

★社長コラム★

株式会社 丸豊住宅 代表取締役 **山本茂樹**



先月号で紹介した「オカザえもん」の強力ライバル? もしくはお友達、「**えこたん**」のことを書いてみます。

えこたんは、幸田町の「環境にやさしい生活や都市交通の啓発のためのキャラクター」だということです。(幸田町のHPより) 「ゆるキャラグランプリ」にも参加していて、

**幸田町のゆるキャラ「えこたん」です。
町の特産物の筆柿をかぶった女の子
エコ・こうた・タウンで「えこたん」ですっ!**

という自己紹介をしています。オカザえもん比べると、少しだけかわいいですね。私が気に入っているのは頭に**筆柿**(大好物)をかぶっているところですね。そして、

弊社のコンセプト「エコ」を推進しているところでしょうか。幸田町内では↓のような「**えこたんバス**」が巡回しているので、マイカーを使わずに駅や公共



施設、病院に行くことができるそうです。こんなかわいいキャラクターが「省エネしましょう!」って言ってくれたら、省エネ意識が高まること間違いなしです。スカウトしたい!



2ページに幸田産業まつりのご案内を掲載しましたが、えこたんは出沒するのでしょうか?

情報誌「まどか」の7月号で報告した「**草取りががんばってます**」の成果発表をします!

自宅の庭にセンニチコウが芽を出したのですが、雑草と一緒に紛れてしまってもうまく育っていませんでした。**私が草取りに精を出した結果**、急に元気になって花がたくさん咲いたんです。そのセンニチコウを使って、クリスマスリースなどを作るそうですよ。



庭のセンニチコウを



店で乾燥させ、



リースの材料に。

スタッフ伝言板*テーマ「私の健康法 大公開！」

休みの日に歩くことと、この頃はEPAやDHAが豊富な**マグロの刺身**をよく食べます。ところが、お酒が良くすすみますので、健康になるのでしょうか？



工務部長 **岩瀬**



それは、どんなに時間がなくても、**自分のペースで進める時間**を作る事10分でもいいので大切な時間です。その時間で心身共に健康です。



工務 **田中**



お笑いのTV番組を見ることです。



工務 **山本**



身体がカチカチなので健康の為に**兼子流ドストレッチ**を買いましたがいつもの事で3日坊主です。我が家には色々な健康グッズが・・・(-"-)



リファイン緑丘
店長 **平井**



ちょっと熱っぽい？って思っても**気のせいって思い込む事**で乗り切りってます(-_-)
これって健康法ですかねえ???



リファイン緑丘
森



「病は気から」

美味しいものを食べたり、きれいなものを見るようにしています。先日、南知多で美味しい刺身をいただきました。



リファイン緑丘
黒田



早寝・早起き、朝コップ一杯の水、昨年济州島で買った**冬虫夏草**血液の流れをサラサラに花粉症にもよいと聞き飲み続けています。体調が維持でき、薬に頼ってます。



リファイン岡崎北
若杉



リファイン岡崎北の事務所は2階にあるので、上がるときは**かかとをつげずにつま先**で上がっています。効果があるといいんですが・・・



リファイン岡崎北
駒井



おしゃべりしたり、お笑い番組を見て**“笑う”**ことです。笑う事は免疫力のアップや、脳の活性化にもいいそうなので・・・



リファイン岡崎北 **早川**



ヨガ教室で学んだ**足指マッサージ**を実行しています。足指や足裏は内臓と直結しているから第2の心臓と言われています。ちなみに親指は頭痛、人差し指は胃腸の弱い時に効きますよ。



リファイン矢作 **塚本**



私の健康法は「**しっかり睡眠を取る**」です。休みの日はしっかり取りすぎて、早寝遅起きです(笑)



リファイン矢作 **伊東**



ゆっくり息を吸って吐いてを繰り返す**腹式呼吸**。ダイエットにも良いと聞いたので、始めたのですが、リラックスもできるし、体が温まるのでこれからの季節はオススメです。



リファイン緑丘 **原田**



編集後記



健康法と言えるか分かりませんが、**長くお風呂に入る**ことです。1時間程度の番組はお風呂で見えています。

昨年引き続き、今年も幸田町のハビネス・ヒル・幸田で出展することになりました。

みなさん、是非遊びに来てくださいね。お待ちしております。

副編集長 **大林**

