

渡辺ハウジングOBの皆様と  
来客のお客様にお届けする

# やすらぎ通信

渡辺ハウジング  
03-3959-8743



例年より早く咲いた花もいつしか過ぎ、葉桜の季節となりました。

まさに花の命は短くて・・・。  
だからこそ輝きを放つのかも

しませんね。

皆さんは、お花見を楽しまれたでしょうか？

私は残念ながら見頃の時期と休日が重ならず、  
通勤途中に出会う桜しか見ていませんので、桜大好き人間として何となく心残りのまま春が過ぎてしまいました。



さて4月、多くの企業や学校でも新年度が始まりました。

春の陽気に誘われて身も心も躍りがちですが、ここが肝心。

計画や目標をしっかり立て、気分を引き締め新しいスタートを切りましょう。

環境が変わった方も多いと思いますが、お体には十分気をつけてお元気でお過ごしくださいね！



## 大切な家づくりの流れ

### 4. 建て方 (たてかた)

建て方とは、現場において建物の主要な構造材を組み立てること。木造建築では土台、柱、梁、小屋組みを組み上げて棟上げまでの作業工程をいいます。

工程は次の通りです。

- ① 基礎工事完了後、土台を設置し、基礎と土台をアンカーボルトで緊結。

※基礎コンクリートからの湿気が土台に上がってこないよう遮断するため、土台と基礎の間に防湿シートや基礎パッキンなどを敷いて、直接基礎に触れないようにします。

- ② 土台の上に柱（ツーバイフォーの場合は壁パネル）を立てる。

- ③ 1階の柱（ツーバイフォーの場合は壁パネル）を立て、胴差しや梁で柱と柱をつなぐ。

（ツーバイフォーの場合は2階の床組みをします）

※胴差しとは、在来工法において、2階の床の高さで建物の周りをぐるりと巡る横架材で、2階の床を作るための部材。

- ④ 2階の柱（ツーバイフォーの場合は壁パネル）を立て、桁や梁で柱と柱をつなぐ。

- ⑤ 小屋裏に小屋束を立て、母屋を上げていき、一番高い所にある棟木を上げ（上棟）、建て方完了。

※束（つか）とは、2階の梁の上や、1階の床下などに立てる短い柱のこと。

※母屋（もや）とは、屋根の最も高い所にある棟木と平行して配され、屋根の荷重を支えます。

さあー、次は、

いよいよ上棟式です。



## 「穀雨（こくう）」

春季の最後の節気で、4月20日頃。

三寒四温の言葉通り、暖かかったり寒かったりころころと変わりやすい春の天気も、この頃からやっと安定し日差しも段々と増してきます。

この時期に降る雨は、地上のすべての生物を潤し、芽を出させる春雨として「百穀春雨」と呼ばれます。

梅雨時の長雨と違って、高温でジメジメした湿気による不快感はそれほどではありませんが、やはり雨降りは外出も億劫になりがちで、少し憂鬱な気分になりますね。

でもそんな勝手は言えません。

地上を潤し、生物の成長に欠かせない春雨は、まさに天からの恵みの雨と言えるかもしれません。



大事な種まきを始めるのにも適した時期でもあり、農作業の目安にされているようです。

## ジェネリック医薬品のこと



最近よく耳にする【ジェネリック医薬品】

ジェネリックとは、一般的なという意味で、新薬の特許期間満了後に厚生労働大臣の承認を得て販売される後発医薬品のことです。

新たに開発される新薬（先発医薬品）に比べ、承認審査の手続きが簡素化されていて、研究・開発のコストが抑えられることから、新薬と同じ成分、効能や安全性が確立され、しかも安く得られる医薬品と位置付けられています。

CMでも目にすることがあり、既に多くの方がご存知かと思います。

最近では、企業の健保組合でも積極的に利用を促すところが出てきているようです。

政府は、ふくらみ続ける国の医療費の削減、患者一人ひとりの医療費負担の軽減を目的として、生活習慣病対策、介護予防などと共に後発医薬品使用促進の方向性を打ち出しています。

【ジェネリック医薬品】について初めて聞いた時は、単に特許が切れた商品が安く販売されるのだと勘違いをしていました。

実際は、特許期間の切れた新薬とは全く同じ品質にはならない可能性もあるようです。

というのは、新薬の開発・製造を得意とする会社と、ジェネリック薬の製造を得意とする会社が異なるからで、例えが適当かどうかは判りませんが、料理で言うなら、同じ食材、同じレシピでも作る人によって全く別の味に仕上がってしまうといったところでしょうか。

又、別の問題として、ジェネリック医薬品の流通上の問題や、先発医薬品製造企業に比べ、薬に関する情報提供が少ないこと、シェア争い及びジェネリック医薬品の普及による先発薬の研究開発力低下などが心配

されているようです。

急速に高齢化が進む現在、医療費負担の軽減は、政府にとっても、私たち国民にとっても重要な課題です。



そのためにも、医師からの治療方針案の一つとして、患者に低価格のジェネリック薬品に関するアドバイスを期待するとともに、その品質の向上と環境整備をお願いしたいところです。

患者側から医師に、ジェネリック医薬品に変更したい旨を伝えるのは躊躇してしまう場合があると思います。

そんな時は「ジェネリック医薬品お願いカード」というものがあります。



このカードを提示すると、

「ジェネリックに変更してほしい」という意思表示ができるので、医師に直接言いにくい場合は活用してみてください。

今の時代、薬を処方される患者自身が、今まで以上に薬に対する知識を身につけなければならないのかもしれないですね。

自分の命と生活を支えるために・・・。

### 「編集後記」

待ち焦がれていた桜の花も、あっという間に開き、ゆっくりに楽しむ間もなく既に葉桜。

これも異常気象の影響でしょうか？生物にとっては過酷な環境を強いられているのかもしれないですね。

新学期を迎え、通勤途中などで新幼稚園児や新小学生の姿を多く見かけました。

嬉しそうな子ども達より付き添う両親の方が緊張気味。親の心配はいつも尽きませんが、健やかな成長を見守ってあげてください。

※「やすらぎ通信」をメールでご覧いただけます。

ご希望の方は、アドレスをお知らせください。



また、ご不要の方もご一報ください。

編集責任者

渡辺 田鶴子