

「手作りの温もり」



習ったばかりの住まいのDIY技術を、わが家で実践しています。リビング内に小棚を取り付けています。すると、七五三のお祝いで近くの神社にお詣りに行く家族連れが窓越しに。微笑ましい光景に、思わずニッコリ！落葉



家事上手

「整理整頓をする習慣」

整理整頓をする時間帯を就寝前にし、毎日10分間、週末は20分間、月末は30分間などと決めておきます。片づけが習慣化するまで、その趣旨を描いたポスターをリビング内に張り出し、家族に協力してもらいます。これでスッキリ!

準備万端



「落ち葉で近所付き合い」

地震、水害、火災など、いざというとき、最も頼りになるのは、やはりご近所です。ふだんから近所付き合いを深めておきましょうね。防犯上も、子育て上も、大切な関係です。まずは、日頃のご挨拶と道路の落ち葉やゴミ掃除からスタートです。

発行 **株式会社 住まいる工務店**



未来のために、いま選ぼう。

住所 〒321-0962 栃木県宇都宮市今泉町3020-91 電話 028-683-7077 FAX 028-683-7078

ホームページ： E-mail: reform@sumairu.biz

「かわら版」は宇都宮市周辺にお住まいの方へお配りしております。ご迷惑な場合には、恐れ入りますがメールまたはお電話等でご連絡下さい。



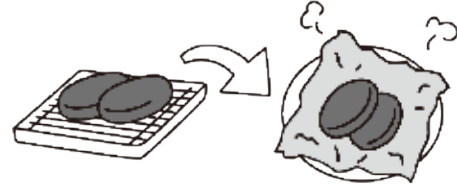
ごぼうといえば、食物繊維が豊富なので腸内環境を整え、糖質やコレステロールの吸収をコントロールしてくれます。泥付きの方が、鮮度が保ちやすく、新聞で包んで常温で保存できます。皮に近い部分ほど香りと風味、栄養がありますので、皮は包丁の背やたわしでこそげる程度に。炊き込みご飯や豚汁、精進揚げなど、ごぼうを入れる、入れないのでは美味しさが違います。家庭料理には欠かせない食材ですね。拍子切りにして魚と一緒に煮つけたり、細切りにして茹でてマヨネーズや白和えなど、サラダや和え物にも。ささがきごぼうと肉を土鍋に入れ、甘辛く味付けし、卵でとじる柳川風鍋もおススメです。ごぼうはカラダを温めてくれます。寒い冬に備えて、大切な食材です。



キッチン物語

「アルミホイル」

落し蓋に、ホイル焼きなど器としても重宝します。カツや唐揚げなど、揚げてすぐにホイルで包みますと、余熱で中まで火が通り、時短で柔らかく仕上がります。ラップした食材をホイルで包んで冷凍しますと、冷気が伝わりやすくなり、急速冷凍でき、おいしさが保てます。



楽しい食卓

「ちゃんちゃん焼き」

お父ちゃんが鉄板で焼くのでちゃんちゃん焼き。お母さんと子どもたちは、その応援団です。ホットプレートには、鮭と野菜がいっぱい。次第にいい香りがしてくると、子どもたちのボルテージも上がってきます。お父さんのフライがえしの手際の良さに、みんな拍手喝采。ココロも、カラダも温まる、今夜の団らんです。



① 住マイル通信 ① 「DIYを楽しむ」

余暇の時間を活用して、わが家のDIYに挑戦する方が増えています。住まいに愛情を持つキッカケにもなります。職人さんがやる工事ですと、傍観するだけですが、自ら実際にやってみますと、専門知識や専門技術も必要になってきます。学習意欲や創作意欲も沸いてきます。まずは、内装のDIYから始めてみましょうか。汚れてきたリビング内のビニールクロスの上に、漆喰や珪藻土を塗ります。あまり上手に塗れなくても、手作りの温もりを感じます。塗料タイプもあります。そして、雰囲気作りの一環で、間接照明にも挑戦してみましょ。壁面や天井面に向けて照明をします。ちょっとお洒落な演出です。バーカウンターのような家具を新設すれば、さらに、楽しみが?!



健康&エコ&癒し

「県産品で健康&エコ」

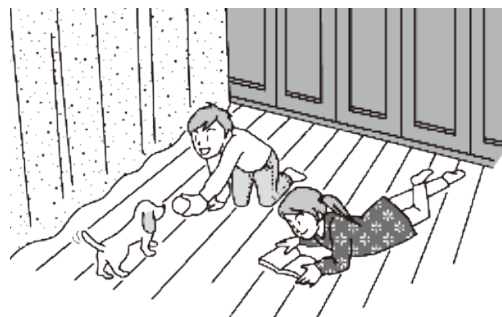
地のモノ、旬のモノを食べていますと、健康が維持できますね。地元の野菜だけでなく、住宅用木材も、県産材などを中心に使いたいものです。その地域の気候風土で育った木は、強く長持ちします。搬送に伴う化石燃料もあまり使わないで済みます。地元の経済と環境のためにも。



住まいの町医者

「省エネ型の暖房方法」

冬場は、夏場より電気代がかかります。本格的な冬場になる前にやっておきたいこと。まずは、窓周りからですね。内窓を取り付けたり、厚手のカーテンにしたり、窓ガラスに断熱フィルムを貼ったり。底冷えも気になります。床下断熱をして床暖房を考えたり。頭寒足熱の健康的な生活環境が基本です。風通しも、考慮して。



よりふかく・
よりくわしく・
ためになる!

住まいるセミナー

11月のテーマ

内窓で寒さ&結露のお悩み解決

これから寒い季節が到来しますね。熱の出入りがもっとも大きい窓をあつという間にリフォームして快適空間を手に入れませんか。

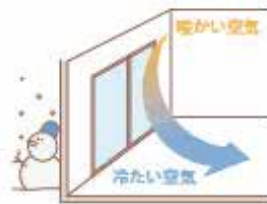
家の中で熱の出入りがもっとも大きいのが「窓」。

窓の断熱性を高めることが、住まい全体の断熱性能を高める重要ポイントです。



■寒さの原因はコールドドラフト現象。

窓辺で冷やされた空気は、冷たい風となって室内の下層に流れ込みます(コールドドラフト現象)。これにより、実際の室温よりも体感温度が低くなってしまいます。(いわゆる底冷え)



出典：(一社)日本建材・住宅設備産業協会

断熱効果

窓の断熱性が高まり、冷たい外気の影響を受けにくくなります。断熱効果がアップすれば、暖房代もダウンして省エネ効果も抜群。

結露軽減

冬でも窓が冷えにくくなり、結露の発生が抑えられます。結露によるカビやダニの発生の軽減にもなります。

遮熱効果

日差しや紫外線を軽減できます。日よけも利用すれば冷房効果も高まります。

防音効果

遮音性もアップしますので外の音が図書館並みの静かになります。

防犯効果

窓が二重になりますので、浸入に手こずり防犯にも期待できます。

今ある窓



+

内窓



二重窓化



1窓あたり
約60分で
取付け

これで
寒さ&結露
対策は
バッチリ!

最新 リフォーム 施工事例のご紹介

築80年の住宅にお住まいのT様。古く使いづらさを感じていた室内の内装、建具、水廻りと、かわら屋根のリフォームのご依頼をいただきました。

●宇都宮市 T様邸 ●工期90日

内装、建具、水廻りのリフォームで驚きの明るさに!



before



下がり壁を取り、
広々とした
印象に。

廊下と部屋を
一体化し、
開放感あふれる
空間に。



after



before → after



奥にあり暗かった部屋がとても明るくなりました。

お客様より
古く使いづらくなった部屋を新しく使いやすくしたいと思い、何社か検討していました。広告を見て住まいるさんのTOTOイベントに行き、お話を聞いて、こちらでやろうと決めました。担当者の方には丁寧に親切にこちらの気持ちを考えながらアドバイスをいただき、満足しています。部屋がとても明るくなり、キッチン、お風呂等も使いやすく便利になりました。汚さないよう、かえてマメに掃除をするようになり、気分的にも生活しやすく気持ちが良いです。本当にありがとうございました。

担当から
築80年ということで瓦の屋根は雨漏りもしていましたが、ガルバ鋼板に張り替えることで軽量化し、耐震性能、防水性能ともアップ致しました。かわら型のガルバ鋼板を使用することにより、今までの雰囲気も変えずに出来たと思います。また床、壁、天井に断熱材を入れたことにより、今年の冬は暖かくお過ごしいただけることと思います。工事中、職人や監督に日々ねぎらいの言葉を頂きまして、大変感謝しております。今後とも何かございましたら、いつでもお申し付けください。ありがとうございました。



担当：引地

住まいる工務店のカルチャー教室

◎友悠倶楽部通信11月号◎

お申し込みは担当 前田まで

028-683-7077

HP : <http://www.sumairu.biz>
又は「住まいる工務店」で検索

ステンドグラス教室

講師 国府田 博子先生
お部屋のインテリアに最高です。

■日時 10月3・10・17・24日(火)
11月7・14・21・28(火)
各回 10:00~12:00

■参加費 1500円(材料費別) / 回
(満員です)

華道教室

草月流教授 五月女 恵子先生
自由な生花が中心の草月流です。

■日時 10月25日(水)
11月22日(水)
各回 10:30~12:30

■参加費 1000円(材料費別)
体験の方は1500円(材料費込)

七宝焼教室

講師 馬場 桃堂先生
伝統工芸のアクセサリが作れます。

■日時 10月26日(木)
11月30日(木)
各回 10:00~12:00

■参加費 2000円(材料費別)
体験の方は1000円(材料費込)

レカン&押し花教室

講師 佐久間 幸子先生
花を乾燥して花の宝石箱作ります。

■日時 10月28日(土)
11月25日(土)
各回 13:30~15:30

■参加費 1500円(材料費別)
体験の方は1000円(材料費込)

ビーズ教室

講師 高橋 敦子先生
ネックレス、小物等楽しい作品が作れます。

■日時 10月13日(金)・18日(水)
11月10日(金)・15日(水)
各回 10:00~12:00

■参加費 1500円(材料費別)
体験の方は1000円(材料費込)

パンフラワー教室

講師 杉山 璃花子先生
本物と聞かれる程の作品が出来ます!

■日時 10月6・20日(金)
11月17日(金)
各回 10:00~12:00

■参加費 3000円(月2回材料費別)
体験の方は2回で2000円(材料費込)

トールペイント教室

講師 虻川 貴美子先生
木や布に気軽に楽しく描くクラフトです。

■日時 10月11日(水)・23日(月)
11月13・27日(月)
各回 10:00~12:30

■参加費 1500円(材料費別) / 回
体験の方は500円(材料費込)

藤工芸教室

講師 吉澤 澄子先生
バックからオブジェまで作れます。

■日時 10月2・16(月)、4・18(水)、12(木)
11月6・20(月)、1・15(水)、9(木)
月・水 13:30~15:30
木 10:00~12:00

■参加費 1000円(材料費別) / 回
体験の方は1000円(材料費込)

ポーセラーツ教室

講師 佐々木 茂美先生
白い陶器に絵付けをして完成です。

■日時 10月12日(木)
11月9日(木)
各回 13:00~15:30

■参加費 1500円(材料費別)
(満員です)

絵てがみ教室

講師 大和田 初子先生
頂いた方は必ず感激致します!

■日時 10月19日(木) 柿・かぼちゃ
11月16日(木) 年賀状・干支
各回 10:00~12:00

■参加費 1000円(ハギ代別)
体験の方は1000円(ハギ代込)

初級英会話教室

講師 荒井 明子先生
基本英会話から楽しく学べます。

■日時 10月5・19・26日(木)
11月2・16日・30日(木)
各回 13:30~15:00

■参加費 4500円 / 月
体験の方は1000円 / 回

パステル和(なごみ)アート教室

講師 本田 妙子先生
絵心の無い方も楽しめます。

■日時 10月5日(木)・14日(土)
11月2日(木)・11日(土)
各回 10:00~12:00

■参加費 1500円(材料費別)
体験の方は1000円(材料費込)

New ドライフラワー教室

講師 金子 真由美先生
自然素材の色合と香りをお部屋に!

■日時 10月2日(月)、3日(火)
11月6日(月)、7日(火)
月 10:00~12:00
火 13:00~15:00

■参加費 5000円(材料費込) 一作品
体験の方は3500円(材料費込)

New シルバーアクセサリ教室開講のお知らせ♪

銀の粘土や紙のようなペーパータイプの粘土を使って、99.0%純銀のアクセサリが手作りでできます!自分のペースで簡単な物から製作できるので、初心者の方でも気軽に作れるようになります。ご希望の方は資格取得も可能です。

日時 11月8日(水)、12月13日(水) 各回10:30~12:30

参加費 1500円(材料費別)

体験の方 銀粘土1500円(材料費込) / 1回

ペーパータイプ2000円(材料費込) / 2回

※両方体験可



体験参加随時受付けております。ご予約、空き状況等お気軽にお問合せ下さい♪

住まいのおたのしみ

皆様からのご意見やご感想を
お待ちしております。

掲 示 版

住まいと一く「リフォームしたら・・・○○になった!!」

「リフォームしたら・・・○○になった!!」、皆さんは○○に何が入ると思いますか? 綺麗になって気持ち良くなった、使いやすくなった、等水廻りに関連したりリフォームをやらせて頂いた方々のもっとも多いシンプルなお感想です。お掃除に困っていたキッチン、寒かったお風呂、汚れが気になっていたトイレ、物が新しくなるので、キレイに成るのは勿論ですね。



実はリフォームには、色々な相乗効果があるようです。キッチンの場合は新しくなって使いやすくなり、料理をする事が楽しくなり、特に奥様がまたイキキとキッチンに立てる事で、つくられる料理のエネルギーも高まります。ある奥様は以前はエプロンもいつしかなくなり、でれっとしたままキッチンに立っていたのが、きちんとエプロンも付けきりとした出で立ちで料理をするようになりました、とおっしゃってました。お風呂に関しては、以前はお子様、お孫様が遊びに来られても、寒いからお風呂に入らず帰って行ったのが、リフォーム後はわざわざお風呂に入りに来てくれるようになり、遊びに来る回数も増えました。等、お住まいに成る方々の精神面にもプラスの効果が有り、それがまた健康面にも関係してくるようです。住・心・体、リフォームとは、これらを共に豊かに導くお手伝いの一環を担っているようです。 担当:手塚

住まいのぽすと 毎月届くみなさまからのお便りからのご意見やご感想を紹介します。

毎月楽しみに記事を読んでいます。住まいの皆さんには、トイレ、浴室をお世話になったことがあります。今後も困ったことがあるときは頼りにさせていただければと思います。 御幸ヶ原町のK様より

住まいのお医者さん、大変お世話になっております。我が家も年を取ってあちこち傷んでおります。手に負えなくなっている所を治療していただきありがとうございます。今後共あとどのくらい住むことが出来るのか、大変でしょうがもう少し面倒みて下さい。 泉が丘のT様より

9月17日(日)開催の「おいしいアイスクーヒーの淹れ方」の特別講座に参加させていただきました。本当にお世話になりました。とても勉強になり、有意義なひとときを過ごすことが出来ました。おいしいケーキ付であったのがとても嬉しく思いました。カルチャー教室もさまざまなジャンルのもものが開催されていて、感心させられます。華道もとても素晴らしいのですが、茶道にも憧れます。寄せ植え教室などもいいですね。 石井町のM様より

住まいのプレゼント



河京の喜多方生ラーメン
7食具材付 3名様

☆☆ 11月号のお楽しみプレゼントコーナー ☆☆

今月のおいしいものプレゼントは、黄色い箱でおなじみの「河京の喜多方生ラーメン 7食具材付」です。この味が喜多方ラーメンの定番の味、一度食べたらくせになる美味しさです。ご希望の方は、お名前・年齢・住所・電話番号・メールアドレス・ご意見やご感想をご記入の上、はがき・FAX・メール等にてご応募ください。抽選で3名の方にプレゼントいたします。11月末日締切です。ご応募お待ちしております!x

10月号の「デザート梅の夢」の当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。当社HPにも掲載いたします。

【プレゼント当選者発表】 9月号「高千穂乳製品詰合せ」の当選者は

○泉が丘のT様 ○築瀬のU様 ○平松本町のT様

以上3名の方です。
当選おめでとうございました。

★こんなこと・ひとりごと★ 「 待っていた秋！ 」

皆さんは四季の内いつが一番好きですか？夏・冬はレアだと思いますので、やはり春又は秋が多いのではないのでしょうか。あるアンケートでは一番が春で43%以上、2番目は秋で32%、夏が13%、冬が4%、選べない8%とありました。

私は秋が一番好きです。気温や湿度が心地よく過ごしやすいこともあります。なんとといっても最大のポイントは食欲の秋です。海の幸は冬に向かって脂ののっておいしくなるし、川は落ち鮎の季節、里山には花より団子、柿・葡萄・梨・林檎・栗・銀杏など書ききれない位沢山の種類の果実がたわわに実り、平地では春・夏は葉物が主でしたが、秋は芋類などをはじめ多くの根菜が収穫されるようになります。

そして新そば。最近は夏そばも話題に上りますが、旬はやっぱり秋、三たての新そばは香りが強

く本当においしくいただけます。まさしく秋は一年中で食材が最も充実する時期ですね。

ということは、おいしい食事が常に身近にあるということ。食通には至りません、食い道楽の私にとってはこんなにハッピーな季節は他には考えられません。この原稿を書きながらも、口の中はパブロフの犬状態で「唾液でジュワー」です。但し、皆さん、くれぐれも食べすぎには注意！血液検査の値が心配ですからね。



担当：知久

☆お知らせ☆

第二回終活セミナー開催！

前回大好評でした終活セミナー第二回目を開催致します。前回ご参加者をされた方の声です。貴重な機会ですのでぜひご参加下さい。

「エンディングノートを書いてみたいと思い参加しました。友人もさそって来れば良かったなと思いました。71歳女性」

「大切な終活のお話し、とても参考になりました。これから一つ一つ考えて「エンディングノート」を記入し、子供たちの事も考えて行こうと思います。ありがとうございました。72歳 女性」

「これからの老後の生活に活かして行きたい。人生の勉強をさせて頂きました。79歳 男性」



日時 11月26日(日) 時間 13:30~15:00
場所 当社1F 住まいるリフォームギャラリー「悠」
予約制 人数に限りがございますのでお申し込みはお早めに
担当 菊池
講師紹介 佐久間 幸子 先生
JAくらしの活動推進アドバイザー・2級ファイナンシャル・プランニング技能士
終活セミナー講師として東京などでも活躍中。当社友悠倶楽部レカンフラワー教室の講師もされています。

●今月のイベントのご案内●

第105回宇都宮市民リフォーム祭 inTOTO

日時：11月11日(土)、12日(日)

両日とも午前10:00~午後5:00

会場：TOTO宇都宮ショールーム

宇都宮市元今泉 2-22-22

今なら間に合う、暖か快適リフォーム

今回の特設コーナーは「今なら間に合う、暖か快適リフォーム」です。

もうすぐ冬！健康で快適に暮らせる寒さ対策も、今ならまだ年内の工事に間に合います。

最新の技術や「あったか商材」がたくさんあります。プロならではのご提案をさせていただきますので是非ご来場下さい。

かわら版のポスティングさんを募集中です！

峰付近でかわら版をポスティングして下さる方を募集しています。経験等は特に必要はありません。「健康増進のため、ウォーキングついでに、ちょっとお小遣いに」などお気軽にお問い合わせ下さい。

詳しくは担当：菊池まで

