんな、気兼ね無く何でも話し合える業者との信頼関係は、高価で、快適に末永く住み続ける家だからこそ大切に思うのは、決して私でけではないでしょう。

（文責・Ｙ．Ｋ）