

# 住まいの瓦版

2023年 1月発行  
第86号  
(有) 光武建設



あけましておめでとうございます。  
令和5年の年頭にあたり、謹んでご挨拶を申し上げます。  
皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。  
旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り、誠に有難うございました。  
お蔭をもちまして、一年を通して充実した日々を送ることが出来ました。  
本年も住まいづくりを通して、皆様が幸せな家庭生活を送るための手助けになれるよう、これからも研修、研鑽を続けて参りますので、皆様のご指導、ご鞭撻どうぞ宜しくお願い申し上げます。

光武史雄



## ほっと 心が安らぐ家 完成おひろめ会



ご案内をお送りさせていただいた川副町O様邸の完成おひろめ会。12月17日(土)18日(日)に無事開催することができました。

今回コロナ禍ということで完全予約制としていたにも関わらず、寒さが厳しい中多くの方にご予約ご来場いただき、感謝の気持ちでいっぱいです。

残念ながら見に来れなかった皆さんにもご覧いただけるよう18日(日)に開催したインスタライブですが、アーカイブを残していますので、お時間のある時にゆっくりご覧いただけたら幸いです。



「幸福を生む住まい」

無頓着 地相無視

不幸導き人泣かせ

罪の意識を感じずに

知らないことはコワイこと

土地形状 悪くとも

狭いからとて諦めず

起伏の地形も 不安なく

自然を活かし幸つくる

窓から省エネ!  
今なら国の補助金で

最大200万円!

最大50%  
相当還元

※制度の適用には条件があります。

将来も考えると、窓もリフォームしておけば良かった…  
と後悔しないために



冬の電気代は、  
夏より高くて  
ツライ!



電気代が  
また値上げ!?



え〜! 窓を改善すると冷暖房費が節約

※ 詳しくは、同封しているチラシをご覧ください!



# 皆さんは、「エシカル(倫理的)消費」を知っていますか？

「人や社会、環境に配慮した消費行動」のことを「エシカル(倫理的)消費」といいます。前に瓦版でお知らせした「持続可能な開発目標(SDGs)」の主に12番目の目標である「つくる責任、つかう責任」に関連します。

例えば、日々の買い物で、価格、品質、安全性のほかに、「ちょっと待てよ？これはどこでだれがどのようにして作ったのかな？」「これを選んで消費することは環境にいいことなのかな？」など、立ち止まって考えて選ぶことが大切です。毎日の暮らしの中で、できるところからエシカル消費を取り入れてみませんか？

(東京都チラシ・富山県ハンドブック・SDGs ET コラムを参照)

## 買い物するとき できること (例)

- ・ 買い物の際はマイバッグ持参
- ・ 地元の産品や被災地の産品を購入 (地産地消、被災地支援)
- ・ 福祉施設で作られた製品を購入 (障がい者の自立支援)

エシカル消費に関連する  
認証ラベル・マークの  
ついた商品を購入

※ラベル・マークは一例です。



## 買い物以外で できること (例)

- ・ 食べ残しを減らす (食品ロス削減)
- ・ マイボトルを持ち歩く
- ・ 近場へ出掛ける時は、徒歩や自転車で行く。



実は身近なエシカル消費。自分なりの”ちょっと考えて、ぐっという未来“につながるエシカル消費を見つけてみませんか。



# 旬の食材 ぶり

旬のぶりは、産卵のためにエサをたくさん食べて蓄えていることもあり、脂がのってうま味があります。焼いたり煮たり、お刺身で食べるのはもちろん、この時期はぶりしゃぶにするのもおすすめです。

血液をサラサラにしたり脳の働きを助けてくれる必須脂肪酸 (EPA・DHA) や、糖の代謝を助けるビタミン B1、脂質の代謝をサポートするビタミン B2 などが多く含まれています。

また、ぶりは成長とともに名前が変わる出世魚のため、縁起の良い魚としても知られています。お正月に食べる魚としてもぴったりですね。(ALSOK ホームページより)



# 人間を磨く言葉

真に大志ある者は  
克く小物を勤め、  
真に遠慮ある者は  
細事を忽にせず。

( 佐藤一斎(江戸時代の儒学者) )

佐藤一斎の名著『言志録抄』の一節。

私は、一年の半分以上、出張でホテルを利用します。

ホテルに宿泊する場合、置いてある備品はほとんど使用しません。持参した自分の洗面具で済ませるようにしています。

理由は、一回使っただけでゴミになったり、そのたびに洗濯をしなければならないからです。結果において、資源がムダになり、ゴミが増えるだけだからです。

洗面具だけではありません。同じ部屋を二泊三泊と利用するようときは、「この部屋は今日も使いますので、シーツは取り替えなくても結構です」と紙に書いて、ドアの床に置いて外出するようにしています。

自宅で、毎日シーツを取り替える人はいないはずで、ホテルだから、お金を払った分シーツを替えてもらわなければ損だという考えは、浅ましい考えです。

むしろ、自分が持っている権利を少なく使って、部屋を掃除する人が喜ぶことをすれば、その分、世の中はよくなるものと信じています。

こういう実践は小さな一歩ですが、おろそかにすべきことではありません。

(PHP研究所 人間を磨く言葉 鍵山秀三郎 より)



# 幸福な住まいにするために

～ホーミー教室で学びましょう♪～

「住まい」を造るということは、一生に一度あるかないかの高価なお買い物です。後で「こうすればよかった。」と後悔をしても後の祭り。そうならないためにも、まずは「住まい」について学んでみてはいかがでしょうか。

ホーミー教室では、「住まい」という一番身近で大切な生活環境において、家族が健康で快適に暮らすためには何かが必要か?ということを、テキスト・ビデオ・CD・クイズなどを取り入れながら学びます。

ご家族で、お友達どうしで、もちろんお一人でも学んでいただけます。ご希望の時間に合わせて受講できますので、事前にお電話でご予約ください。(受講料はかかりません。)



YouTubeで「幸子さんの日曜日」と検索

QRコード読み取ると簡単にご覧になれます

幸福を生む住まいのPRビデオ

有限会社 光武建設

〒849-0918 佐賀市兵庫南3丁目2-26  
TEL 0952-28-7018 FAX 0952-28-7028

HP <http://www.mitsutake-k.co.jp>