

《保利建設社から大切なお客様と、未来のお客様へお届けする情報誌》

平成27年  
6月31日発行  
Vol. 18

# ほりけん通信

7月号

発行人：(株)保利建設社  
系島市東1437-2  
TEL:092-322-4779  
FAX:092-322-4799  
編集長：保利千晴

## 社長コラム

皆様こんにちは。じめじめした梅雨が続いています。いかがお過ごしでしょうか。南九州などでは大雨による災害も起きているようですが皆さまどうぞお気をつけて下さい。

さて先日、九州大学の学生さんから会社に一本の電話がありました。電話では詳しい内容が分からなかったのですが、私たちに何か協力をしてほしいとの依頼の電話でした。後日、九州大学のiTOPという団体の副代表の学生さんがやってきました。話を聞くと、今回で6回目になる「系島市地域活性化プランコンテスト」への協力をお願いということでした。

このコンテストは全国から系島に集まった学生たちが系島で5日間ホームステイをしながら「系島を活性化するプラン」を考え、最後に系島の地域住民の前で発表をするというものだそうです。

今回、私に依頼が来たのは「職場見学ヒアリング」といって、系島の企業にコンテストの参加者が訪問しその仕事をみて、また話を聞いて、私たちや私たちの仕事と系島との関わりかたなどを実際に体感するというものです。今までにこのコンテストで発表されたプロジェクトのなかで、既にいくつか進行中のプロジェクトもあります。その一つが「トゥクトゥク系島走りタイ！」

系島にはたくさんの観光スポットがあるのに、それらを廻るための便利な交通手段がありません。また系島の観光スポットについての情報も少ないので、タイで走っているトゥクトゥクを取り入れ交通手段と情報源の両方を兼ね備えた新しい観光システムの導入を目指すというものです。

その他にも学生による系島のフリーペーパーの発刊や商店街の活気を取り戻すためのプロジェクトなどなど…

今回は学生たちのどんなアイデアが飛び出すか楽しみです！私も微力ながらお手伝いをさせて頂きたいと思っています。

代表取締役 保利重勝



問題を解いて、君はほりけん学院に入学できるかな?!

【入試試験】



問一

人が二人いました。二人はいつも遊んでばかりいます。線を一本ひいて、二人を成長させてあげてください。

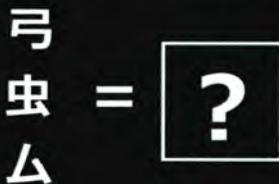


「7811」をマッチ棒2本だけ動かして「10」にして下さい。

問二



次の文字を組み合わせせて出来る漢字はなんでしょう?



答えは下にあるよ



問三

編集後記

編集長：保利千晴

先日、次女の通う保育園で「保育参観」があり、土曜日だったので長女と一緒に参加をしました！親子と一緒に制作をしたり、ゲームをして遊んだり・・・。四年生の長女が私の代わりになって次女の相手をしてくれたので、私はカメラマンに徹していました(笑)

「二人とも大きくなったなあ」とカメラ越しにしみじみ感じた保育参観となりました。



次女は どこでも自由人

糸島弁あれこれ講座

わたしは編集長の父は糸島出身で糸島の方言は聞き慣れてるはずだったんですが、嫁いだばかりの時、社長の話す方言が全くわかりませんでした(笑)

同じ糸島でも違ってくるんですね～。

ここで、わたしがわからなかった「糸島弁」をいくつかご紹介します。みなさんは、わかりますか？

- おろよか ⇒ 悪い、古い
- しかとむなか ⇒ つまらない
- うてあう ⇒ 相手をする
- しろしか ⇒ うつとおいしい
- やおいかん ⇒ 大変
- ぬべる ⇒ ぬるくする
- ねまる ⇒ 食べ物が高くなる
- まんぐる ⇒ 都合をつける
- やまる ⇒ 終わっている、やめている
- ねぶる ⇒ 舂める

ちなみに糸島に住んでいた祖母が「ごめんね」とか「ありがとう」という意味でよく使っていた「あとと」という言葉は誰も知りませんでした。方言は奥深い...

糸 (三問) `NEL (二問) `Y`Y (一問) ←とそそのそそそそ

株式会社 保利建設社

〒819-1122 福岡県糸島市東1437-2

TEL (092) 322-4779 Email: info@horikenhome.jp

FAX (092) 322-4799 URL: http://horikenhome.jp/

幻の漆喰

音響熱気木材

活活屋

糸島の空気がうまい家

検索



# さつま工場見学の旅 in 鹿児島



私たちの家づくりに欠かせない健康素材「幻の漆喰」「音響熟成木材」「清活畳」の製造メーカーであるカイケンコーポレーション(株)の工場がこの度、ユーザー様に「見て」「触って」「感じて」いただける「見学体感工場」へと一新され、そのオープニングセレモニーへ行ってきました。



見学当日は博多駅から新幹線で鹿児島  
の川内駅に向かいました。  
さすが九州の玄関口の博多駅。  
外国人の方々も多くみられました。  
飛行機にはよく乗る私ですが  
新幹線に乗るのは久しぶりで乗るまで  
ちょっと緊張してしまいました(笑)



川内駅に着いたらまずは昼  
ごはん！入ったのは駅前の  
ラーメン屋さん。席に着く  
とお冷と一緒に出されたの  
が「たくあん」。  
これが鹿児島流？



「デザインウォール」と呼ばれる  
音響熟成木材の木口を使った装飾壁材です。  
これから商品化される予定だそうです。



食事のあと駅の集合場所に集まりバス  
に乗っていざ会場へ！  
バスで走ること1時間。さつま町の山奥  
にあるカイケンコーポレーションの工場  
に到着です。



こちらは音響熟成庫です。  
このなかで南九州産の杉がバツハを聴き  
ながら38℃でじっくり乾燥されています。  
中を見ることはできませんでしたが倉  
庫の中から音楽が聞こえていました。



「音響熟成木材 黒」で仕上げられた  
ダイニングキッチンです。  
カップボードの扉のデザインも今まで  
にないものも加えられ選択肢が増えま  
した。色は黒の他にも音響熟成木材そ  
のままの色のシステムキッチンもご用  
意できます。



今回の見学は日帰りでしたがゆっくり、またじっくり  
見学できました。会場はカイケンコーポレーションの健  
康素材で家を作っている全国の仲間たちでいっぱいであ  
ろいろな情報交換もできました。  
みなさん共通なのは「お客様の健康を一番に考える」と  
いうことです。  
私たちはこれからも「本物の健康住宅」の推進に努めて  
まいります。



# 『ズッキーニボートのえびタルタル』

## ほりけんの男子クッキング



- ～材料(4人分)～
- ◎ズッキーニ… 2本
  - ◎玉ねぎ … 1/4個
  - ◎えび … 4尾
  - ◎ミニトマト … 4個
  - ◎アンチョビ … 4枚
  - ◎ピザ用チーズ … 大さじ4
  - ◎オリーブオイル … 適量
  - ◎マヨネーズ … 大さじ2



### 作り方

- ①ズッキーニは縦半分に切り真ん中をスプーンでくり抜く。  
くり抜いた果肉は粗く切って水気を絞り、ラップに包んで電子レンジで1分ほど加熱する。
- ②玉ねぎとアンチョビはみじん切りにし、ミニトマトは4等分に切る。  
えびは1cm程度に切ってから粗めにたたく。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱して玉ねぎをしんなりするまで炒め  
ズッキーニの果肉とえび、アンチョビを順に加えて炒め合わせる  
火を止めてマヨネーズを加え、混ぜ合わせる。
- ④3を1のズッキーニボートに詰め、ミニトマトとピザ用チーズをのせる。
- ⑤耐熱トレイに並べ、温めたオーブントースター(500W)で10分ほど  
焦げ目が付くまで焼く。(焼き加減はお好みで調節してください)



### 健康コラム

#### 『ふくらはぎ マッサージ』



## 『むくみ』

女性によくある「ふくらはぎのむくみ」。  
立ちっぱなしや座りっぱなしの姿勢が続いた後…  
ふくらはぎがむくみませんか？  
～ふくらはぎは第二の心臓～



心臓から押し出された血液は体中をめぐる、また心臓に戻っていきます。  
この時、ポンプの役目を果たしているのが「筋肉」です。  
そして、心臓から遠く離れ重力を受け、足先へめぐった血液を心臓に戻すための  
重要なポンプの役目が「ふくらはぎ」なのです。

そのふくらはぎの筋肉は、疲れがたまると固くなり、ポンプの力が弱くなって血液が停滞し「むくみ」となるのです。  
ポンプが弱くなると血液の循環が悪くなるので、日々のマッサージで「ふくらはぎ」の機能を回復させてあげましょう♪

#### ① ストレッチ(10回)

ひざを伸ばして座り、おなかをへこませてゆっくり息を吐きながら  
つま先を床に向かって倒し息を吸いながらつま先を起こす。



#### ② 内側の筋肉を刺激(3セット)

ふくらはぎの内側が上を向くように片ひざを曲げ、内くるぶしから  
骨の隙間の筋肉上を、ひざ下に向かって少しずつ移動しながら押す。



#### ③ 真ん中の筋肉を刺激(3セット)

②の同様、ふくらはぎの内側が上を向くように片ひざを曲げ、  
ふくらはぎの中心線上をアキレス腱の上からひざ下に向かって押す。



#### ④ 外側の筋肉を刺激(3セット)

ひざを内側に傾け、②の容量で骨の隙間の筋肉を、外くるぶしからひざ下に向かって押す

#### ⑤ アキレス腱をもむ

反対側の手でアキレス腱をつまみ、ふくらはぎの1/3くらいまでの範囲を柔らかくなるまでもむ

