



どしてらば～

いかがお過ごしですか？



できる人がある 挑むひとがいる

Vol.64

隔月 20日発行

丸喜株式会社齋藤組

本 社 〒030-0822 青森市中央二丁目2-12
TEL:017-777-3329 FAX:017-723-1796
展示場 〒030-0843 青森市浜田一丁目7-10
TEL:017-729-8832 FAX:017-762-1648
<http://www.marukisaito.com>
E-mail:tenjijo@marukisaito.com

今年の夏は、ねぶた祭りも三社大祭も花火大会ありません。少し、いや、とても寂しい夏です。皆様 いかがお過ごしですか？

展示場は今年も玄関先で朝顔が次々と咲いています。ソーシャルディスタンスを保つためにも、今年の夏は庭いじり・野菜づくりが良いのかも……テレワークで少し体が重く、固く、なった方には、ウォーキング・ヨガが良いのかも……いつもと違う夏・いろいろ工夫しなければいけません。

さて、今回は、昨年工事が完成し10月にOPENした「YOGASTUDIO oNeself」の紹介です。



うれしい変化で充実した毎日をおくる

「YOGASTUDIO oNeself」

昨年、内装工事を担当させていただいた、ヨガスタジオです。今月は、7月にスポーツの日があるので、心も体も気持ちよく健康になれる運動にスポットを当てました。

※スポーツの日は本来は10月の第2月曜日に定められていますが、2020年に限り、東京オリンピックの開会式に合わせて7月24日に変更されています。

「杉板のエントランス」

目隠し用に杉板を設け、レッスン空間と、オフィシャルな空間をぬくもりのある杉板で空間をセパレートしました。

「2種の木目フロアタイルをランダムに」

床は、2種の木目調フロアタイルをランダムに配し、自然な風合いを実現しながら、スポーティな動きもタフに受け止める仕様としました。



「YOGASTUDIO oNeself」

青森市古川にあるスカイビルの3階にスタジオはあり、昼間は心地よい陽光が足元に射込む素敵な立地です。

室内の形状を活かし、道路側の壁一面から採光を取り、今の時期は新鮮な風が室内の空気をフレッシュにしてくれます。

「ZOOMを使ったオンラインレッスン」

oNeselfさんでは新型コロナウイルスの拡がりを受け、ZOOMを利用したオンラインレッスンも行っています。

自宅にいながらも、スタジオの雰囲気を感じながら、レッスンを受けることができます。今の時期以外にも、家から出たくないけれど、運動はしたい。。。そんなときにも活用できそうです。

また、工事中からデッドスペースとなっていた、柱と柱の間の壁面がちょうどよいプロジェクターの投影場所としてグッドスペースになっていました。

「多忙な日々から解放され、心を満たし、活力を保つ」

それぞれの多忙な生活のなかでもカラダを動かし、リフレッシュする。そんな心地の良い空間の一つになればと想い、各所に杉を用い、オフィスビルの中でも、温もりと清潔感を感じられるような雰囲気になっています。

充実したライフスタイルを実現し、日常を、より上質な日常に、そして活力をプラスしてくれるヨガ。新型コロナの拡がりを受け、以前と比べると、運動と距離を感じてしまうこの頃ですが、ヨガスタジオワンセルフさんでは、ZOOMを通じて、オンラインレッスンを行っているので、代表の成田さんにぜひご相談してみてください。

Instagram (yogastudio_oneself) では、詳しいスケジュールも載っているので、ぜひご覧ください。



YOGA STUDIO oNeself
青森市古川1-15-10 スカイビル3F
TEL 080-5565-5115
URL <http://yogaoneself.com/>
JR青森駅より徒歩9分



樹木と抱き合おう

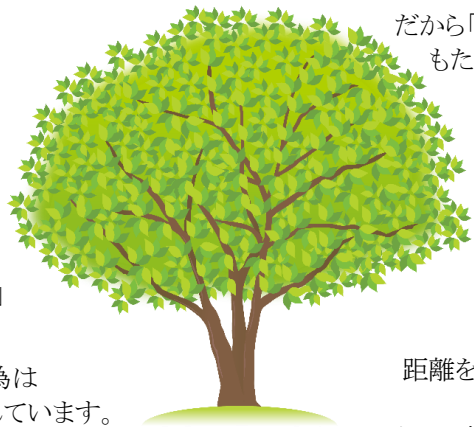
COVID-19こと新型コロナウイルス感染症が世界中に蔓延する中、アイスランドの森林管理局から「樹木と抱き合おう」と呼びかけるニュースが流れました。

新型コロナウイルス感染を防ぐ手だてとして、人と人との社会的距離を保つソーシャルディスタンスが求められています、これが結構厄介。自宅などに籠もり、他人と対面しないようになり、会話も電話やネット経由ばかり。

外出しても他人とは2メートルの距離を開けると言われ、人と触れ合うのは「濃厚接触」と言われる・・・。

しかし、それがあまりに長く続くと、「人と触れ合えない」ことがストレスとなり、精神的に辛くなってきます。今度はそれで病気になるそうですよね。そこで「樹木とハグしてストレスを解消しよう」というわけです。

この奇抜と思われる提案ですが、この行為はすでに日本でも「森林療法」として推奨されています。森の中に入り、樹木と触れ合うことでストレスを解消するだけでなく、さまざまな精神的疾患を緩和し、また疾病からのリハビリテーション、免疫力アップの効果も認められており、そのなかに「樹木と抱き合う」と言うのも含まれているのです。



この療法は、何も思いつきではありません。科学的な考証が行われており、森に入る前と後で血圧や脳波を測定したり、ストレスホルモンの量を検査したりして、明らかに有為な差が出ることを証明されています。また免疫細胞の活性が高まったという報告もあるのです。

つまり森の中で過ごすことは、メディカルな手段となると認められているのです。

だから「木と抱き合う」ことが、新型コロナウイルスがもたらす不安や、人と交わらないストレスを和らげる可能性が十分にあるようなのです。

なお、せっかく森に入っても他人が近くにいたり、一度抱きつかれた樹木にまたすぐ触るのではウイルス感染の危険性があります。

そこでアイスランドの国有林は、きちんとソーシャルディスタンスを保てるように、森に2メートル間隔の印を付けており、適切な距離を保って樹木にハグできるようにしているそうです。

幸い、青森には樹木がたくさんあります。小さな公園では雑音も多く近くに他人がいるかもしれませんが、少し足を延ばせば気軽に樹木に触れられる環境が近くにあると言うのは、これからの時代、とても恵まれた県に住んでいると言えるのではないのでしょうか。



弘大卒 気鋭の漫画家活躍

「青森でも描ける」「地元発の物語を」

このようなタイトルの記事が、東奥日報に6月29日付で掲載されていました。

本県出身でともに弘前大学を卒業した新進気鋭の2人の作品が今、一方はテレビアニメ化、もう一方がKADOKAWAから第1巻が発売され、発売日翌日には重版が決定したというこの記事をご記憶の方もいらっしゃると思います。今回はこの内容をもう少し掘り下げて見ました。

まずは、県内で創作活動を続ける「もぐす」さん。デビュー作の「恋と呼ぶには気持ち悪い」は、大学卒業後は一般企業に勤めながら漫画を描き続け、SNSに投稿した本作が一迅社の目に留まり、2016年単行本デビュー。現在もウェブ雑誌「comic POOL」にて大ヒット連載中で、テレビアニメ化も決定。すごいですね。

このもぐすさん。「青森にいても漫画は描ける」と、さながら今流行のテレワークのようです。

単行本の中でも、青森県在住と紹介していますし、取材のために色々県外に行ってきました！と、青森が拠点であることをアピールしていて、県民として何だか嬉しくなってしまうエピソードを載せていたりします。



この「恋と呼ぶには気持ち悪い」ですが、漫画自体に青森らしきものは残念ながら出てきません。ですが、登場人物に出身が青森県と言う女性がいて、単行本の中のおまけ漫画内で、実家との電話の際、かなりキツイ訛りを使っているのが印象的です。

もう一方は、平川市出身の「新挑限（あらいどかぎり）」さん。津軽地方を舞台に描いた漫画「じいさんばあさん若返る」が即重版。内容は、とある理由で津軽の老夫婦が若返ってしまうお話。そんな奇想天外な内容と、津軽弁や日々の生活感が人気の秘密のようです。

この漫画ですが、単行本の作者紹介のページで「作中の方言は津軽弁ベースです」と注意書きのように書いてあります。1ページ目から「私」に「わ」のルビで驚かされ、「へばの」に「じゃあな」のルビ等々…。濃い津軽弁です。



印象的なのは、漫画内での生垣の手入れのお話。

お年寄りばかりで手入れもままならない生垣を見て、若者が言います「景観が〜とか言うけど切ってしまえばいいのに」と。そこに、若返ったおばあちゃんがチェーンソーで颯爽と手入れを始め・・・。それを見て自分もやりたい！と言い出すシーン。

生垣を出すあたり、さすが平川市出身！新挑さんの「農作業をする姿もかっこいいと伝えたい」と言う思いが良く表れている場面だなと思います。

二冊とも、ぜひ機会があったら読んでみてください。



弘前こぎん研究所



弘前こぎん研究所ピロティ



弘前市役所市民課草案窓口



丸喜齋藤組 HP

・住宅に関する、質問・ご相談・お問合せは電話・FAX・メール・郵便でいつでも受け付けております。

展示場

E-mail : tenjijo@marukisaito.com TEL : 017-729-8832 担当 吉川・一戸



instagram

～津軽こぎん刺し～

女性を中心に人気が高まっている「津軽こぎん刺し」。自分でも作ることができ、女性向け通販サイトで手芸キットが販売されたりと今話題を呼んでいます。初めての方はキットがあると材料をそろえる手間が省け始めやすいですね。自宅時間を楽しむツールの一つに加えてみると楽しめそうですね。

◆ルーツ

津軽の厳しい長い冬を快適に過ごすための知恵と工夫から生まれたものです。江戸時代、津軽の農民たちは麻の着物しか着ることが許されなかったのです。目の粗く保温性の高い麻布の目を埋めるように糸を刺し、保温力と強度を補うように工夫したのが「津軽こぎん刺し」の始まりです。

◆弘前こぎん研究所(木村産業研究所)

JR弘前駅から車で10分ほどの住宅街に佇む真っ白な建物1階にあります。日本の近代建築家、前川國男が日本で初めて手掛けた建物です。前川國男はフランス留学し、ル・コルビュジェに師事。こちらの建物にもその影響を感じることができます。こちらの建物にもその影響を感じることができます。玄関天井と建物右奥にあるピロティ部分の天井の鮮やかな赤と白の壁のコントラストが何ともモダンです。

◆日常空間にこぎん刺し

弘前駅前広場、土手町歩道、弘前市役所市民課総合窓口など、気付きを向けると身近に存在しています。刺し子による保温や補強が必要なくなった現代でも、しおりや名刺入れなど暮らしに彩りをもたらしてくれる伝統工芸です。



弘前市駅前広場



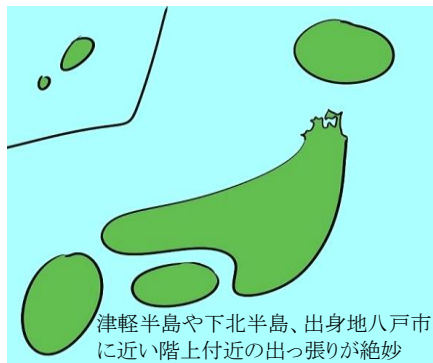
弘前市土手町歩道

バレバレどころの騒ぎじゃない 何県民かバレる日本地図

日本地図、誰でも一度は描いてみた事があるのではないのでしょうか。その描いた日本地図で、出身県が青森だと分かってしまうという・・・そんな地図がTwitterで話題だと言うので調べてみました。

ツイートしたのは漫画家の中音(なかね)ナタさん。(八戸市)

「#何県民かバレるツイートをしろ」という呟きに、右のような地図をツイート。



津軽半島や下北半島、出身地八戸市に近い階上付近の出っ張りが絶妙

全体はかなり大雑把なのに、一部だけ克明にリアルに描かれていて、これはもう青森県民以外考えられない！と、10万件を超える「いいね」が付けられていました。(7/15日現在)

これに対して中音ナタさんは「覚えやすい形で誇りに思っています」との事。

確かに、内陸県では同様には描けませんね。改めて青森県の形の美しさを感じます。