# シンちゃんたより

4 2013年 月号
Vol. 83

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

シンエイ工営 検索

今年の桜は開花が早かったので、散るのも早く、なんだか少しもの悲しいですね。しかしそんな桜も葉桜へと…
若葉が芽吹き、どんどん新緑の季節へ変わりつつあります。ここ１週間ほど、少し肌寒い日が続きましたが、木々は早々と夏に向けて衣替え中でしょうか。今後、街中が美しい緑であふれるのが楽しみです。

今月のテーマ ～ The theme of this month ～

## 首年齢

首には年齢が表れます。最も簡単に予防できるのは、**「姿勢を気を付けること！」**。5キロ～6キロの頭部を休む間もなく支えている「首」。姿勢が悪ければ、余計な負担をかけていることになります。そして頭部の血流量やリンパの流れが悪くなる為、様々な弊害をもたらします。健康のためにも姿勢を見直しましょう！

### 【1】あなたの首は老け首？ 美人首？ 首歪みチェック

■首を廻す時均等に廻す事ができない
首の筋肉が歪んでいたら、首を廻す時に違和感があります。廻しにくいポイントなどあったら、そこは筋肉が固まっている証拠です。

■左と右の首ラインが異なる
日常動作のクセから、首の筋肉がねじれていたり、歪んでいたりして、左右のラインが異なるものになる事もあります。

■横から見たときに耳と肩が一直線にならない
首の骨、「頚椎」が硬いと、首を前後左右に動かす事が困難です。真後ろに首を引くことができますか？

■真上を向くのがキツイ
背中から首にかけての筋肉が固まっていると、首の後を縮める事が困難です。また、下を向く事が多い方は、首の筋肉が何時も緊張している状態にありますので、筋肉が固まり、縮みにくいといえます。

上記のうち、一つでも当てはまったら、自覚症状がなくてもアナタの首は疲れている可能性アリです。

### 【2】首美人への道！ 簡単マッサージ＆ストレッチ

首の前面を上から下に優しくマッサージします。10回程度行います。首の後ろの部分をほぐします。固まった筋肉をほぐし、リンパの流を良くする効果があります。
首と肩の付け根を気持ち良い程度に10回プッシュ。
①写真A、頭蓋骨と首の付け根のくぼんだ部分をゆっくり10回プッシュ
②写真B、Aの両脇を10回プッシュ。
③写真C、耳の後ろの骨の部分を10回プッシュ。

首のシワの数が、年齢÷10よりも少ない（小数点以下切捨て）人は「首美人」です！！

肩は水平に保ち、首を真横に向けます。そのまま10秒キープ。左右行います。
真上を向いて10秒キープ。この時、口はシッカリ閉じましょう。
首の付け根を手で支え、大きく首を回しましょう。アゴで大きく弧を描くようにしましょう。筋肉のコリをほぐしリンパの流を良くします。
前面だけに偏るのではなく、横・後なども意識して行いましょう。

## シンちゃんのお料理教室

ふきの香りと筍のシャキシャキ感…淡い緑色が春を感じさせるパスタです。

## 「ふきと筍の春のペペロンチーノ」

【材料】(2人分)
ふき 3本 、 筍(ゆでて下処理したもの) 1個 、 スパゲッティ 適量 、 オリーブオイル 大さじ2
にんにくすりおろし 小さじ1 、 赤唐辛子(または一味) 1～2本 、 塩 少々 、 こしょう 少々

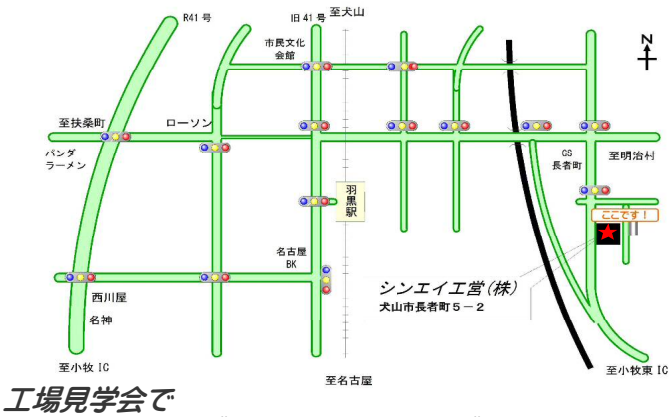
【作り方】
(1) ふきは、葉とかたい根もとを切り、なべに入る大きさに切って塩をふりかけ、まな板の上で転がして全体にまぶします。
(2) なべにたっぷりと水を入れて沸騰させ、塩のついたままふきを入れて2～3分ゆでます。
(3) 2を冷水にとってさまし、皮とすじをむいて、半分は小口切りに、半分は3～5cmくらいに切ります。
(4) 筍は3～5cmくらいの細切りにしておきます。赤唐辛子は、みじん切りにしておきます。
(5) スパゲッティを、塩を一つまみ入れてゆでます。
(6) フライパンにオリーブオイル・にんにく・赤唐辛子・小口切りにしたふきを入れて炒めます。
(7) 香りがたってきたら、残りのふきとたけのこを入れ、さっと炒めて塩・こしょうをふります。
(8) フライパンの火をとめ、ゆであがったスパゲッティとゆで汁少々を入れて軽く混ぜあわせれば、できあがりです。

生ふきの代わりにふきの水煮を使うと、とっても簡単！ふきの葉で作っても美味しいです。
唐辛子の量は、お好みで調整してください。

# イベント情報

## 見て！触れて！工場見学会→ 今回の開催日時は 5月12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

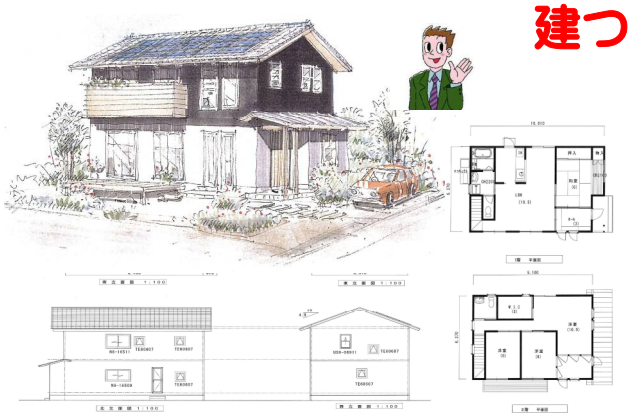
*工場見学会で*
*・FPの家はなぜ快適なのか？　・なぜ高気密が必要なのか？*
*・なぜ結露しないのか？*
***⇒ あなたの家造りに対するなぜ？が解決します！***

### お得な補助金制度情報【木材利用ポイント！】

★★★木材利用ポイントをもらって家を建てよう！★★★

平成２５年度は、木材ポイントとブランド化の併用により最大１６０万円の補助金がもらえます。（ブランド100万円＋新築30万円＋内装・外装30万円）補助金に限りがあるため早い者勝です。こうしたお得情報をシンエイ工営はお客様に提供しています。詳しくはお問い合わせ下さい。

### 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。

## 無料で楽しむ GWのお出かけスポット

皆さん、ゴールデンウィークの予定はもう決まっていますか？
「連休で混むから…」と出不精にならずに、ぜひご家族でお出かけ下さい！
今回は無料で満喫できるお出かけファミリースポットをご紹介します。

### 【あいち健康の森公園】

全長120mのローラー滑り台があります！
他にももちろん、ロッククライミングなどをはじめ、
約20種類の遊具があります。

【場所】　あいち健康の森公園　愛知県大府市森岡町源吾1
【開園時間】　9:00～17:00
【備考】　全9ホールあるベビーゴルフ場（大人300円 中学生以下120円）
園内に温泉施設あり（あいち健康プラザ 有料）
【問合せ】　TEL:0562-47-9222

### 【とだがわこどもランド】

こどもランドというだけあって、まさに子供に最適な公園。
また、連日工作や料理などのイベントも行っていたり、
障害児向けのイベントも開催しています。

【場所】　とだがわこどもランド　愛知県名古屋市港区春田野1丁目3616
【開園時間】　9:00～18:00
【備考】　サイクルモノレール（100円）や足踏み式ゴーカート（50円）など
【問合せ】　TEL:052-304-1500

### 【岐阜ファミリーパーク】

4つのゾーンがある、総合公園です。
無料の大きなアスレチックをはじめ、ゴーカートやボブスレー、パターゴルフなどがあります。（小学生以下100円・中学生以上200円）

【場所】　岐阜ファミリーパーク　岐阜市山県北野997
【開園時間】　9:30～16:30
【備考】　毎月第三日曜は中学生以下は有料遊具が無料！
【問合せ】　TEL:058-229-6052

# F&P FPの家 にお住まいのOB施主さまの声

## 「チョット　嬉しい話！」

先日、数人の方が話していた会話が気になった。
「今日は朝、寒かったよね！ストーブをつけようかな？と思ったほどだったわ」「そう、うちもだわ！」…こんな会話をしている。

我が家は『FPの家』…　ずっと前からエアコンもつけてないし、「えっ？寒かった？」…なんて、会話に入っていけない時も多々ある。　私は同意できない！
こんな時、無理して会話に加わることはない…　返って、「脱衣場、寒い！」「暑くて…寝苦しい？（夏の会話）」などと、主婦が集まるとこんな会話になるが、こんな方々に教えてあげたい！……　「エコな暮らし、快適な生活」があることを！　中には、新築で建て替えた方がいるが、逆に「何を基準で建て替えたの？」…と聞いてみたいと思ったこともある。

私の家は、【シンエイ工営】さんにお願いして、『FPの家』を建てていただいたので、　快適＝とっても幸せ…です。　『FPの家』…FP工法に興味ある方、どうぞ検索を！

私が仕事をしていた時（以前住んでいた家は）日頃、埃がすごく目立つのに、なかなか掃除（拭き掃除）が出来ず、日曜日が掃除日！
今思うと、このような家だったので、来客…とは縁遠かったのだと思う。　今は、仕事を辞めたことから、知人や友達等の来客がよくあります。やはり、主婦の方の目線は違いますね。だから、掃除下手だった私ですが、私なりに頑張ってやります…が、『FPの家』なので、以前に住んでいた家ほど、埃はたたず、畳、部屋の壁のサンなど掃除のコツ、要領がわかって、返ってインテリアを変えたりする余裕すらでてきました。

「あっ、また絵が変わったね」この間は、「花きれいだったわ、この観葉植物、もう咲きそうね」　などなど…、またキッチンにも入って、お茶の手伝いをして下さる方もいて、色々気付かれた事を話されるので、さり気なく掃除したり、片付け上手にもなるよう、心がけています。

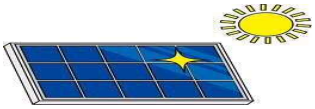
この家で、寒さや暖かさを体感した事を皆で話したり、「こんな家があることを知ってたら、シンエイ工営さんにお願いしたのに！」…とも話していました。『FPの家』に住む者とっては嬉しい一言でした。
今は、お客さんが来るのも『苦』にならない。それは、安心してお客さんを呼べる…【家】だからです。

「『FPの家』の良さは住んでみないと分からない」…と言われますが、来客された方に体感してもらい、これだけ色々気付いて下さると嬉しいです。『FPの家』に出会ってからは、家に対する考え方がガラッと変わりました。

そのうちに、「電気代は？」等と、色々聞かれるのかしら？　今は、当たり前になって生活をしていますが、健康の事、太陽光発電やエコ、防音について、『住宅は見かけだけでなく、中身の問題』など、色々私なりに整理して、話ができるといいな！と思います。

---------- H子さん ----------

近況報告④



# 太陽光発電システム

## ＜一宮市内の大規模発電建設中！＞

一宮市に建設中の大規模太陽光発電システムがいよいよ発電する段階まで来ました。広大な敷地に青々とした太陽光パネルが一面に取り付けられ、春の日差しをいっぱいにに受けています。この前を通る住民の視線は興味津々、いつ稼働するのか注目の的になっています。発電は中部電力さんの都合により遅れてしまいましたが、今月中旬には結線される予定ですので月末には稼働状況が確認できるでしょう。次号でその報告が出来ると思いますのでお楽しみ下さい。

これだけの大規模発電はこの地域だけでなく市内外の地主さんや事業所ばかりでなく行政にも注目されます。
自然エネルギーを有効活用することは時代の流れです。
ぜひ、皆さんのお役に立てれば嬉しいです。
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

成田山からは三つの城が見えます。
犬山城・岐阜城・小牧城です。
昔は、名古屋城も見え、四つの城が見える所は、どこにもないと言われていたそうです。
この成田山で読経の声を聞くのが私は大好きです。
私は、この堂でほうろく灸を受けたことは、二度あります。
頭の上に三〇cm程のほうろくをのせ灸をすえるのです。
頭のてっぺんは熱くなりますが、終わった後はすっきりしますよ。

（一）新芽萌え　木曽川流る　成田山
城三つ見え　眺め良きなり

（二）成田山　五人の僧の読経　陽のさしぬ
銀色光り　春を待ちをり

（三）さわやかな　風通りぬける　ほうろく灸
もぐさの匂い　頭冴えゆく

## シンエイ工営はこう考えます！

### 第４話　「住宅営業マンの熱意だけで選んではだめです」

来年４月から消費税が５%から８%に上がります。更に翌年10月には10%に。今、住宅業界が駆け込み需要で活気づき始めています。少しでも安く家を建てたい、そんな消費者の心理の現れでしょう。1997年に3%から5%に上がった時も駆け込み需要がありました。しかし今回の5%から10%は大きいです。3千万円の住宅で150万円、軽自動車が１台購入できます。そんな動向に各ハウスメーカーは今がチャンスとばかりにテレビに新聞、様々な媒体を通じて大量の広告を出し、洗練された？営業マンを市場に送り出しています。インターネット上の広告も巧みです。消費者をいかに気を引くか、様々な手法で営業をかけています。まさに、資本力と営業力をフル活用した総力戦が始まっています。

私たち消費者は、この状況をどう見れば良いでしょうか。確かに消費税が上がる前に出来れば家を建てたいと思うでしょう。そうした場合の、ハウスメーカーをどのようにして選ぶのかが問題となります。最近の消費者は随分勉強しています。自ら住宅の情報を集め、比較検討をし、お値打ちで希望にかなった家造りを目指しています。でも、プロには勝てません。専門的なところはお任せになり、後で「しまった」ということになりかねません。大切なのは、建てた家に住んでいる方の生の声を聴き、できれば自分が生活体験して初めて家の長所と短所が分かるのです。そんな事を提案してくれるハウスメーカーの営業マンはどれだけいることでしょう。**ネームバリュー、ステイタスだけでハウスメーカーを選ぶ時代はもう終わっているのです。**

（文責・Ｙ．Ｋ）

## 住宅営業マンの熱意だけで選んではだめです

人柄などに同情しての契約は間違いです
人柄では、決して良い家はできない
ハウスメーカーの営業マンは必ず転勤がある
ハウスメーカーの営業マンは販売のプロです
契約につなげることにかけては、
百戦錬磨のも猛者です

「いい家を建てるため」なのか
「契約を取るため」なのか
言動を見ていれば意外と簡単にわかるものです。

シンエイ工営株式会社
代表取締役社長　余田一夫