

心ゆたかに

発行 株式会社天峰建設 袋井市横井 115-3
TEL0538-43-6773 FAX0538-43-7250
ホームページ <http://www.tenpou.co.jp/>
Eメール tenpou@mail.wbs.ne.jp

第 107 号 発行日 平成 25 年 9 月 1 日

六角納骨堂上棟式

澗泉山瑞応寺



瑞応寺様の上棟式の様子

去る六月二十七（木）、静岡県浜松市浜北区新原の瑞応寺様（臨済宗方広寺派・森田浄圓住職）において、六角納骨堂の上棟式が執り行われました。

数々の伽藍を手掛けてきた天峰建設としても、この規模の六角堂は初の試みで、若手の山田俊棟梁も屋

根の納まりを事前に模型を作って確認するなど努力を続け、良い経験を積ませて頂きました。

現在完成を目指して鋭意努力中で、この新聞が配布される頃には完成した姿が見られると思います。



完成間近の六角納骨堂（八月撮影）

薬師堂上棟式

正浦山永心寺

去る七月九日（火）、静岡県浜松市東区市野町の永心寺様（曹洞宗・宇井貴

道安養寺住職兼務）において、薬師堂の上棟式が執り行われました

現在順調に工事が進んでいて、完成は九月十七日（火）を予定しています。



薬師堂の外観（八月撮影）



永心寺様の上棟式の様子

「備災」

日本テンブルヴァン(株) 井上拓郎

「南海トラフ巨大地震」

先月の八日「奈良県を震源地とする震度六強の地震が発生する」という、緊急地震速報が流れました。最終的には誤報であると気象庁が発表致しましたが、皆さんの周りでも、突然の携帯電話のアラーム音で驚かれた方も多かった事と思います。

さて今回はその地震に関連して、内閣府が五月二八日に発表した、南海トラフ巨大地震対策検討ワーキンググループ最終報告に関連し「備災」についてお話し致します。

この最終報告によると南海トラフ巨大地震の発生を予知することは困難であるが、実際に起こった場合、その被害規模の想定は、死者約三二二万人、負傷者約六二二万

人、建物の全壊約二三九万戸、経済的損失は二二〇兆円と見込まれ、事前に対策を検討すべきといった内容でした。南海トラフ地震の発生は、予知が困難とあるが過去一〇〇年から一五〇年おきにマグネチュード八クラスの巨大地震が周期的に発生している事が過去の歴史から判っています。

また過去の地震の際（東南海地震一九四四年、マグニチュード七・九、南海地震一九四六年、マグニチュード八・〇）に南海トラフ沿いの岩盤だけがずれて、駿河トラフ周辺の岩盤は一五〇年以上もずれてないことになり、東海地震はいつ起こってもおかしくないと言われています。

二〇一一年三月十一日、甚大な被害をもたらした東日本大震災。大勢の方が被害に遭いましたが、この震災により多くの事も

学びました。地震の発生は防ぎようがありませんが、事前に来れる限りの事を備えることが重要です。

「備災」

毎年九月一日は、防災の日として、企業や学校などで防災訓練などを実施しているところが多いと思います。一九二三年九月一日に発生した関東大震災を忘れることなく災害に備えようと、閣議決定により一九六〇年に防災の日としました。大震災やゲリラ豪雨などの突発的な自然災害においては、未然に防ぐことが難しい一面もあり、その対策としては、防災より備災のほうが、

(次頁へ続く)

意味としては近い様な気がします。

この備災ですが、災害が起こった場合に、どの様に対処をするのかを事前に関係者で協議し、実際に災害が起こった場合に速やかに行動に移し、出来る限り被害を少なくする事が第一の目的です。そこで具体的に、ご寺院で出来る備災について例を挙げてみたいと思います。

お盆やお彼岸の時期には、境内墓地にお墓参りに来られる方が大勢いると思います。もしその状況で、緊急地震速報などで大地震の発生が事前に判った場合、檀家さんの避難する場所を定めていますか？墓地で大地震が発生した場合、多くの墓石が倒壊します。その場にいる人は、倒れてきた墓石で怪我をする可能性があります。先般の気象庁の奈良県を震源地とする緊急地震速報

は誤報でしたが、事前に備える事が出来れば、被害を減らす事が出来ます。また境内建物で火災が発生した場合も同様に、どちらへ避難を誘導するかを定めておくと、万が一の際にも即対応が出来ると思います。これらの事は、ご住職や寺族の方で出来る防災（備災）訓練ですので、是非一度おこなわれることをお勧め致します。万が一の際の対応だからこそ、ご寺院とお檀家さんや近隣住民の方との信頼関係が、より一層強固なものになることと思います。

新谷山宗心寺様でお披露目

静岡県御前崎市白羽

去る七月二十八日（日）、御前崎白羽の宗心寺様（曹洞宗・爾見知博住職）で、本堂改修工事の完了報告を兼ねたお披露目が執り行われました。

厳かな雰囲気の中、参列者が一人一人焼香して工事の完了を祝いました。住職から檀家さんへの感謝の気持ちとして天峰建設に模擬店のご依頼があり、賑わいに華を添えさせていただきました。



天峰建設の模擬店



宗心寺様のお披露目の様子

知って得する

コラーゲンの話



最近よく耳にするコラーゲン。健康食品やサプリメントのCMや特集番組など、テレビやラジオで耳にしない日は無いのではないだろうか。それほど馴染みのある言葉なのに、いまいち何物なのかよくわからない。今回はコラーゲンのお話です。

コラーゲンは真皮や靭帯、骨、軟骨などを構成するタンパク質で、人間の場合身体の全タンパク質の三割をコラーゲンが占めます。コラーゲンはタンパク質の鎖が三重螺旋（らせん）構造をしていて、加熱してこの三重螺旋構造を崩し一本一本の鎖に解き精製したものがゼラチンです。ゼラチンは動物の骨や皮の煮汁が冷えて固まった煮こごりの主成分で、ゼリーの材料や写真のフィルム材料になります。ゼラチンは温水にはよく溶けて冷えると固まりますが、冷水にも溶けるくらい分子を細かくしたものがコラーゲンペプチドです。コラーゲンを含

むサプリメントやドリンクの場合、コラーゲン配合と謳っていても実際にはこのコラーゲンペプチドの形で含まれている場合が多いと思います。

皮膚を構成するタンパク質でもあるため、コラーゲンを摂取すると肌が活き活きするとか、美肌に効果があるとか信じられている方も多いと思いますが、コラーゲンを摂取したからといってそのコラーゲンはそのまま肌のコラーゲンにはなりません。コラーゲンは消化吸収の過程でアミノ酸に分解されて、身体中に送られ、アミノ酸を必要としているところで使われます。肌のコラーゲンもアミノ酸から作られます。バランスの悪い食生活でタンパク質が不足していれば、美肌のためにコラーゲンを摂取しても不足分を補うために用いられてしまい、肌にまで回るかわかりません。

肌の代謝にはビタミンCも必要で

す。コラーゲンだけ摂ってもアミノ酸に分解されてどこで使われるかわからない上に、ビタミンCが不足していれば美肌どころではありません。タンパク質が不足している状況をコラーゲンを摂取して補うのは本末転倒です。タンパク質が足りていて他のビタミンなどもバランス良く摂取出来ていることが大切なのです。鶏肉などは脂肪分が比較的少ないうえにアミノ酸もコラーゲンも多く含まれています。バランスの良い食事を心掛けることが、コラーゲンのサプリメントやドリンクに頼るより確実に安上がりなのです。

編集後記

前号の四面一段目の右から十二行目の「全社は」は「前者は」の間違いでした。

天峰建設 井口