

《保利建設社から大切なお客様へ、未来のお客様へお届けする情報誌》

平成27年  
8月31日発行  
Vol. 20

# ほりけん通信

9月号

発行人：㈱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

皆さまこんにちは。今年も暑い夏でしたが、お盆を過ぎたくらいから少しずつ涼しくなってきましたね。子供たちの長い夏休みも終わり、小学校では2学期がはじまりました。私が子供の頃は、宿題は最後にまとめて片付ける派。言い方を変えると最後までやらない派(笑)でしたがうちの娘も私と同じタイプなのか、最終日の夜がラストスパートでした。

普段はなかなか子供と遊ぶ時間がとれない私、「夏休みぐらいは思い出作りをさせないと！」と考えはするんですが、いざ何かしようと考えてもなかなか…

こんな時に助かるのが宅建協会や商工会の家族で参加するイベントです。

今年の夏休みもイベントが盛りだくさんで、子供たちとイベントに参加してきました。

深江海岸での海水浴では毎年恒例の地引網を体験しました。今年は特にアジが大漁で子供も大人も大興奮！

芥屋の花火大会にも行きました。室内で見る花火は私も初めてでしたが涼しくていいですね。

迫力は外で見る方がありますが…

また、商工会青年部の家族日帰り旅行ではみんなで貸切バスに乗ってハウステンボスへ行きました。この日はあいにくの雨でしたが子供達は友達とみんなでワイワイ、雨なんか関係ない感じで楽しんでました。夏休み最後の金曜日には宅建協会の会員の皆さんと『マリエラ・ナイトクルーズ』。

長女と編集長(妻)はちょっと船に酔っていましたが、これもまたはじめての体験が出来て喜んでいました。

娘にとっては楽しいばかりの夏休みでしたが、最後にはサボったツケがまわってきた夏休みでもありました。



芥屋花火大会



マリエラ



最後にツケがきた長女



今年の夏も自由奔放な次女

代表取締役 保利重勝



# 健康コラム 笑いがもたらす健康効果

毎日「わっはっは」と笑うことで体に嬉しい効果が沢山あります。  
思いっきり笑った後は気分がスッキリするとおもいませんか？  
最近では笑うことが医学的にも体に良いという事がわかってきました。

わっはっは〜



## その①「笑うこと」で免疫力アップ

笑うと、脳の中から脳内麻薬というものが出て末梢神経が広がるため、血液の流れがよくなり新陳代謝が活発になって、老化を防いだり、病気を防いだり、体の悪い所を治そうとする **免疫細胞が増える** のです。

「笑う」ことは免疫力アップにはもちろん、癌（ガン）にも効果があるとされているんです！  
様々な苦しみや悲しみから「うつ状態」になる人がいますが、そんな状態が長く続くと免疫力が下がり癌（ガン）やその他の病気にかかりやすいと言われてます。

では、その反対に「笑う」ことはどうなのでしょう？ そんな研究をしている人達があります。その研究によると、免疫力が低ければ、笑うと免疫力は高まります。つまり、癌（ガン）に対する抵抗力が高まります。免疫力が高すぎる人について、下がりやすくなります。免疫力が高すぎても別の病気（アレルギーなど）になりやすくなります。

つまり、「笑う」ことは **免疫力を正常範囲に調整** してくれる役割りをします。

とは言っても、面白くもないのに笑えないですよ。しかし、笑顔になるだけでも効果があるらしいんです。

普段から笑顔でいることを心がければ、周りの人達からの高感度も上がります。

いつも笑顔でいる人ってなんかよくないですか？ 見ていただけでも気持ちのいい思いをしますよね。

「笑う門には福来たる」といいますが、まさにその通りですね。



「笑い」の健康効果はまだあるよ。続きは次回...

## 編集後記

皆さま、こんにちは。もう9月ですね。  
台風が去ってからぐんと秋らしい季節になりました。  
私は秋が大好きです。なぜかというところ...  
花粉症なので春は苦手。暑がりなので夏も苦手。  
冬は長女の誕生日やクリスマス、お正月などで出費が重なるので嫌です(笑)。ということで、秋は一年の中でも一番好きな季節なのです。  
わけもなくワクワクします。(\*\_\*)

読書の秋！食欲の秋！ファッションの秋！光熱費が低くなる秋！...一番好きな季節をおおいに楽しみたいと思います！

編集長：保利子晴

漫画で  
ひととき

我が家の  
『笑いの提供者』

絵：編集長



ほんみょうじのへんっ♪  
ほんみょうじのへんっ♪  
ほん〜みよ〜じのへんっ♪  
(本能寺ですけどね...)

保育園帰りに  
突然踊りだします。  
知ってますか？芸人さん(?)のマネです。  
(ちょっと間違えてますけど...)  
思はず吹き出してしまいました。



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

音響熱伝木材

漆喰盤

糸島の空気がうまい家

検索





# 「空気がうまい部屋」完成しました！

完結編

## 現場レポート

### 着工前

工事に着手する前です。  
この部屋が『空気がうまい部屋』へ変わります。



リフォーム前の様子です。

湿気が多くてカビ臭い子供部屋でした。カーペットの下は合板の床で、湿気と経年であちこちがズカズカしていました。カーペットも湿気を帯びていて衛生的にも問題がありそうでした。壁のクロスも剥がれかけていて、カビが生えているところもありました。



### 完成

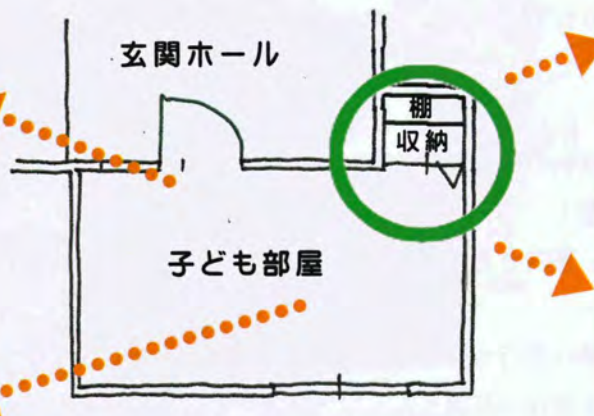
『空気がうまい子ども部屋』の出来上がり～！



漆喰と杉の香りで  
とても落ち着く空間に仕上がりました。



やはり「浮づくりの床」は  
寝転びたくなります。



空気もさらりとしていて  
もうジメジメ感はありません。



デットスペースに造り付けの  
収納を設けました。奥の棚は  
深すぎずに使い易くなりました。

化学物質を含む建材を使わない「空気がうまいリフォーム」はシックハウスでお困りの方や喘息・アトピーの方にもおすすめです。幻の漆喰は化学物質を吸着・分解する作用があるほか、調湿や消臭機能にも優れていて快適な室内環境を作り出します。

音響熱成木材のフローア-は常温でじっくり乾燥させて作るため、杉が持つ本来の良さである油分や香りを残しています。

浮造り加工された床の表面は心地よい凹凸感を足の裏で感じる事が出来ます。



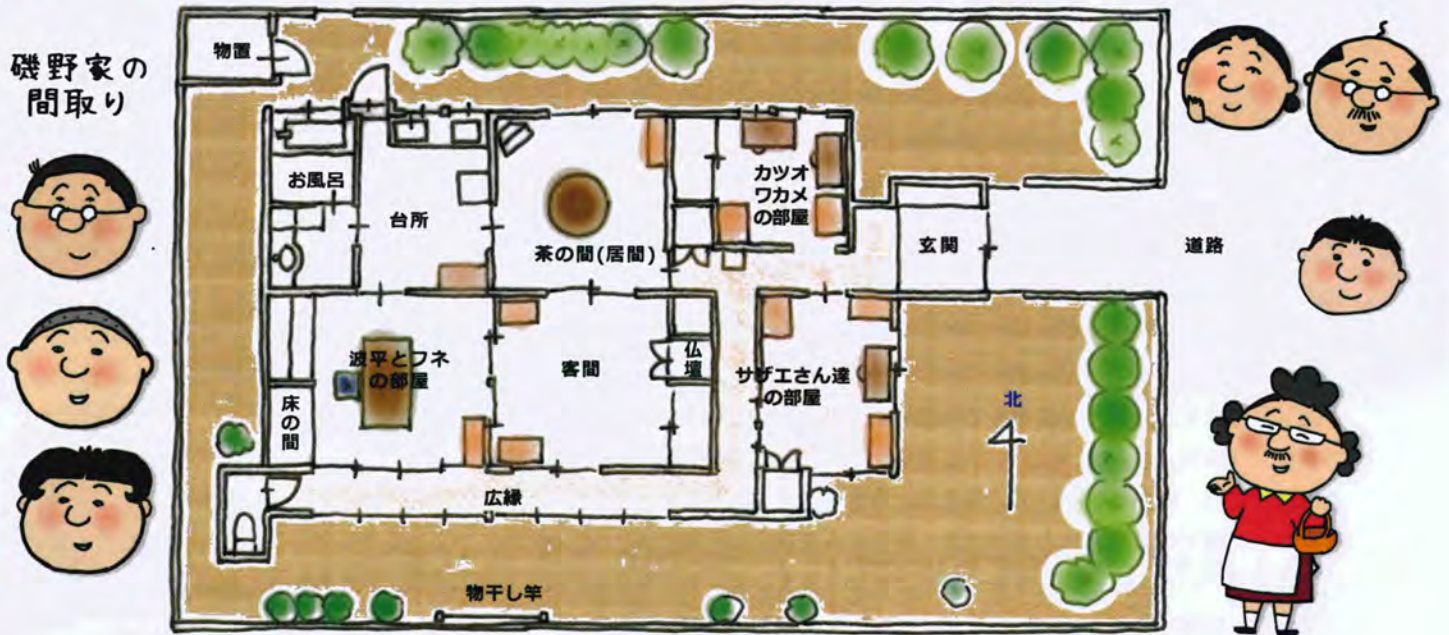


# サザエさんちから学ぶ間取りのひみつ

「サザエさん」は、昭和21年(1946年)終戦の翌年、福岡の地方紙『タ刊フクニチ』で4コマ漫画に連載され昭和44年(1969年)からは、テレビアニメも始まりました。

今は世界一の長寿アニメとして、今でも変わらず大人から子どもまで、みんなに愛されるアニメです。その、何気なく見ているサザエさんちの風景…

**実は… サザエさんのお家の間取りには学ぶべきことが沢山あるのです!**



このような平屋の間取りは、サザエさんの漫画が連載され始めた昭和20年代には多かった様ですね。『マスオさん』という名前は、奥さんの実家に旦那さんも一緒に暮らすという代名詞でよく使われますが、サザエさんは「磯野」ではなく「フグ田サザエ」です。そう、つまりサザエさんちは二世帯住宅なんです。二世帯で暮らすことも当たり前だった昔…サザエさん家から家族の仲が良い秘密を探してみましょう。

## ① 壁が少なくて部屋がふすまで仕切られている

こう書けばデメリットの様な気がしますが、サザエさんちの間取りは「古き良き日本家屋の良さを存分に残した間取り」です。プライバシーの問題もあるかもしれませんが、音が聞こえやすい、つまり家族の気配を感じることができる間取りなんです。ふすまで仕切られている利点ももう一つ。ふすまを外してしまえば2つの部屋を1つとして使うことが出来る、つまり必要に応じて空間を自在に変えることができます。

## サザエさんちの住み心地は快適!

## ② 明るい場所に(南側)に広縁があり庭とのつながりがある

南に広い縁側は大きく庭に向かって開放されています。夏には気持ち良い風を沢山取り入れられ、冬には低い暖かな日射しが沢山射し込むような造りです。部屋の仕切りがふすまのため開け放しにすることも簡単なので、どこからでも風を採り入れて風が通り抜けることができます。そして、広縁があることで庭(外)とのつながりがあり、洗濯物を干しているサザエさんと家族の会話がうまれたり、子どもたちがここで遊んだり…家族でコミュニケーションを取るスペースになっています。天気の良い日には縁側でお隣の「伊佐坂先生」と将棋をさすシーンもなんだかいいですね。

現代の家では、プライベートを重視する余りコミュニケーションが取りづらい家になっています。玄関からすぐに二階へ上がれるようになっていたり、騒音に悩まされない静かな家ではあったりしても家族の気配が感じにくくなってはさびしいですね。

磯野家の間取りから学ぶことは、私たちが忘れていた家族の絆の作り方かもしれませんね。