

謹賀  
新年  
2010

# 今年「縁のある皆様

# ～新年のごあいさつ～

いつも“すこやか日和ニュースレター”をご愛読していただいている皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年はお私をはじめ、成宮工務店スタッフを多方面からご指導してくださり、誠にありがとうございました。本年も相変わらぬご指導、ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。

さて、2010年、寅年がスタート致しましたが、皆さん今年の目標（抱負）は決まりましたでしょうか？私の今年の目標は『素敵な笑顔を増やしたい』に決定しました～！まず、どんな時でもなんでも、特にこんな時代だからこそ『笑顔になりたい』、『笑顔の人を見ていたい』と思うんです。

“笑顔”といっても色々あると思います。おもしろい番組を見ている時、おいしい食事をしている時、大好きな人達といっしょにいる時 etc...たくさんあると思います。その中で、私が特に得意としている“笑顔づくり”はやはり皆様の“住まい創り”のお手伝いだと思っております。快適な住まい、癒される空間、そして笑顔の絶えない暮らしにこそ、日本の明るい未来を背負う笑顔あふれる子供達が育つ環境だと信じています。そして、“素敵な笑顔”を増やそうと思えば、私自身も素敵な環境の中、素敵な習慣を身につけていこうと思っております。

**2010年、寅年！出逢いに感動！出逢いに感謝！**

笑顔の多い一日一日を創ってまいります。どうか本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



有限会社 成宮工務店  
代表取締役 成宮 優



## 春の七草がゆをつくる

- |                   |                           |
|-------------------|---------------------------|
| 一 ■セリ             | 消化を助け、便秘、冷え性、風邪に効果的。      |
| 二 ■ナズナ(ペンペン草)     | 貧血、視力に良く、高血圧、風邪の予防になる。    |
| 三 ■ゴギョウ(ハハコグサ)    | 胃炎をしずめ、咳、たん、熱をとり風邪の予防になる。 |
| 四 ■ハコベラ(ハコベ)      | 整腸効果・利尿作用がある。口臭を予防する。     |
| 五 ■ホトケノザ(コオニタビラコ) | 筋肉痛、歯痛をなくし、高血圧を予防する。      |
| 六 ■スズナ(カブ)        | 整腸・解熱効果。便秘、貧血、骨粗しょう症予防。   |
| 七 ■スズシロ(ダイコン)     | 整腸・解熱効果、便秘、たんを止める。        |



七草がゆとは正月七日の朝、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの七草が入ったかゆを食べて無病息災を願う、古くは平安時代から伝わる風習です。七草がゆは日常の食生活に戻るひとつの区切りとなるほか、新年のごちそうです弱った胃をいたわり、野菜が乏しい冬にビタミン、ミネラルの豊富な七草で栄養のバランスを整えるという古人の知恵があります。また、正月15日には五穀豊穡を祈って米、麦、ゴマ、アワ、キビ、小豆、大豆の雑穀を入れた七種がゆを食べる行事も残っています。

今年も

皆様のお役に立てるよう  
一生懸命がんばります！！



★ご連絡★  
お待ちしております



...今年の抱負は...

<かいほみ>

【迅速】・【確実】・【誠意】をモットーにがんばります！

こんな5人ですけど、  
よろしくお願ひしま〜す！

<こにし>

なんてったってダイエット！！ 目標50キロ台！（今は67キロ）

<たなか>

意識改革！ 自己能力100%発揮

<おくだ>

今年は 沢山出逢い、学び、チャレンジ精神を忘れず 走り続けます！

<さかもと>

整理整頓！いつも机の上がちらかっているので、『キレイ』を保ちたいで〜す♪





# お正月の由来



おなじみの物事に、年神様にまつわるお話があります。  
昔から、元旦には「年神様（としがみさま）」という新年の神様が、1年の幸福をもたらすために各家庭に降臨するとされています。年神様はその年の五穀豊穡を司り、人々に健康や幸福をもたらす神様で、「正月様」「歳徳神（としとくじん）」ともいいます。その歳神様を迎え入れてお祝いし、たくさんの幸せを授けてもらうために、様々な正月行事や風習が生まれました。

**【大掃除】** 年神様をお迎えする前に、神棚や家屋を清めます。1年間にたまったほこりを払い、隅から隅まできれいにすると、年神様がたくさんのご利益を授けてくださるそうで、12月13日に江戸城で行っていた「すす払い」に由来します。

**【注連縄（しめなわ）／注連飾り】** ここは年神様をお迎えする神聖な場所という意味で、注連縄を張ったり、注連飾りを飾ったりします。

**【鏡餅】** 年神様へのお供え物であり、依り所。元旦に固い餅を食べる「歯固め」という儀式に由来します。鏡餅という名は、神様が宿るところとして神事に用いられる円形の鏡からきており、丸餅は魂をあらわす心臓のかたちも模しています。また、大小2段で太陽と月、陽と陰を表しており、円満に年を重ねるという意も込められています。

**【除夜の鐘】** 大晦日は、年神様を寝ずに待つ日とされていました。その前にお祓いをするために寺院では深夜零時をまたいで108回鐘を打ち、108つあるという人間の煩惱を祓います（十二か月と二十四節気と七十二候を合わせた数で108という説もあります）。神社では罪や穢れを清める「大祓（おおはらえ）」を行います。

**【初日の出】** 日の出とともに年神様がやってくる！「元旦」は1月1日の朝という意味です。年神様は日の出とともにやってくるので、見晴らしのいい場所へ出掛けて、その年最初の日の出を拝むようになりました。とくに山頂で迎える日の出を「御来光」といいます。

**【おせち】** 新年を年神様とともに祝います。

**【おとそ】** 新年も健やかに過ごせるよう、邪気を祓い不老長寿になれる薬酒。「お屠蘇」と書き、悪魔を屠（ほふ）り、死者を蘇らせるという意味があります。

**【若水（わかみず）】** 年神様に供えたり雑煮を作ったりするために、新年に初めて汲む水のこと、これを飲むと1年の邪気も祓えるといわれています。

**【書き初め】** 新年の抱負や目標をしたためます。本来は事始めの1月2日に行います。

**【小正月】** 1月15日に小豆粥を食べて無病息災を祈ったり、柳の木に紅白のお餅をつけた餅花（まゆ玉ともいう）を飾って豊作を祈願します。旧暦の1月15日は立春後の望月（満月のこと）にあたり、その昔この日を正月としていた名残で、元日を「大正月」、1月15日を「小正月」と呼ぶようになりました。元服（現在の成人式）が行われたのもこの日です。

**【左義長】** 1月15日の小正月に正月飾りや書き初めを燃やす行事で、その煙に乗って年神様が天上に帰ってゆくとされています。「左義長」は、三毬杖（さぎちょう）という青竹で正月飾りを焼いたことに由来しますが、「どんど焼き」「とんど」とも呼ばれ、その火で焼いたお餅などを食べると無病息災で過ごせる、書き初めの火が高く上がると字が上達するなどと言われていました。

このように年神様を見送って正月行事も無事終了となりますが、一連の由来を知っておくと、心豊かに過ごせそうな気がします。新年もよい年となりますように…

あなたのお家は  
大丈夫？



前々号で、給湯器のお知らせをしたところ、たくさんの反響をいただきまして、誠にありがとうございました。なので、再度、給湯器のお得情報です！！最近、給湯器の調子が悪い・温度が上がらないなどといった事があれば要注意です。給湯器の寿命が近づいているのかもしれない。突然こわれるその前に、点検・交換を検討してみてもはいかがでしょうか？

## ★とりあえず交換コース★



【リンナイ 24号/壁掛給湯器】  
台所・浴室リモコン付  
¥333,900- を

工事費込みで  
¥150,000- (税込)



【リンナイ 16号/壁掛給湯器】  
台所・浴室リモコン付  
¥279,825- を

工事費込みで  
¥132,000- (税込)



## ★これからはエコ！エコジョーズ交換コース★



【リンナイ 24号/壁掛給湯器】  
台所・浴室リモコン付  
¥428,400- を

工事費込みで  
¥250,000- (税込)



【給湯器工事について】

- 標準工事：既存給湯器撤去・処分、新規取付、給水・給湯配管接続、ガス可とう管接続、リモコン交換。
- 別途工事：種類の異なる給湯器への交換（給湯専用⇒追焚付き等）、新規リモコン配線。

お問い合わせ・お見積もりはお気軽に成宮工務店にご連絡ください。  
給湯器だけでなく、お家の点検もしておりますので、ご希望の方は  
お気軽にご連絡くださいね！心よりお待ちしております！！



## おばあちゃんの知恵袋



### ★のどの痛みに焼き梅干★

のどが痛く、寒気がする時などは梅干を2～3個、弱火で焦げないように良く焼いて、熱いお茶を注いで飲むと、汗が出て熱を下げ、早く治りますヨ。

# めぐいで あう！！



いうものがあるのを、

2009年、社長が  
務所に色紙を

員一同無事一年過ごせました♪  
めぐってきます！



## ★五福めぐりとは★

干支のトラを描いた色紙を1000円で  
購入し(購入時点で1つ朱印が押して  
あります)、長建寺、藤森神社、乃木  
神社、大黒寺、御香宮神社をめぐり、  
朱印を集めます。5つ朱印を集めると  
記念にトラの土鈴(無料)がもらえます。  
(先着2000名)

元日から15日まで実施なので、  
急いで集めて福をもらっちゃおう！！



## 勝運・学問 藤森神社

今から約1800年前に、神功皇后によって創建された  
皇室ともゆかりの深い古社です。  
菖蒲の節句発祥の神社としても知られ、今日では勝運と  
馬の神様として、競馬関係者(馬主・騎手など)、また  
競馬ファンの参拝者でにぎわっています。



【住所】  
伏見区深草鳥居崎町609  
【交通】  
京阪電鉄『墨染駅』下車  
北東へ徒歩約10分

## 開運・商売繁盛・諸芸上達 長建寺

京都で唯一ご本尊が弁財天というめずらしいお寺で、  
「中書島の弁天さん」として親しまれています。赤い竜宮門が  
印象的で、江戸時代の中書島繁栄をもたらした伏見奉行、  
建部内匠頭政宇(たてべたくみのかみまさいえ)の長寿を  
願って建てられたお寺です。昔は、芸の向上等を願った  
付近の遊女たちの信仰を集めたということです。  
開運厄除や財運に靈験あらたかといわれています。



【住所】  
伏見区東柳町511  
【交通】  
京阪電鉄『中書島駅』下車  
北東へ徒歩約5分

## 安産・開運・厄除 御香宮神社

平安時代に、境内から香水が湧き出たことから、清和天皇からこの名を賜りました。現在でも、御香水が湧き自由に飲めて、環境庁の名水百選に認定されています。表門はもと伏見城の大手門です。



【住所】  
伏見区御香宮門前町  
【交通】  
京阪電鉄『伏見桃山駅』  
下車 東へ徒歩約5分

# 五福めぐり 福をもら

伏見には五福めぐりと知っていますか？なるみや工務店でも、五福めぐりをして、事一年間飾ってましたへその甲斐もあって、社2010年も福をもらいに

## 学業・勝運 乃木神社

乃木神社は、明治天皇の崩御に際して殉死した乃木希典を祀る神社です。京都をはじめ北海道、栃木、東京、香川、山口など全国各地で、その地方の“乃木さん”を崇拝する人によって建立された神社です。



【住所】  
伏見区桃山町板倉周防32-2  
【交通】  
JR奈良線『桃山駅』下車  
東へ徒歩約10分



## 出世・開運・金運 大黒寺

真言宗のお寺で、円通山大黒寺といひます。はじめは、「長福寺」といひました。1615年、薩摩藩主・島津義弘の守り本尊「出生大黒天」にちなんで、薩摩藩の祈禱所として大黒天をご本尊に、寺名を大黒寺と改めました。通称、「薩摩寺」と呼ばれています。

境内に湧く「金運清水」は、2001年に新しく掘られた井戸で、大黒天に供えられる霊験あらたかな水といわれ、金運良好、資産増加、厨房守護、子孫繁栄などにご利益があるといわれています。

【住所】  
伏見区鷹匠町4  
【交通】  
京阪電鉄『丹波橋駅』下車  
南西へ徒歩約10分



# 今年もよろしくお願ひいたします。

## 祇園なかむら



これからも皆様に喜んで頂けるように努力してまいりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

### お店の外観



みどりの暖簾が目印です

### 店内の様子



カウンター越しに握ってくれるのがセレクト気分になったよう♪

### お正月 営業のご案内



1月1日 (元旦)	休み
1月2日 (土曜日)	昼 12時～ 夜 17時～
1月3日 (日曜日)	昼 12時～ 夜 17時～
1月4日 (月曜日)	夜 17時～
1月5日 (火曜日)	通常営業

となっております。  
ご来店時、ご予約お願ひ致します。

### お昼のメニュー (通帯)

12:00～14:30まで営業しております  
(平日は前日予約のみとなっております)

海鮮丼	¥1,500-
おまかせコース	¥3,000-
おまかせ上コース	¥5,000-

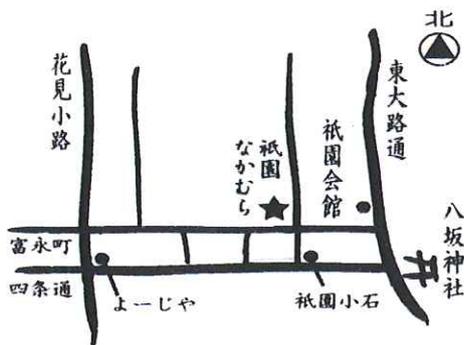
お昼のランチ 3,000円コースのお寿司。  
ネタはその日の仕入れによってかわります。



場所: 京都市東山区祇園町北側347-26

ピッケルビル 1階

電話: 075-525-1165



### 祇園なかむら ドリンク1杯無料券

切り取ってお使い下さい





## 新年は家族との挨拶から！

### 【家族と家にも新年の挨拶を】

年始まわりなどで、知り合いを招いたり、招かれたりして新年の挨拶をしますが、**人間関係の開運のためには、家族にも家にも挨拶することが大切です。**元旦の朝、お屠蘇を交わす前に、神棚や仏壇の前で家族揃って新年の挨拶をして下さい。家族が集まる時には座る席も大切です。**親は、北や西側、子供は南や東側に座ると住まいのパワーも家族に素直に伝わり、共々関係が良くなります。**

**家とうまく付き合うことで家族関係もうまくいくのです。**一月は『睦月(むつき)』とありますが、睦月の『睦』には「身内の者がわけ隔てなく仲良くする。むつまじい」という意味があります。一月は家族とうまくやることで大吉を得る月なのです。



### 【初詣で土地のエネルギーを吸収する】

初詣は、**本来は大晦日の夜から神社にこもって夜通しお参りするものですが、今では一晩明かす人はほとんどいません。**三が日、もしくは一月中に神社を祈願に訪れる人ほとんどです。**神社参りには凶方位はありません。ただし、旅行などのついでに神参りという方は要注意。旅行がメインになってはいけません。**あくまでも神社参りを考えたときの凶方位はないということです。



行ってはいけない神社はありませんが、是非行ってほしい神社があります。それは、**地元の氏神さま。**氏神さまは地域の守り神です。引越し等で新しい土地に移った時には、その土地の氏神さまの神社に挨拶に行くべきなのですが、それをしていなくても正月にはぜひ、氏神さまを訪れてください。**その土地のエネルギーは、そこを守ってくださる神様に力があればあるほどパワーが上がります。**つまり、運の良い土地になります。そのためには、その土地に住んでいる人々が神社に足を運ぶこと。こうすることによって、その土地が栄えるのです。

### 【鏡開き—神仏の加護を呼ぶ】

昔、十一日に武家で、男は具足に、女は鏡台に供えた鏡餅をおろして雑煮やお汁粉にして食べました。この風習が現在の鏡開きにつながっています。また、**商家や農業では十一日が仕事始めの日で、この日に正月気分を一新する意味で鏡餅を割って食べたそうです。**鏡餅は、包丁で切ることは、**タブー**です。これは武家では「切る」という言葉が縁起が悪く忌み嫌われていたため。**金づちや小づちで割るか手で開くように割ります。**風水では**鏡餅のように白くて丸いものは神仏の加護を呼ぶパワーがある**と考えます。

正月だけでなく「ここ一番」と言うときの前日には白いお団子など丸くて白いものを神棚に供えると勝利を呼ぶでしょう。神棚のない人は、北西や西、北方位に置きます。十分効果はあります。勝負の日はこちらを食べ出かけてください。



Happy New Year! 2010 **フェイシャルサロン京町桜**

新年 あけましておめでとうございます。  
 今年も 素敵な一年になりますように  
 私達は いっぱいの愛と いっぱいの感動を  
 皆様にお届けしていきます。



お客様を美しくしてくれる  
**京町桜セラピストの紹介**



♡ たなか ♡ です  
 去年は中型免許を取ったので  
 今年は大型免許に挑戦しま〜す。  
 さらにパワーアップしていきます。



♡ さかした ♡ です  
 2009年は牛をいっぱい  
 つかもうとしている夢を見ました。  
 2010年はトラをつかまえます！



♡ こばやし ♡ です  
 今年もお客様に喜んで頂き  
 笑顔になって頂けるよう  
 頑張ります。  
 よろしくお祈りします。

**オーナー・セラピスト 大募集！！**

**メイクやエステが大好きな方大歓迎です♪  
 充実した教育体制があるので、未経験でも安心♪**

人と人との出会いを大切に…。心と心のふれあいを大切に…。  
 をテーマにたくさんの出会いの中から笑顔と喜びが広がっています！私たちが  
 夢を追い続けて輝きませんか？とっても楽しく明るい環境です！貴女の  
 笑顔のお手伝いをしま〜す！



資格: 未経験者歓迎 ※お子様がおられても大丈夫！  
 勤務時間: 9:30～ \*時間・曜日はご相談に応じます。  
 休日: 日曜日・祝日  
 給与: フルコミッション制です。  
 待遇: メナード認定のエステセラピストの資格取得、  
 ディプロマ発行(認定証)、受講料免除、各種研修制度有  
 (エステ・メイク・サプリメント)



**私達は、貴女の夢、幸せな未来を応援します！！**

**フェイシャルサロン京町桜**

TEL: 075(603)0427

E-mail: kyomachisakura  
 @7638.jp

京. 伏見区京町6-70-3 2階

♪ お気軽にご連絡ください♪

きりとりせん

**★お客様に大好評のエステ★**

¥6,300 ⇒ ¥2,100 の  
**フェイシャルエステ**

先着10名様に素敵なプレゼントを  
 ご用意しています  
 (1月25日までのご予約に限ります)



# 京町桜の 姉妹店オーナーの紹介

京町桜は3店舗の姉妹店があるんです。  
今回は、3店舗のご紹介をさせていただきます。  
どのお店も開店1周年のフレッシュ店！！  
京町桜とともに、よろしくお願いたします。



フルールヴィラのオーナー  
萬木SAN  
お料理がとっても得意  
メナードのお茶やドリンクで  
ケーキやデザートを作って  
くれるんですヨ♡

## フルールヴィラ

伏見の古い町並みの一角にある酒蔵の隣にたたずむ  
瀟洒なマンションのサロン『フルールヴィラ』です。  
マンションとは思えないようなエントランスは別世界。  
日頃の疲れを一瞬で癒してくれる隠れ家的なマンション  
サロンです。でもサロンに一步入ると、とてもアット  
ホームで笑顔あふれるスタッフがお出迎えます。  
ぜひ一度お越し下さい。



## MOMOKURI

隠れ家的な癒やしの空間です。  
是非一度お試しにいらして下さい。  
小さいお部屋の中がとってもあたたかく  
おしゃれな雰囲気バツグン  
異空間を感じさせてくれます。  
お客様一人ひとりを大切に  
ていねいなカウンセリングから施術まで  
お客様に満足していただけるサロンです。



MOMOKURIのオーナー  
泉SAN  
メナードのキャリアは？年  
カウンセリングがすごく得意  
どんなお悩みもおまかせ♡

## ff(フォルテシモ)

大阪府大東市という場所にサロンがあります。  
自宅サロンでどちらかといえば隠れ家的・・・  
自宅ながらも静かでゆっくり、くつろいでいただけます。  
お客様、一人ひとりに合わせたカウンセリング  
一緒に相談しながら美肌を目指します。  
きっと通うのが楽しみになっていただけたらと思っております。  
まずはトライアルでご来店ください。



フォルテシモのオーナー  
岡本SAN  
しっかり者でキレイ好き  
時々お茶目な所もあって  
笑ってしまうほど！  
美肌はもちろん、美白は超お得意♡



あけましておめでとーいーんす  
あけましておめでとーいーんす

今年もよろしく

お願いいたします

平成二十二年 元旦



なるみや工務店