



# Threepeace



スリーピース気仙沼出荷センターからの

# 気仙沼だより

VOL. 1 / No.05  
12月号



待望の  
仮設店舗が  
次々完成!

## 「ここから、ガンバッペ!!」



気仙沼仮設飲食店「福幸小町」(3カ所18店舗)は飲食店(唐や)を営んでいる代表者の吉田さんが気仙沼の被災した飲食店や商店・事務所の為に立ち上げた復興プロジェクト!!  
数々の困難を乗り越え、縁起がいいネーミングで11月下旬から順次内装を始めオープンする予定。  
全国の会員の皆様も気仙沼にいらした際にはぜひ立ち寄って下さいね。

## 復活港町気仙沼プロジェクト

# 復興屋台村気仙沼横丁OPEN!!



### 周辺の状況



気仙沼市が私有地を借上げ、中小企業基盤整備機構が店舗を建設した、仮設の飲食店街「復興屋台村 気仙沼横丁」が11月12日「プレハブからの再出発」を合言葉にオープン!!  
26日から22店舗が営業を開始!!  
実行委員長をつとめているのは気仙沼出身の岩手佳代子さん。  
仙台在住で地元情報番組のキャスターをしている。



# 風邪&インフルエンザ撃退法

冬至も間近に迫った昨今、風邪やインフルエンザが流行する季節がやって参りました。皆様は風邪の予防策として、正しい手洗い・うがいの仕方をご存知でしょうか？そこで今回は、意外と知らない風邪の原因と正しい手洗い・うがいの仕方をご紹介します。

## 風邪の原因

まず、どのようにして風邪を引いてしまうのか、その原因を知りましょう。風邪の病原体が身体に感染する経路には、三種類あります。空気感染、飛沫感染、接触感染です。  
1、空気感染は、空気中に浮遊している風邪の病原体を吸い込むことにより感染することです。  
2、飛沫感染は、咳、くしゃみ、会話などで飛散した風邪の病原体を吸い込むことにより感染することです。  
3、接触感染は、風邪を引いた人が使った物や風邪を引いた人と接触したことにより風邪の病原体に感染することです。  
これらの三種類の感染経路から、風邪の病原体は主に鼻、口、手から感染することが分かります。

## 正しいうがいの仕方

これを踏まえて、正しいうがいの仕方をご紹介します。

- 1、清潔なコップに水道水を汲み、最初の水でコップの中を軽く洗い流します。
- 2、コップの水の量はうがい2回分用意します。必要な場合は、うがい液を混ぜておきます。
- 3、コップの水を口に含み、そのままの状態でもぐもぐと口の中だけをすすぎ吐き出します。
- 4、新しい水を口に含み、「ガラガラ」とうがいし、吐き出します。うがいをする際「ガラガラ」をするのは、2回目の時にします。

※1回目のうがいの際に「ガラガラ」としてしまうと、うがい水で口の細菌がのどに運ばれてしまうので注意しましょう。 つづいては、手に付いた細菌を落とす、正しい手洗いの方法をご紹介します。

## 石鹸を使う場合

## 正しい手洗いの仕方

## 消毒ジェルを使う場合

①流水で手を湿らせ、石鹸あるいは洗浄剤を用いる



②両手のひらをよくこする ③手の甲をこする



④指の間もよく洗う ⑤指先は特に入念に洗う



⑥親指をにぎり洗いする ⑦手首も忘れずに洗う



⑧石鹸が十分落ちるまで、流水ですすぐ ⑨清潔なタオルでよく拭き取り、乾燥させる



②乾燥しない量を手にとる ③両手の指先を消毒する



④手のひらをすり合わせる ⑤手の甲にすりこむ



⑥指の間は根元にすりこむ ⑦親指は反対の手で包むようにしてねじる



⑧最後に手首にすりこみ乾燥させる



いかがでしたでしょうか。ひとつでも皆様のお役に立てれば幸いです。是非実践してみてください。

参考資料 / ジョンソン・エンド・ジョンソン  
URL / [http://www.jnj.co.jp/jjmkk/general/dr/hand/hand\\_1.html#sec01](http://www.jnj.co.jp/jjmkk/general/dr/hand/hand_1.html#sec01)



## 気仙沼の現状

KYOTO  
KAKIMOTO 恋文大賞  
手紙部門〈一般の部〉

## あなたへ

文化の日に約9千通の中から東日本大震災で津波にのまれ行方不明になった夫への思いを綴った気仙沼市の菅原文子さんに京都柿本主催の「恋文大賞」が贈られた。5ヵ月以上経ったのちやっとペンをとれたという手紙…。読むと胸がつまります。

ひぐらしがうるさい位鳴いています  
きょうは八月二十一日 日曜日  
お盆を過ぎて街は静かになりました  
あなたが突然いなくなつて五ヵ月と十日  
もう五ヵ月まだ五ヵ月とともも複雑です  
あの日忘れようにも忘れられない  
東日本大震災が起きました  
あなたは迎えに行つた私と手を取り合つた瞬間  
凄じい勢いで波にのまれ私の目の前から消えました  
いつ体何処へいつてしまひましたか  
あの時から私の心はコンクリート詰めになり  
山々が新緑に覆われても桜が咲いても  
何も感じる事が出来ず声を上げて  
泣くことすら出来ずにおります  
そして息子達も私も語り尽くせぬほどの  
様々の事があつて今日に至ります  
突然いなくなつたあなたに伝えたい事  
聞いて貰いたい事が山ほどあつて  
心の整理もつかないけれど手紙を書く事にしました  
お店のこと心配していますか  
お店はたくさんの方々の応援をいただいて  
四月二十三日仮店舗をオープンしました  
十三坪の土地に三坪のプレハブテナントをひと張り  
混乱の中で息子達はほんとによく頑張りました  
そのお店の真向かいには一軒家も借りる事が出来  
家族五人で暮らしています  
全国の皆さんからたくさんのご支援をいただいて  
その上素晴らしい方々とも  
出会うことが出来ました

又私が書いたお酒の「へげねえぞ気仙沼」のラベルが  
とても好評で多くの方々に買って頂いて  
ある方に「これは旦那様が書かせてくれたのよ」と  
言われました  
私もきつとそうだと思っています  
何も言えずに別れてしまつたら  
ありがとうと伝えたくて切なくて悲しくて  
どうしようもないけれど  
三十八年間一緒にいてくれて仲良くしてくれて  
ほんとにありがとう  
感謝して頂いて  
これからはあなたが必死で守つてきた  
お店のれんは私が息子達と守ります  
大丈夫です あなたはきつと何処かで  
私達のこと見守つてくれているのでしよう  
吹いて秋がやつてきます  
願わくは寒くなる前に雪の季節が  
来る前にお帰り下さい  
何となくも帰つてきて下さい  
家族みんな待っています  
私はいつものように お店を待っています  
只々ひたすら  
あなたのお帰り待っています  
平成二十三年八月二十一日  
菅原文子



## 気仙沼支援最新情報!!

### 11月度の義援金は気仙沼リトルリーグに寄付させて頂きました。

## フコイダンDX愛飲者からの喜びの声!!

岡山県 40代 女性



私は毎年花粉症に悩まされていました。そんな私に友達がフコイダンDXを勧めてくれました。まだ飲み始めて日は浅いのですが、最近花粉症の症状が少しよくなったような気がします。これからの本格的な花粉の季節に向けて、フコイダンDXを愛飲していきます。

大阪府 30代 女性



フコイダンDXを飲むようになり、皮膚炎がだんだんと良くなってきているように思えます。冷えに悩まされていた右足は、体温が上昇していったことにより、温かくなっていきました。

愛知県 40代 女性



フコイダンDXを飲み始めて1年が経過しました。以前と比べて健康的な身体になったように感じます。おかげ様で病気知らずの日々を送っております。二年目に突入し、これからもフコイダンDXを飲み続けていきます!

## セミナー情報



★セミナー情報は会員専用ページから最新セミナー情報をご覧頂けますよう是非ご利用下さいませ!!

☆12月18日(日)  
大阪府大阪市  
ニューオータニ大阪  
2Fデネブの間  
13:30~15:30

忘年会 ★12月18日(日) ■定員人数 80名(60名から貸切となります)  
●場所/IRORIダイニングゆりり なんば千日前店(大阪府大阪市ビッグカメラなんば店西隣り)  
●時間/18:30~20:30 費用/4,000円  
※忘年会参加のご予約は下記の宛先までご連絡をお願いいたします。  
栞井瑞枝様 ☎090-6085-4349

弊社年末年始の休業期間のお知らせ  
平成23年12月31日(土)~平成24年1月5日(木)  
平成24年1月6日(金)より営業再開致します。