

# 桶幸 アーバンTimes

## 謹賀新年

2017年は酉年ですが、鳥は人に時を報せる動物と言われています。また「とりこむ」とも言われ、商売では縁起の良い干支でもあります。私達も皆様のお役に立てるよう、より一層の努力をしておりますので本年もよろしくお願いいたします！ 桶幸ウチダ造花

※互助会の会員様で住所変更のある方は当社までご連絡ください。

鳴門市の皆様の  
“いきいき生きる”を応援します！

アーバングループ

季刊  
第10号  
2017・冬

桶幸ウチダ造花 本店：撫養町南浜字東浜484  
桶幸アーバンホール：撫養町大桑島字津岩浜58-2  
平安会館：撫養町小桑島西浜76

TEL: 088-685-3801



### アーバン倶楽部 提携店のご案内

アーバン倶楽部の  
会員カードを見せると！

ガス機器ご購入の場合  
購入代金5%割引



#### ■リフォームについて

当社はキッチン回りや浴室・トイレなどガス・水回りのリフォームを特におススメしています。キッチン家事動線を確認しつつ機能的でたっぷり収納できるスペースを提供します。

# 鳴門ガス(株)

■鳴門市撫養町南浜字東浜24-21 ■TEL088-685-0195  
■営業時間 / 9:00~19:00 ■休業日 / 年末年始  
□<http://www.narutogas.jp>

■おススメ商品は？ ガスコンロがおススメです！  
以前のコンロはグリルに水を使っていたのですが、現在おススメしている商品は水を入れなくても鶏肉が両面パリパリに焼ける優れたものです！お手入れも易く、濡れ布巾で軽く拭取るだけでOK。温度を保つためにSセンサーが付いており、自動で炎の調整をしたり吹きこぼれがあっても自動消火されるので目を離されていても安心です！

#### ■ガスのいいところ！

火は大昔から生活に密着しており、火を使い美味しい食事を作ったり、暖を取ることで生活に欠かせないものでした。火加減の差で、お料理の味に違いがでるのも奥様の腕の見せ所かもしれませんね。



営業本部長様

## 平成29年 2月提携店イベントのご案内！



### 鳴門ココクラブ

Mail:cocoagri.awa@gmail.com

場所 ■ 鳴門市撫養町大桑島  
津岩浜48-60  
会場 ■ ココクラブ  
☎088-679-7072

### コラボイベント！開催

2月下旬  
イベント案内

#### 「水耕栽培教室」

水耕栽培とは？  
土を使わずに新鮮で美味しい野菜が育てられるシステム。初心者やお子様にもおススメです！



節約・簡単  
趣味が広がる！

日時のお問い合わせは  
下記電話まで！

主催：ココアグリ  
場所：ココクラブ  
定員：15名まで  
会費：¥1,500  
(ソフトドリンク・スイーツデザート付き)

#### いせや農場さんから 2月から

朝採り苺を使った「ソフトフォカッチャ」「オリジナルジャム」「いちごジュース」「いちごパフェ」など様々なメニューをご用意しています！

#### 2月からは 珈琲日出蔵

さん監修のもと「フレンチプレス抽出方式」でココクラブオリジナルブレンド珈琲をご賞味ください！

アーバン倶楽部会員様には  
お来店の際、ココクラブ・スタンプ **3倍ポイント**  
アンケートにご記入のお客様に、「かおり野」を中身とした期間2月~3月中  
いせや農場の「いちごパフェ」(2人分)を1名につき1名に限りお渡しします！

## 平安会館にある13仏様のご紹介

### 冥界の審理に関わる13の仏様

今回より法要ごとにお導きをいただく仏様を案内いたします

#### ① 不動明王

【真言宗をはじめ天台宗、  
禅宗、日蓮宗等で幅広く信仰】

迷いの世界から煩惱を断ち切るよう導く慈悲深い仏様

命日も含めて7日目に行う法要が初七日ですが、故人がどの道に進むかを決める大事な審判を決められるのが「お不動様」です。この時期は旅立つ者も、残された者もその人の死を認められず、現世への未練が残っている時期です。不動明王尊が持つ右手の剣で迷いを切り払い、左手の縄は迷いの信者を縛って救いとり、冥界へと導く役目をしています。



平安会館

お問い合わせ  
ご予約は 桶幸ウチダ造花まで TEL 088-685-3801





# スタッフからこんにちは



ももなみ ぶみひろ  
**百南 文裕**

所属：営業課  
血液型：O型  
星座：射手座

今回は、誰とでもすぐに友達になれ、いつも周りの人の心を和ませるムードメーカーの百南さんを紹介します。

### ■埼玉育ちの都会っ子

徳島に引っ越してきて戸惑ったことは“方言と、徳島の風習の違い”です。先輩には標準語を関東弁と面白がられますが、徳島の方言も少しずつ分かるようになりました(#^\_^#)

### ■休みの日の過ごし方は

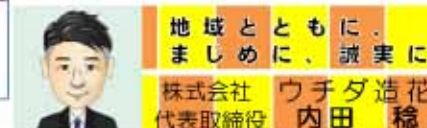
休日には吉野川市美郷にある「徳島カートランド」へ走りに行っています。サーキット特有の走行で走りますが、走っている時は気分も爽快です。また、釣りやカラオケも大好きでよく出かけています

### ■お客様へ

先輩達に指導を仰ぎながら、早く皆様のお役にたてるようになりたいです。お客様と良い信頼関係を築けるよう努力いたしますので、見かけましたらお気軽にお声掛けください。



## 社長からのつぶやき



地域とともに、まじめに、誠実に  
株式会社 ウチダ造花  
代表取締役 内田 稔

### ～平安会館リニューアル～

新年あけましておめでとうございます。昨年9月に平安会館が家族葬会館としてリニューアルオープンいたしました。ひとえに皆様のおかげと感謝いたしております。今回はリニューアルについて書きたいと思います。

近頃の葬儀は身内だけで行いたいという方が多くなってきました。一般的に家族葬というと、コンパクトで簡素なイメージがありますが、急な参列者の増加にも対応できるよう、各部屋とも十分なスペースをとることにしました。ゆったりとした空間であれば心に余裕もでき、故人様に向き合う時間も特別なものになると考えました。また、久しぶりに会う親せきとスムーズなコミュニケーションが取れるように、調度品やアメニティなど随所に工夫を施しています。

食事面では仕上げ膳をビュッフェ形式で提供することもできるようになりました。ビュッフェだと人数に多少の変動があっても融通できる上、お互いの分を取ってあげるなどして、銘々膳とは違った動きがでて会話も増えます。

また食事の分量も人それぞれなので、食べ残しの無駄も減らすことができるのではないのでしょうか。

式場は利便性以上に大切なことは、何のために葬儀を行うのかが感じられることであると考えます。そして葬儀は故人を偲び、皆で悲しみを共有し、宗教儀礼によって魂を送るということ、空間や時間によって感じてもらえるよう工夫を施しました。

家族が入り出す控え室前の通路には13体の仏像がいらっしゃいます。この通路は出棺路でもあり、家族と故人を温かく見守ってくれているようです。ご来館の際にはぜひご覧になってください。仏像にご興味のある方は本社2Fのショールームにも展示販売しておりますのでぜひお越しください。一日一施行だけの平安会館が心に寄り添う家族葬会館として地域に貢献できますよう取り組んでまいります。

## Q 葬儀社選びのポイントは？

A. 対応が丁寧で、質問にも親切に答えてくれるところを選びましょう！



- その他のポイントとして
- 葬儀費用について詳しく説明してくれ、詳細な見積もりを出してくれる
  - 見積書以外にかかる費用の説明もしてくれる
  - 希望をよく聞いて、希望にそった提案をしてくれる
  - パンフレットなどわかりやすい資料を用意してくれる
  - 担当者の人柄がよく、温かみがある などがあります
- 「全日本葬祭業協同組合連合会資料より」

私達も、良いご葬儀だったねとだけ言っていただけるよう日々精進してまいります



## いきいき健康便り ～認知症予防のために運動を～

認知症の危険因子の筆頭にあげられるのは「運動不足」です。数多くの疫学研究でも、運動習慣があるかどうかで認知症発症リスクが大きく変わることがわかっています。

認知症のリスクを上げる糖尿病、高脂血症、高血圧などの生活習慣病対策、いわばメタボ対策として筋肉を鍛える事が、即、認知症予防に繋がるのです。

なかでもおすすすめしたいのが、全身の血行をよくし、脳の活性も促す「有酸素運動」です。

対策としては、1回20～60分、週3～5回の早歩きが手軽です。のんびり散歩ではなく、大腿で腕を大きく振り、軽く息があがり汗ばむくらいのペースで歩いてみましょう。さらに、歩きたがら見つけた風景の中から「あ」のつく言葉を探したり、

目についたものを題材に次々に川柳を詠んでみたり何か課題をこなしながら歩いていくと非常に効果的です。

週3回以上歩く人は、運動不足の人より危険度が33%軽減されます。さらに週3回以上早歩きをすると、運動不足の人よりも50%もリスクが軽減するようです。

また、午後の30分間程度の昼寝も効果的です。睡眠は、脳の記憶定着に深く関与しており、さまざまな検証実験でも短時間の昼寝が予防に繋がることが明らかになってきています。30分間程度がよく、それ以上寝てしまうと、逆効果になります。昼寝のあと、寝さまましに運動を行うことを習慣化すると、より予防に効果があるようです。