八尾のまちの弁護士のつぶやき

八尾で地域に根ざした活動をされている阿吽法律事務所の弁護士、
高木先生によるコラムを掲載させていただくことになりました!!

会長就任おめでとうございます！

阿吽法律事務所の髙木です。

岡巌所長が八尾市倫理法人会の会長に就任されました。誠におめでとうございます。倫理法人会は「企業に倫理を！職場にこころを！家庭に愛を！」をスローガンに活動する経営者団体である一般社団法人倫理研究所の法人会員であり、八尾市倫理法人会は２００２年７月に設立され、毎週火曜日午前６時３０分からという尋常ではない時間帯にモーニングセミナーを開催するなどの活動をされています。私などは倫理観に乏しいことと朝早くに起きられないことから決して入会できない団体です。

ところで、私が岡所長とお知り合いになったのは、２００８年６月に岡所長が八尾ライオンズクラブに入会されたことがきっかけです。岡所長は八尾ライオンズクラブにおいても、入会以来副会長、幹事などの要職を歴任し、持ち前の行動力とリーダーシップを存分に発揮して青少年健全育成活動や地域活性化活動に取り組んでおられます。その活躍ぶりは他の追随を許さないところであり、それにより周りからも大きな人望を得ておられます。八尾ライオンズクラブ内からも「岡さん、そろそろ･･･」という声がちらほら上がっていたところですが、今回の八尾市倫理法人会会長就任の知らせを耳にして先を越された感を受けているのは決して私だけではないでしょう。

八尾市倫理法人会の会長任期は原則３年間であるとお聞きしています。岡所長には任期中健康に留意され、益々活躍されることをお祈りしております。
間違っても３年間が終わったら休めるとは思わないでくださいね！

阿吽（あうん）法律事務所
弁護士　髙 木 陽 一
http://www.aun-law.com
八尾市東本町3-9-19
リバティ八尾612号
TEL 072-990-5007
FAX 072-990-5008

プロフィール
昭和36年生まれ。
大阪市立大学法学部卒業。
大阪地裁、那覇地家裁裁判官（判事補）を経て、平成19年西天満に阿吽法律事務所を開設。
平成20年阿吽法律事務所を八尾に移転。

あとがき

最近、身の回りでいろいろなことが起きています。
あるお役を引き受けて、それに関連するのかどうかわからないのですが試されているような気がします。（高木先生･･･。あのね･･･。）
ちょっといろいろやっていた活動を整理しなければならないようです。
ひょっとしてステージが上がったのかな～。と言っていたら、
スタッフのみんなから冷たい視線を浴びました。
はい。段取りよくさせていただきます。
これも試練ですね。（汗）　バリバリだぜぃ！　　オカ

（有）丹陽社 一級建築士事務所
代表取締役　岡　巌

プロフィール
大阪市天王寺区に生まれる。
近畿大学理工学部 建築学科卒業。
小さいときは、おもちゃの刀を振り回すワルガキだったが、成長した今、お花とお酒を愛する穏やかな人物です･･･？？大学のゼミの先生の関連する建築会社にて設計と施工を学び97年独立。

一級建築士／一級建築施工管理士／日本板倉建築協会 理事
統括設計専攻建築士／大阪府建築士会
NPO法人 なにわ文化芸術芸能推進協議会（通称：カエパス）理事長
高安ルーツの能 実行委員会 事務長／能楽 観世流
一般社団法人錬信会 理事／無双直伝英信流 居合道教士七段
八尾ライオンズクラブ／八尾市倫理法人会

板倉造りの家
咲庵 show'un
咲庵show'un 板倉造り 無垢の家
有限会社　丹 陽 社　一級建築士事務所
〒543-0001 大阪市天王寺区上本町5丁目4-17-904 上本町アルティスクエア9F
TEL 06-6764-1956　FAX 06-6764-1957　Email show1un@tanyosha.co.jp
https://tanyosha.co.jp　丹陽社　検索
facebookも定期的に更新中！

咲庵通信 show'un leaflet

2017
10-11
合併号
vol.129

もくじ

丹陽社所長 オカのコラム

お年寄りと一緒に暮らす

Message

いま大きな変化が起きています。
世界に目を向ければ、難民問題や北朝鮮のミサイル発射。
この日本でミサイルの警戒警報が出るなんて思ってもみませんでした。
国会も衆議院選挙があります。自民ひとり勝ちだと思っていたのが希望の党が出来て民進党が消滅する。災害などもどこでいつ起こるかわかりません。
こんな時ほどぶれない判断軸を持つことが必要と思われます。私たちはまず建築士事務所だということを基本にもっていきたいと思っています。建築士事務所としていろいろなことにどう判断していくのか、判断しきれないこともあると思いますが軸にして行こうと思います。

oka

丹陽社の現場リポート

K産業様事務所が竣工しました。

八尾のまちの弁護士のつぶやき

会長就任おめでとうございます！

丹陽社
所長 オカの
コラム

お互いが気持ちよく過ごすための間取りって？

お年寄りと一緒に暮らす

つかず離れずの距離感で過ごせる二世帯住宅を

私たちに住まいの相談をされるお客様は、大きく二つの世代に分けられます。

30代から40代の子育て世代のお客様、そしてその親世代に当たる60代の現役を退かれたお客様。それぞれ単独で計画されることもあるのですが、二世帯同居という選択をされるお客様もおられます。

特に、ご両親が高齢になり、新築やリフォームをして一緒に暮らすというご家族には、設計にちょっとした工夫が必要です。

一緒に暮らすといっても、その年齢や健康状態、ご夫婦かお一人かまた性別によっても生活は一様ではありません。

生活のすべてを共有することは難しく、年代の違いによる生活時間帯のずれは必ずあるものです。

そのため、つかず離れずの距離感を保ちながら家族みんなが快適に過ごせるようにしたいものです。

お年寄りが地域から孤立しないような工夫が大切

リビングを完全に一体になるような高齢者室では、お互いに都合の悪いことも多く、少し離れて作ることがよさそうです。

反対にまったく気配のわからないほど独立性が高いのも問題です。

気軽にリビングに出てこられるぐらいの距離感がいいようですね。

長時間家にいることの多いお年寄りは、地域との交流が大切です。

部屋から通りが眺められたり、友人や隣近所の人たちが気軽に訪ねてきやすい動線を作って地域から孤立することがないような工夫も大切です。

お年寄りの部屋が外部に通じやすいことは、将来外部からの介護サービスを受けるのに対応しやすくなります。

自分でできる事はしてもらう、しやすい環境を整えてあげることが長生きの秘訣

お年寄りは基本的に自分のことは自分ですることが長生きの秘訣ですからそれを阻害しない間取りが理想です。

具体的には、部屋はトイレや浴室に行きやすくベットが置ける十分な広さがあること。

①湿気や臭気がこもらない換気設備があること。
②出入り口を引き戸にし段差を作らず、適所に手すりを付ける。
③夜間照明を廊下など通路に施す。

などです。

お年寄りが快適に自立ができ、家族のみんなとちょうどよい距離感を持つ高齢者室を作ることが家族みんなが楽しく過ごせる住まいなのかもしれません。

11月のイベントのお知らせ　要予約・参加費無料

“甲子園会館”を丹陽社と見に行こう！

甲子園会館は、昭和5年に甲子園ホテルとして竣工し、その後海軍病院・米軍の将校宿舎を経て、昭和40年、武庫川学院が譲り受け教育施設として再生しました。昔のすばらしい建築を丹陽社と一緒に見学しましょう！

日時　11月3日（金・祝）13：00〜15：30

場所　甲子園会館正門に13：00集合

お申込方法　HP・電話にてお申込みください。

丹陽社の

現場リポート

丹陽社の見学会の様子や、工事の進捗状況を報告していきます♪

K産業様事務所が完成しました

K産業様事務所が完成しました。
10月1日の竣工パーティーには、丹陽社もご招待いただき、完成をお祝いしました。
竣工した建物ではすでに事務所移設の作業が行われており、机等が配置されている光景を見ると、改めて無事に竣工しほっとした気持ちと、これからこの建物で皆さまが日々の業務に取り組まれる様子が想像でき、大変うれしく思います。
これからこの新社屋を通して、より効率良く、気持ちよく、業務に取り組んで頂けることを心から願っております。

暮らしの豆知識

秋の念入り美肌ケア

スポーツ・行楽の秋です。気持ちのいい秋晴れに、戸外へでかける機会も増えそう。空気が乾燥し始めるこの時期こそ、正しい洗顔と食事で美肌作りを。

美肌作りの第一歩。正しい洗顔をおさらいしましょう！

秋の肌は、紫外線や汗などによる夏のダメージを引きずっています。加えて、徐々に空気も乾燥し始めて、肌の潤い不足は加速中。冬を迎える前に、肌のバリア機能（角質層）を正常に回復させましょう。

NG やってはいけない洗顔

- 手でごしごし洗う
- 洗顔料を直接顔の上で泡立てる
- 熱めのお湯で洗う
- 入浴中のシャワーをそのまま顔に当てる
- タオルでごしごし拭き取る
- 1日何度も洗顔する

1 手を洗う

雑菌がついた手での洗顔はNG!!

2 手の平で洗顔料をよく泡立てる

きめの細かいふわふわ泡で、肌の刺激を最小限に抑えましょう。

3 Tゾーンから優しく包み込む

皮脂の多いTゾーンから洗い、Uゾーンへ、くるくると円を描くように。

4 ぬるま湯で洗い流す

33〜35度くらいのぬるま湯が適温。額の生え際など洗い残しがないように、鏡でチェックを忘れずに。

5 タオルで押さえるようにして水気を取る

肌に負担をかけないように。ごしごし拭き取るのは禁物です。

秋の食材で、体の内側から整える

肌の細胞が生まれ変わるターンオーバーのリズムが乱れていると、バリア機能も低下します。バランスのよい食生活で、体の内側から美肌ケアを。

美肌にいい栄養素	
ビタミンA 肌のバランスを整える	人参 ほうれん草 ブロッコリー
ビタミンB群 正しいターンオーバーを促す	かぼちゃ きのこ じゃがいも、栗
ビタミンC コラーゲン生成をサポート	さつまいも 山芋 青梗菜、柿
ビタミンE 肌の老化を抑制	秋刀魚、鰹 ぎんなん 豆腐
タンパク質 皮膚を形成する素	鮭、鯖 里芋 落花生
ミネラル 体内の代謝機能を正常に保つ	ごぼう、れんこん 春菊 ハマグリ