

# 大五建設社内報

平成30年10月24日発行

～第53号～

編集：ハツラツ委員会

## <ハツラツ委員会>

今年度後期の委員会が再編され、10月1日から新たに活動を開始しました。メンバーは諏訪係長・青木さん・須藤さん・宮本（リーダー）です。

ラジオ体操・月曜朝の社員お出迎えなど、前期から活動は引き継いでおりますが、新たな活動も模索しています。全社員がハツラツと毎日を過ごせるように、元気で一丸となって会社を盛り上げていきます！



諏訪係長(左上)、青木さん(右上)  
須藤さん(左下)、宮本(右下)

## <乳酸菌で健康作り>

キムチ鍋を作りました。キムチは乳酸菌を豊富に含む食材ですが、乳酸菌自体は加熱することで死んでしまいます。しかし乳酸菌の死骸は腸内で生きた乳酸菌の餌となり、乳酸菌を腸の奥まで届ける役割をしています。健康作りのためにも、キムチ鍋をぜひおススメします。



(青木)

## <安中祭り>

10月6、7日に安中祭りがありました。安中市役所を中心に山車やお囃子などが披露されました。一昨年までは2年に1度の開催でしたが、去年から毎年開催するようになりました。安中地域の人々の活気があふれるお祭りなので、機会があればぜひご参加ください。



(須藤)

## <吉田地区体育祭>

10月7日（日）に吉田小学校グラウンドにて吉田地区的体育祭が行われました。会社からは南蛇井にお住いの田中さん・越田さんが競技に参加されました。総合優勝は越田さんが所属する南蛇井中区でした。おめでとうございます。当日は良く晴れた天気でしたが、10月にしては30度を超えるほどの暑さでした。しかし暑さに負けず皆さん一生懸命頑張っていました。なお宮本は消防団員のためグラウンドで待機していました。



リレー競技に参加する越田さん（中央）

## 〈TKGY〉

「TKGY」をご存知でしょうか？最近SNSで話題になっている石川県の料理です。「TKGY」とは、卵かけご飯 "焼き" の略です。その名の通り、卵かけご飯をフライパンで焼いた料理ですが、調理法が単純な割にとてもおいしいと話題です。レシピは、ご飯180gに卵1個・白だし小さじ2杯分を混ぜ、油を引いたフライパンで片面1分半、ひっくり返して40秒焼き、海苔とネギ・わさびを添えて醤油をかけて完成です。

すごく簡単でおいしいのでぜひやってみてください。



(須藤)

## 〈秩父旅行〉

9月17日に家族と秩父旅行に行きました。目的は荒川のライン下り（全コース）に参加することでした。娘が妻の母を連れて行きたいと計画しました。全コースのライン下りは、緩やかな所や少々荒れる所（少し水がかかる場所）もあり、とても楽しかったです。また昼食は有名な「わらじカツ丼」をいただきました。有名なことだけあって列に並ぶことになりました。次回行く際には有名なかき氷を食べてみたいです。



写真は「2枚乗せわらじカツ丼」（¥1,030）

(諏訪)



ライン下りの様子。  
一番左から諏訪、妻、妻の母

## 〈柿の木の育成〉

自宅で柿の木を育てています。半年前に植えたばかりです。品種は富有柿です。柿は種まきして実がなるようになるまで8年かかると言われています。今はまだ細い幹に小指ほどの枝しか生えていませんが、日々の観察の中で少しづつ変化を見つけるたびに嬉しくなります。今後の成長がとても楽しみです！ 大事に育てます！



(青木)

## 〈富岡どんと祭り〉

10月20日に富岡どんと祭りに参加しました。「踊り流し」と「山車と踊りの競演」にて四丁目（しちょうま）と賛手呼（さんてこ）を踊りました。先頭の方にはプラカードの他に、祭り仕様の「大五郎」と「かんな」を持っていただいたので目立ったのではないかと思います。このように地元のお祭りに参加することができ、非常に楽しいです。次回も一致団結して参加したいと思います。

