

ひまわり

Vol. 111

編集 中村建設(株)
四時中 小古音 1-1-7
隔月発行



人生は出逢い

。人間は一生涯の内、会うべき人に必ず会える。しかも一瞬早すぎもせず、一瞬遅すぎもせず。

。自分の周りで起きている

現象は、全て自分の責任である。

。人間は必要なものとしか

出逢わない。

。自分の人生の最大の敵は

自分の心の中にある。

。一瞬のふ会いで人生が変わる。

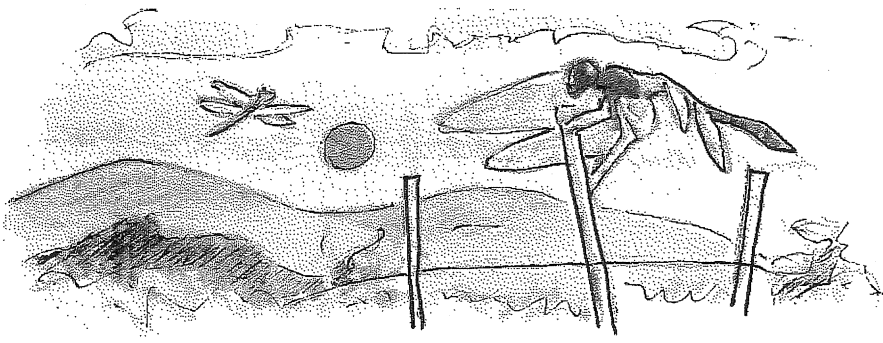
一つの言葉が運命を変える。

最後に

。出逢う相手は、

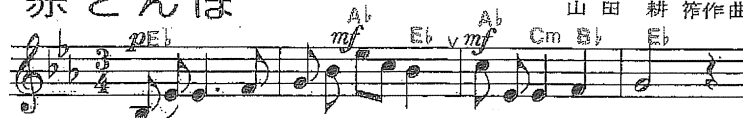
相手ではなく自分である。

(如何でしたか?)



あか 赤とんぼ

三木 露風 作詞
山田 耕筈 作曲



1. ゆうやけこやけのあかとんぼを
2. やまのはたけのくわのみを
3. ゆうやけこやけのあかと



おわれてみたのはいつのひか
こかごにつんだのはまほろし
とまっていよさおのさ

少しずつ季節が移ろいでいくのを
五感で感じられるこの頃となりました。
おえ気でお過ごし頂いてますでしょうか？



私たちには、平等に一年 365日
と云う時が与えられております。
つい、平調になつてしまいがちな
毎日を、心豊かに過ごす為、一年を
通じて音からある多くの行事や
風習に目を向ける事で、日々の
暮らし方をちょっと見直しては
見ませんか？
また、新たな発見があるかも知れません。
素敵な毎日を過ごし下さいませ。

〈社長のひとり言〉その①

「オリンピックに思う」

オリンピックが始まり四年に一度、

世界各国の人種も習慣も異なる

人たちが集まってスポーツを通し、皆

楽しんでいますが、この様な状況を

観ておりますと、何故、世界から戦争

が無くなるのかと疑問に思う人

たちが多い事と思えます。私もその人

らで、私の少ない経験の中から、世界

の人々が仲良く暮らして行く方法を

考えてみました。先ずは、それぞれの

民族・習慣を認め合うこと、そして

民族ごとに国を造ることが前提の

条件です。

もう一つは、地球は皆んなのものと

えう意識をもつこと。人間はこの美

しい地球に生まれ、自分に必要な体

験とする為に生まれて来たと考えて

みましょう。自然の脅威・恩恵を

享受しながら、各々の役割を果たす

べく至らされて、います。

これまで人間は与えられた地球の環境

の中で、より豊かな生活をするため

知恵を働かせて、物質文明をつくり上げ

て来ました。そして豊かになる方法を

見つけ、それらを利用して、充分に豊か

な生活が出来るように成りました。

しかし残念な事に一部の人間は、物質

文明のみに目と奪われて、生物として

暮らしている地球の環境が自然が

循環することで成り立っている事を、すっかり

忘れてしまっているように思えます。

有限である世界、地球上で人間が豊かに

生活するには、人間だけで済まされないこと、

一個人では済まされない事、生きとし生えるもの

の力なくして生存できない事、実を再認識する

ことです。

さらに、一人ひとりが地球に生まれて来た意味

を考ふる時期に来ていると思うのです。

豊しく一生を過ごす。その為だけでは無いと

思えます。(金儲けが全てでない事はご承知の通り)

自分の人格を上げる。この事こそがこの地球

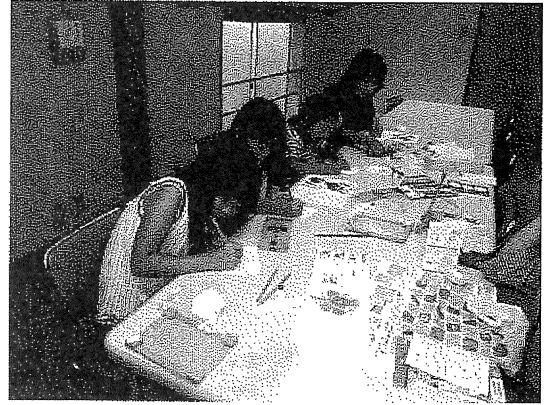
に生まれて来た目的ではないでしょうか(?)

オリンピックと云うこの機会に今一度、思い起こ

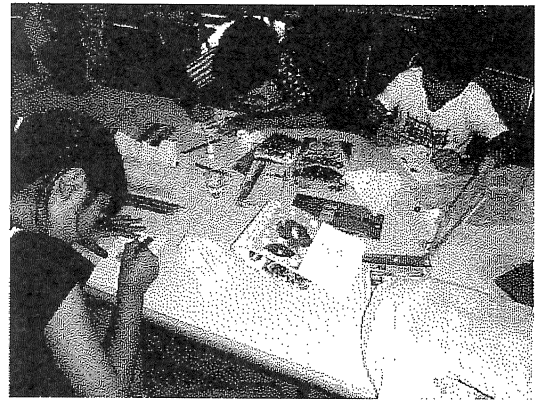
夏休みの工作

写真立てを作ってみよう！ 作品

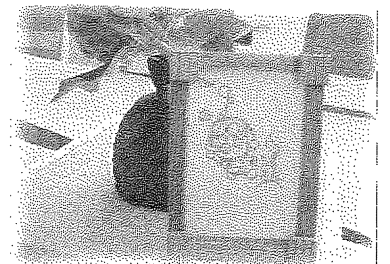
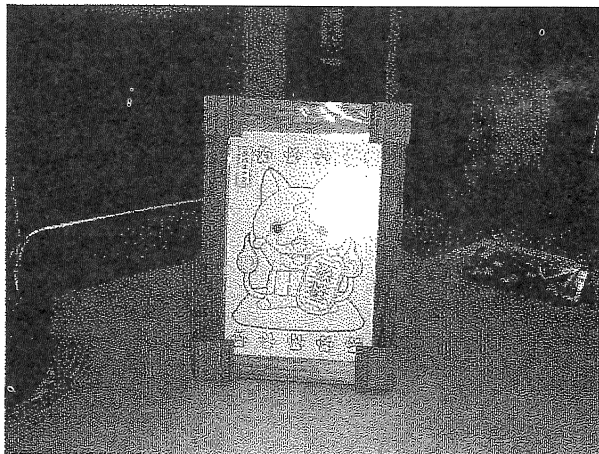
の数々



小学3年生以上の皆さん



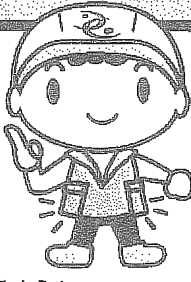
楽し
かった
〜！



●非常時に備える 3 ステップ。まずは、1次から。ついで、0次・2次も。

0次の備え

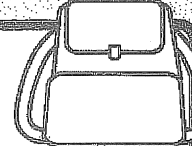
いつもケータイ!



「非常持ち出し品」として備えるものの中から、携帯ができそうなものは、いつも使うバックや、ポケットに入れ、身につけてみよう! いつどこで被災するかわからない災いへの安心感を持ち歩こう。

1次の備え

非常持ち出し品

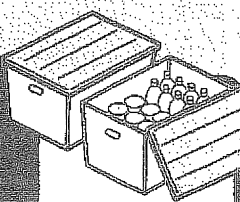


家庭や勤務先……1日の多くを過ごす場所には「非常持ち出し品」を備えよう! とっさの時に、さっと持ち出して逃げられるコンパクトな1バック。

- 被災の1日、命が安全なところに逃げる時にこれだけは持っていたい、という最低限の備え。
- 合わせて頭・足元を守って逃げられる備えも。
- どこに置く? 玄関・寝室……持ち出しやすいところに、車のトランクに予備を置くのも良い。

2次の備え

安心ストック



非常時、ライフラインが途絶え、もしも助けの手が届かなかったとしても、何日間かは自給自足してしのげる物品を備蓄しよう!

- キッチンや、押し入れ、ガレージ、物置などに、ケースにまとめ取り出しやすく、持ち運びやすく。
- 飲食など消耗品は、少なくとも3日間分~備えたい。
- ライフラインが止まった家で、被災生活を過ごすことになるかもしれない時に、安心なセットを考えよう。

●グッズを揃える心がけ、4つ。

1年に2回は、チェックしよう!

- 次のチェック日を決めておこう。
- 飲料・食品の賞味期限、薬品や電池の使用期限等をチェックして新しいものに交換しよう。それぞれの品物が古くて劣化していないか、確認しよう。
- 保存食品は交換の際に試食しよう。
- 衣類など、季節で変わる必需品を取り替えるために、年2回、春と秋。

使い方を覚えよう、身につけよう!

- つかい方を身につけてこそ、いざという時に役立つ。慣れ親しんで、身体で覚えらるるような機会を持つよう。
- ・ロープの結び方
- ・簡易トイレのつかい方
- ・救急箱の中身、ケガの手当。
- ・三角巾のつかい方
- ・簡易防寒具(サバイバルブランケット) ……etc

日用品の汎用性。工夫・知恵を知ろう!

- 日常的に使うものは、いざというときにさまざまな用途で役立てられる。それぞれの可能性を知り、実際に試してみよう。
- ・新聞紙、ラップ、ビニール袋……
- これまでの被災経験者の声から、知恵・アイデアを調べてみよう。
- 情報をウェブサイトなどでも入手・確認してみよう。

「自助」に加えて、「共助」の備えも。

- いざという時は誰もが、助け、助けられる立場になる可能性がある。わが家の備えだけでなく、町内会・自治会などでの共同の備えが、どこに、どのようにあるか、確認しておこう。
- 自治体からのハザードマップ、非常時の行動、備えのインフォメーションを確認しておこう。
- 地域の防災訓練に参加しよう。

備えを進める 減災グッズ チェックリスト

0 1 2 記入の○は0、1、2次のどの備えとするべきかを検討した補足情報です。

分類	品目	0	1	2	メモ
		携帯	持出	備蓄	
基本品目	バッグ		○		
	非常持ち出し袋		○		
水	飲料水	○	○	○	0次:500ml、1次:一人1.5ℓ程度
	食				
食	携帯食	○	○		チョコレート、キャンディー、栄養補給・調整食品など。
	非常食		○	○	乾パンなど、水・調理なしでそのまま食べられるもの。
装備	ヘルメット・防災ずきん・帽子など			○	頭を保護して逃げるもの。
	ホイッスル		○		
	手袋(作業用)			○	革製など丈夫な素材のもの。
	運動靴			○	
	懐中電灯(予備電池・電源も)	○	○	○	0次はミニライト等携帯用。猪毛・充電式も参照。
道具	万能ナイフ類			○	ハサミ、ナイフ、カンキリなどの複合ツールが便利。
	ロープ(10m)			○	救助、避難はしごの代用。体重を支えられる太さ。
情報	携帯ラジオ(予備電池も)	○	○		捜索機(ライト・携帯電話充電など)のものもある。0次は携帯性重視。1次・2次でスピーカー付きが良い。
	携帯電話(充電器・バッテリーも)	○			
	連絡メモ・備えリスト	○	○		
	身分証明書(そのコピー)	○	○		健康保険証、運転免許証、パスポート、外国人登録証など。
	筆記用具(メモ帳とペン)	○	○		
	油性マジック(太)			○	伝言を書く。
	現金(10円硬貨含む)	○	○	○	公衆電話用に10円、100円玉が必要。携帯・自宅電話がつかない時。

分類	品目	0	1	2	メモ
		携帯	持出	備蓄	
基本品目	救急				
	救急用品セット	○	○		消毒薬、肌腐蝕、ガーゼ、ばんそうこう、包帯、三角巾などケガの手当て用品をひとまとめに。救急袋。
	毛抜き		○	○	とげ抜き、ピンセットとして使える。
	持病薬・常備薬	○	○	○	合わせて処方箋のコピーも。
	衛生				
衛生	マスク	○	○	○	防塵用としても重要。
	簡易トイレ	○	○	○	非常時において、トイレにいけないことはかなり深刻。
	ティッシュペーパー・トイレットペーパー	○	○	○	トイレットペーパーは汎用性が高い。
	ウェットティッシュ		○	○	水がない時、役に立つ。
防寒	使い捨てカイロ	○	○		
	サバイバルブランケット			○	非常時の軽便簡易防寒具
汎用	ハンカチ(大判)・手ぬぐい	○			
	タオル		○	○	汚れの拭き取り、ケガの手当て、下着の代用等、高い汎用度。
	安全ピン	○	○		タオルを留めて下着の代用として使うこともできる
	ポリ袋	○	○	○	穴小あわせて10枚程。汎用性が高い。
	ビニールシート類(レジャーシート・ブルーシート)			○	
	ライター(マッチでも)			○	暖房器具への点火などに。マッチよりも使い勝手が良い。
	布ガムテープ			○	多用途。屋外に伝言メモを貼るなど、利便あり。

社長のひとり言 ②

家庭菜園

「中村さん、土地を貸してあげるから家庭菜園をやってみないか？」と身近な人から云われて始めたのが、そもそものきっかけでした。最初の頃は土地も肥えていたのだと思えますが、苗や種と蒔けば、そこそこに作物が育ち収穫も出来ました。種を蒔けば芽が出るものと思っていました。そう単純なものではなく、種が古かったり、蒔く時期と間違えると発芽しないことも自然から教えられました。又芽が出てそのまま放って置くと発育が悪く、どうしたものか(?)と思っていました。ところ

お百姓の方から野菜も人間と同じ言葉と掛けたり、時々様子をみてあげたりする事が大切ですよ！と云われました。

確かに生き物は、人が愛情を掛ける程、それに応えてくれる事を知りました。これは私共の仕事においても同じ事がええると思います。

お客様の住まいを造らせて頂くに当たって、その人たちの家族のこととだけ思い、愛情を掛けて造らせて頂いてゐるか(?)と同じであることに気付かされました。何事も手を抜かず、誠心誠意、物づくりとする事が結果として、良いものが生まれる事を新めて

この家庭菜園を通して教えられました。自然から教えられることが沢山ありますね！
H28.8.15 記
ある医師の話しから……

「人間は自然に適った生き方をしてゐる限り、そんなに簡単に死んだりしない」多くの患者さんを見てきての実感だそう。又、こんなことを「常に何が人間にとって自然であるかを意識して生活をして行つて頂きたい」とも……
実は、私たちの体は何でも知っているのです。心に大変な負荷がかかることも体も病んでしまうように、人間の体と心、魂、そしてその真にある真我は不可分な存在。先ずは思考を止め、体と心、魂、真我が一体となり、自分が病になった本当の原因は何なのかと問い掛けてみましょう！

