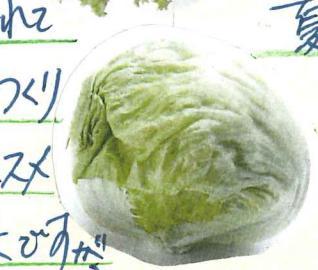


レタス ご快眠

長がた梅雨が明け、一気に猛暑日。といふ
愈帶夜が続く季節になりました。

夏の夜、エアコンをつけ快適なはずなのに寝つきが悪かったり、頭の方だけ暑く眠れなかったり、熟睡できまいなど、睡眠障害が出やすい時があります。日中の暑さにストレスや体内にこもった熱をうまく出せず(汗をかかない)、自律神経が乱れてしまふことによく、眠るといつリラックス状態をつくりにくくしまいます。そこで夏の夕食にオススメはレタス!! レタスは1年中出回る野菜ですが、寝苦しい夜の睡眠を良質にするのが夏の夕食に最適なのです♪ まずレタスには、体にこもった熱を冷まし、体内に余分に下めこんで湿気(汗と一緒に出せない水分)を排泄してくれます。



愛犬の終活

「終活」というものが人の世界ではすみん浸透(しまづ)りましたね。命あるもの必ず迎える終わりの時...愛犬も同じです。けれども、人に飼(い)われている犬が「介護(かいご)」にならなくて...お墓(いは)にうつしまなくて...」と終活(じゆく)に伝えることはできません。結局、愛犬の終活は「飼(い)い主(ぬし)」がします。この10年で、老犬保護(ろうけんほご)すこは11頭。すべて5頭を介護(かいご)、看取(かんとり)きました。一般飼(い)主(ぬし)としては稀(まれ)な経験値(けいけんじ)だと見えます。自分の経験をふまえ、初めて愛犬を介護(かいご)に看取(かんとり)するという飼(い)い主(ぬし)さんが、その時に「悩み苦しみながら『軽減(けいげん)』かねば」と、先日「愛犬と私の明るい終活ワークショップ」という講座を開催(かいさい)されました。ご参加の皆さんから、「愛犬の介護(かいご)がこわくなくなつた」「老(お)いいく愛犬がより愛(いと)い思(おも)ひた」と明るい感想(かんそう)が。今後も経験(けいけん)生かし、お役(わざ)に立(たて)ければ幸(縁)いです。

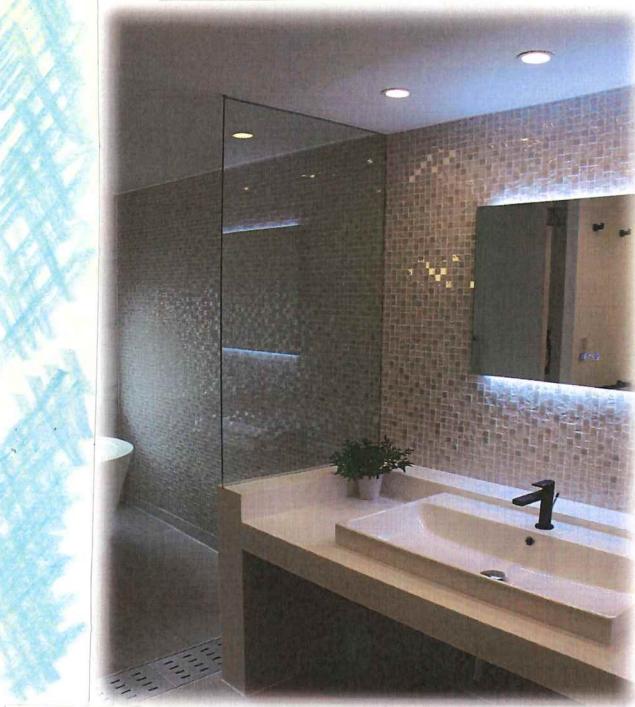


フジ動物の幸せ応援団!
人と動物の幸せ応援団!
東京都動物愛護推進員の
事務員皆様へ



久々の『現場監督』ぞ鬼うこと。

洗面所+浴室のリニューアルが完了し、とても素敵な空間になりました。



このような仕事をさせていただけたこと、本当に有難く存じます。

お施主様の望まれるものを、
デザイナーさんがしっかり汲み取り、
施工者が技術を結集して造る...
単純に書けばそうして出来上がります。

でもそこには...
材料を提供してくれるメーカー
その材料を実際に見られるショールーム
製品を加工してくれる工場や職人さん
隠れてしまうけど重要な下地を造る職人さん
絶対に水を漏らさないために悩む人
ちゃんと水が流れるために力を尽くす人
おっと電気もつかないと...等々

協力者は書き出せばきりがなく、
今ぱっと数えてみても、29社が関わっていました。
更にそれぞれに、その先の関係者がいます。

皆が全力を尽くし、お互いを尊重し、助け合う。
だから、現場には常に学びと感動がある...実感です。

発行元
虎建設(株)
新宿区新宿1-18-4
Tel. 03-3350-6689
Fax. 03-3350-8186