

平成 27 年 3 月号

vol.86

# にしじま通信



編集者 西島 由紀恵

こんにちは。3月と聞くだけで、「春〜♪」て感じですね。みなさま、お変わりございませんか？

さて、先週末、「ちっちな展示会」をしました。“ナプキンデコ”をしたんですけど、みなさん「楽しい」「おもしろい」と連発されてました。

作り方はとっても簡単なんです。幼稚園の先生方も1つで足らず、2つ作られ、帰ってからもネットで調べてキットを購入されたそうです。

園児たちにも体験させてみるとおっしゃってました。

そして、私も見てたら、作りたくなっちゃいました。(写真→)

確かにおもしろいわー！また企画しますからね^^



コーヒーを飲みながらの体験♪



青木先生とツーショット。  
西島は右です！

参加者の作品の一部です。どれもステキでしょ？  
木のプレートにペーパーナプキンをはりつけるだけなんですよ



〒919-0621 あわら市市姫 5-6-33

西島木材株式会社

リフォームハンズにしじま

西島和之一級建築士事務所

フリーダイヤル 0120-430-156

西島木材

検索

～社長の一言～

古民家再生協会の全国大会に参加してきました。  
今でも 100 年以上経った古民家が全国には沢山あります。日本の文化の積み重ねである古民家の知恵を  
これからの住まいにも活かしていきたいと真剣に思いました。  
未来の子供たちのために・・・



## 施工事例



テラスの増築をしました。ポリカの屋根のあるところでは、コーヒーを飲んだり、屋外では日向ぼっこをしたり・・・お天気のいい日は、どちらにいても気持ちがいいですね。また、一階には若夫婦のためのキッチンを新たに増設しました。

## ～大人のかみしばい～

3月28日(土)・29日(日)

10:00～4:00

講師:癒しのトータルプランナー 岡松久美子

参加費:無料

心をほっこり元気にさせてくれる大人向けのかみしばいです。美味しいコーヒーを味わいながら、ゆったりとした時間を楽しんでみませんか?かみしばいの合間にフィリピンのマッサージ「ヒロット」も体験できます。



岡松さんも材木屋の奥さんです。紙しばいのサイズはA3なので、もっと大きいです。

## ちょっと 木 になる話

ときどき、「婦人公論」という雑誌を買っています。先月号に“老人性うつ”を遠ざける「脳にいい知恵」が書かれてました。そのまんま、抜粋しますね。

『木目調のリラクゼーション効果に、今注目が集まっているのをご存知ですか？

木目調のものが60%を占める部屋と90%の部屋で、同じ人に同じ時間過ごしてもらい、血圧の違いを調べたところ、90%のほうが血圧が下がり、その状態が持続するという成果が導き出されたのです。

なぜ、血圧が安定するのか、理由は定かではありません。ただ、元来、森の中で生活していた人間のDNAが共鳴し、安心したから、とも推察できます。

家の中の棚やテーブルといった大きな家具から、写真立てや時計、ペン立てなど小さなグッズに至るまで、木製のものを多く取り入れて心を落ち着かせるのもよいでしょう。』



老人性うつに限らず、心が弱った時は、木のそばにいくといいと思いますよ。「休」という字は、「人」は「木」のそばにいてこそ、身も心も休めるという意味がありますから・・・