

すまいる通心

ご縁をいただいたあなたに
笑顔をお届けする

第22号

2020年3月

散歩

しげちゃん新聞の創刊から登場させて頂きましたロッキーが16歳6か月で亡くなりました。2018年3月から始めて、2020年3月でロッキーとの散歩の掲載は終わりになります。



次号からは、私が散歩で気になったことや季節の移り変わりなどを掲載していきますので、変わらずご購入頂きたいと思えます。
ロッキーの最後の登場として、趣味で孫や人物像を書いている義兄が描いた絵を掲載します。
2年間大変ありがとうございました。

笑顔繋がり

「笑顔を繋げていこう」

湘南OBD消毒の大久保さんに紹介頂いた同級生の福本大工さんです。保育園の工事を応援してもらっています。電気工事士の資格も取得していて勉強熱心な方です。皆さんのお宅にも工事でお伺いすると思えます。宜しくお願ひします。



←大工の福本さん

大久保さん↓



お風呂は好きですか？

1月に「お風呂は好きですか？」というアンケートをお配りしました。回答を多数頂きました、ありがとうございます。



- 入浴にかかる時間・・・20分～30分
- お風呂で実践していること・・・何もしない、マッサージ、音楽を聴くなど
- おすすめのお風呂グッズ・・・桧の香りの入浴剤、マッサージシャワー、防水テレビなど

体を洗って清潔にすることはもちろんですが、湯船の中では、なぜかポジティブな気持ちになる人が多いのではないのでしょうか。体があたたまって血行が良くなると、頭が活性化しいろいろな考えをめぐらせる人もいるでしょう。また、体温が高まると免疫力が向上すると言われています。コロナウイルスの予防にも役立ちます。

多くの人にとって、お風呂は手軽に疲れを解消でき、健康促進にも役立つ魔法のような装置です。



発行者：西山茂雄
住まいの主治医 株式会社 住まい工房

〒238-0022 横須賀市公郷町4-8-7
TEL 046-884-8295 URL: <https://sumaikoubou.jp/>
FAX 046-884-8395 Mail: info@sumaikoubou.jp

葉山の保育園の工事がすすんでいます

2月5日～2月7日の3日間で建て方作業をし、天候にも恵まれ屋根の下地まで完成しました。完成に向けて、安全第一で作業を行っています。



担当 荒井



土台敷き込み完了
(桧120角)



剛床合板敷き込み
(24mm)



1階柱建て



2階柱建て、桁取り付け



1階・2階
母屋取り付け



1階・2階 垂木・野地板
取り付け



完成イメージ



次回のすまいる通心は5月にお届けします

