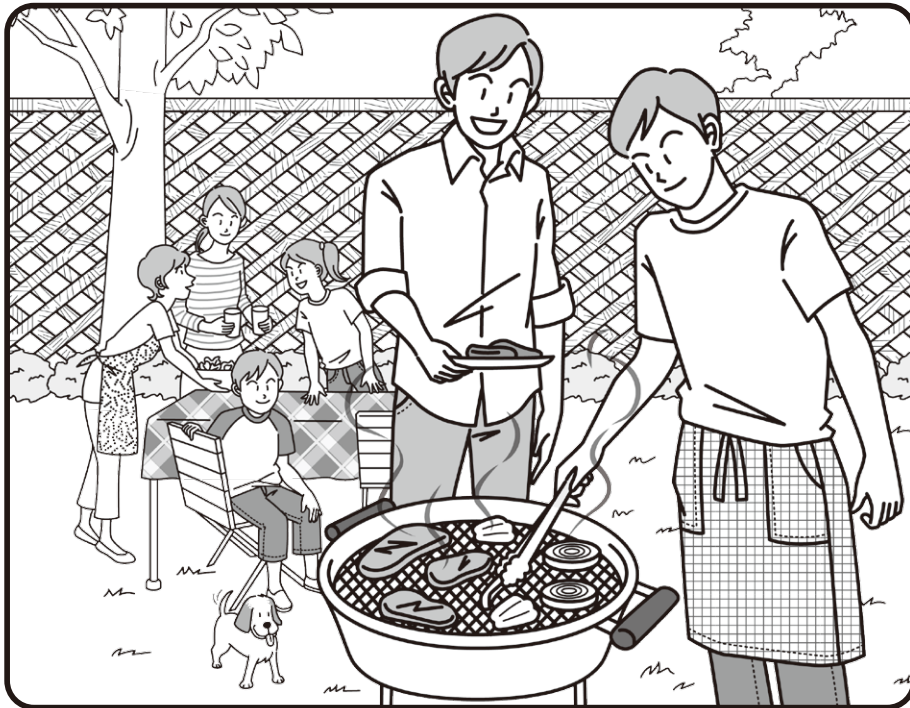


# かわ ら版

2017.5月号  
Vol.169

## 「お花見」

家の庭やベランダでも気軽にやりたいバーベキュー。でも、ご近所に迷惑をかけてはいけないので、お昼時の2時間だけにします。そして、ご近所の方にも一緒にいかがですかと、声掛けもします。ちよつとした気遣いが絆を深めますね。若葉



## 家事上手

### 「先憂後楽で」

手間のかかる家事は、朝の元気なうちに、さっさと片づけておきたいですね。軽くカラダを動かしたら、すぐに取り掛かります。夕方にやるよりは、早くテキパキと処理ができ、結果としてゆとりや知恵も生まれます。先憂後楽の精神で今日も。

## 準備万端

### 「体力を蓄える」

気候が穏やかなこの時期、これからの梅雨や猛暑に備えて、基礎体力づくりをしておきたいですね。カラダの柔軟性を高めるストレッチや脚力を鍛える中長距離歩行は日課にしましょう。飲食は、ほどほどにして、規則正しい生活を心掛けて。

発行

株式会社 住まいる工務店

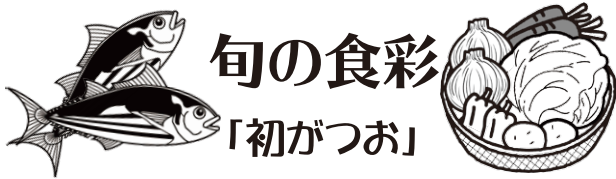


未来のために、  
いま選ぼう。

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：[住まいる工務店](#) [検索](#) E-mail: [reform@sumairu.biz](mailto: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。



旬の食彩

「初がつお」

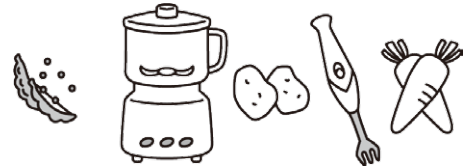
この時期、南方から上ってくるので、上りかつおとも言われています。大皿に載ったかつおの土佐造りは、何よりのご馳走です。身に塩をふり、直火で皮面から焼きますと、生臭さが消え、氷で急激に冷やせば、うま味が凝縮されます。キュウリ、玉ねぎの千切りに、生姜やにんにくの薬味が合います。ひと口サイズの切り身に小麦粉をまぶし、油で焼き、いんげんや人参を入れて甘酢風のおんかけにしたり、豆板醬とケチャップでチリ風にすると、ボリューム感が出て、ご飯も進みます。甘辛く角煮にしますと、日持ちも良く常備菜としてお弁当や酒の肴にも。かつおの脂は、血液サラサラ効果があり、血合いには鉄分やビタミンが含まれています。おいしくて、栄養満点のお魚です。



\*\*\*\*\* キッチン物語 \*\*\*\*\*

「フードプロセッサー」

野菜を切ったり刻んだりする作業を、フードプロセッサーに任せると調理時間がぐんと短縮され、仕上がりもきれいです。鍋の中に直接入れて、熱々の状態でも、攪拌できるモノもあります。スープやシチューなどには、野菜の端キレ、皮なども丸ごと食べられるのでエコ調理術です。

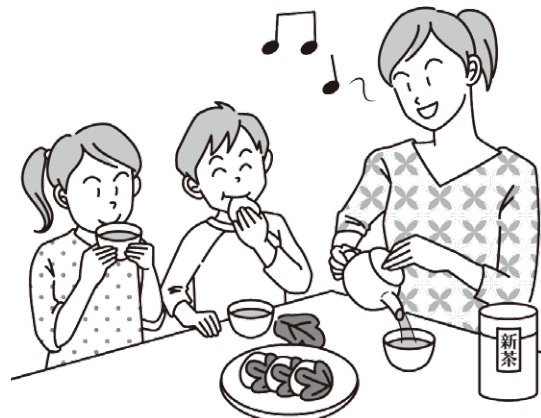


\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\* 楽しい食卓 \*\*\*\*\*

「楽しいお茶の時間」

今年は柏餅に挑戦と、お母さんが朝から大奮闘しています。「さあ、お茶にでもしましょうか」と、大皿には、ほかほかの柏餅が並んでいます。白いお茶碗に新茶が入ると、「わあ、きれいなグリーン。甘くて美味しい」と、笑顔の子どもたち。「夏も近づく八十八夜」と茶摘みの歌を口ずさむお母さん。温もりのひと時です。



\*\*\*\*\*

住マイル通信  
「ふれあう遊び」

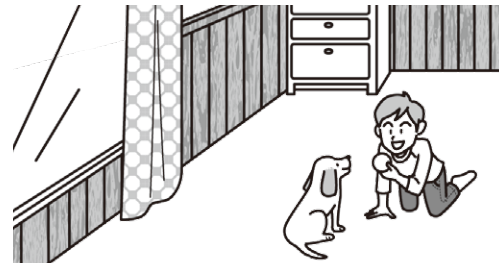
家に帰っても、各自が各部屋で過ごしていますと、会話も、ふれあう機会も、少なくなります。今月は、季節柄も良く、アウトドアがいいですね。ふれあう遊びを通じて、家族の絆を深める好機です。一緒に野山を歩いているだけでも楽しくなります。みんなで童謡を元気よく合唱していると微笑みも自然に溢れてきます。自然って、人を素直にしてくれますね。昔遊んだ、鬼ごっこやかくれんぼ。昼時には、ままごと遊び。草花を集めて編んだ首飾り。小川では小魚やザリガニ採り。大人も、子どもに戻れるので、無邪気に遊べます。家に帰って、撮った写真を整理しながら次回の遊びの計画を立てます。遊びがあるから、家族の絆も自然に深まっていきます。家族団らん、いいですね。



健康&エコ&癒し

「木は優れモノ」

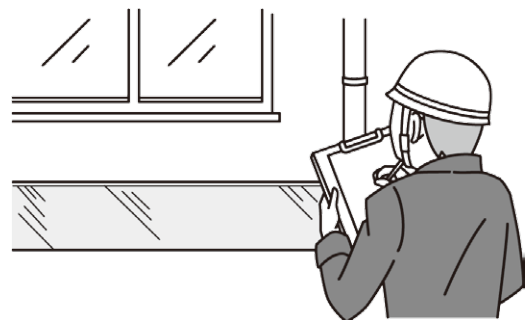
木目を観ていたり、木の香りがする部屋に居ますと、とても癒されます。部屋の壁や床に木を使いますと、ホッとする落ち着いた空間になり、子どもたちの集中力が高まり、勉強にも身が入ります。梅雨や夏などの湿気が多い時、調湿作用を発揮してくれる、心身に優しい素材です。



住まいの町医者

「住まいの点検の好機」

梅雨入り前に、外回りを中心に、内部も含め、総点検をしておきましょう。点検要領は住まいの町医者にご相談ください。不具合が見つかりましたら、早めに補修や修繕をしておきます。外壁や屋根が色褪せてきましたら、再塗装することを検討します。工事費が安いだけで決めてはいけません。施工方法も、よく検討して。

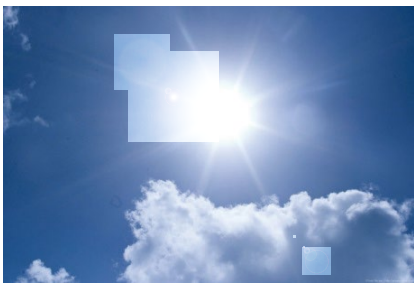
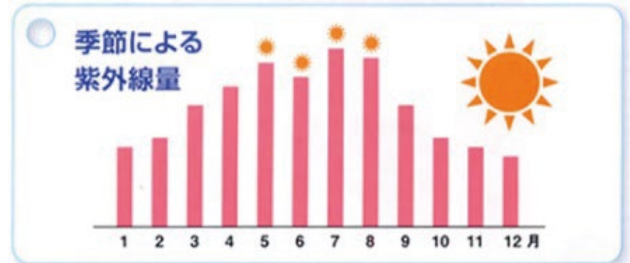


よりふかく・  
よりくわしく・  
ためになる!

# 住まいるセミナー

## 5月のテーマ 紫外線の影響と対策

夏の暑い時期に紫外線は多いと思われがちですが、実は初夏の5月から7月が一番多く降り注いでいます。これから紫外線が強くなる季節建物に与える影響と対策を考えてみましょう。



### 《紫外線の建物への影響》

建物は四六時中、外部環境の様々な影響を受けています。風雨の他、雪、霧、霜、直射日光に排気ガスや地震など。なかでも紫外線は強敵！塗料の表面から簡単に破壊してしまいます。ある程度の経年劣化は仕方がないと放置しているとどんどん状態は悪くなる一方で良いことはありません。最初は小さな劣化だったものが、雨漏りを引き起こしたり建物内部にまで悪影響を及ぼすことも。そうなる前に外部塗装の検討をしましょう。

## ～赤外線対策～

### 《開口部からの紫外線対策》

外に出る時は紫外線の対処をしても、家の中なら安心と思って何もしていない人が多いのではないのでしょうか？実は家の中にも窓から入ってくる紫外線が肌や髪にダメージを与えたり、床や壁紙・家具などの日焼けの原因となっています。

#### ・ガラスの取替

紫外線を防ぐ合わせガラスに取替えれば、家具やカーテンの変色を防げます。また断熱性がありますので、冷暖房の効果が上がり電気代の節約にもなります。

#### ・フィルムを貼る

紫外線カットフィルムをガラスに貼るだけで、断熱や紫外線・結露を遮断することができます。また、地震でのガラスの飛散防止にもなります。凹凸があるガラスに貼れないのが難点です。

#### ・カーテンを変える

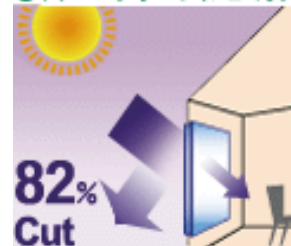
紫外線をカットするレースカーテンに変えるだけで、明るさを適度に取り込み紫外線をカットします。カーテンの取替なら簡単にできそうですね♪

### ・チョーキング現象



樹脂層が劣化すると顔料が分離して壁の表面に白い粉が浮いてきます。これがチョーキング現象です。これが劣化の始まりの合図です。

### ●スペースアES (6.2ミリ)



# 最新 リフォーム 施工事例のご紹介

当社にて最近施工させていただいた  
リフォームの施工事例をご紹介します。  
皆様のお住まいの改善のご参考になれば幸いです。

築15年ほどの住宅にお住まいのA様。2階トイレの  
水漏れがきっかけとなり、1階、2階のトイレを最新の  
機種へと交換し、床、壁ともにリフォームをおこない  
ました。

●宇都宮市 A様邸 ●工期一週間

## お手入れしやすく節水効果も◎

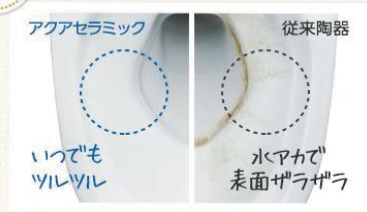
### お客様から

トイレはまだ使える状態でしたが、節水や使いやすさ、お手入れのしやすさを考え、この機会に1、2Fともリフォームすることにしました。以前から気になっていた手洗いの場所も、奥から手前に持つことで清潔になりました。最新のものは汚れもつきにくく、掃除にかかる時間が全然違い驚きました。TOTO、LIXILのショールームを見てまわり、担当の手塚さんからは壁紙などもピンポイントで提案をしていただき、お蔭様でいろいろとすぐに決めることができました。ありがとうございました。



LIXILホームページより

#### 理由1 黒ずみ知らず!水アカに強い!



黒ずみ・水アカが付きにくいから  
カンタンお掃除でOK。

#### 理由2 汚物よこれがツルンとキレイに!



水を流すだけでよごれが落ちる\*から  
いつも清潔でピカピカに。

\*付着した汚物よごれによっては、お掃除が必要な場合があります。

#### 理由3 泡で小便飛沫の飛び散りを防ぐ!

#### 理由4 気流でフタしてニオイをもらさない!

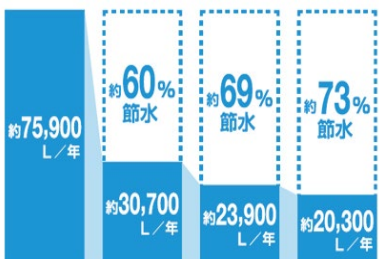
#### 理由5 便座ごと上がって奥まで拭ける!



新素材 「アクアセラミック」

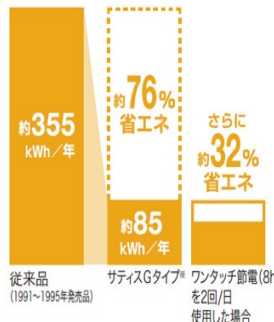
### 『超節水で、環境にも家庭にもやさしく』

#### ■節水



ECO4では年間約14,700円節約できます。  
ECO5では年間約13,800円節約できます。  
ECO6では年間約12,000円節約できます。

#### ■節電



年間約7,300円節約できます。(※の場合)

【試算条件】4人家族(男性2人、女性2人)が大1回/人・日、小3回/人・日使用した場合で算出。

(担当から) A様ご夫妻、お二人で熱心に機種をお選びに成り、その際には一緒にお打ち合わせをさせて頂きました。1階、2階の便器、手洗い器は同機種をお選び頂きましたので、大変きれいにお使いになられていて勿体無いぐらいでしたが、せっかく設備を新しくするので・・・と内装も1階、2階と雰囲気を変え、以前とは全く違った空間に仕上げました。1階は特にお孫様(女の子)がお使いになる際に楽しく利用できるようにと、これからのトイレトレーニングのことも意識して仕上げていきました。施工中は何かと落ち着かない日々だったと思います。いつも明るく接して頂き職人共々改めて御礼申し上げます。有難うございました。これからもご家族の皆様が益々お元気で過ごしに成れます様ご祈念申し上げます。



担当:手塚

**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 5月2・9・16・23日(火)  
6月6・13・20・27日(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 5月24日(水)  
6月28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 5月25日(木)  
6月22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)

**レカンフラワー教室**

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 5月27日(土)  
6月24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 5月12日(金)、17日(水)  
6月9日(金)、21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 5月19日(金)  
6月2・16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 虹川 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 5月8・22日(月)  
6月12・26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)

**籐工芸教室**

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 5月1・15(月)、17(水)、11(木)  
6月5・19(月)、7・21(水)、8(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 5月11日(木)  
6月8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 5月18日(木) 陶器  
6月15日(木) 花  
各回 10:00~12:00
- 参加費 1000円(ハギキ代別)  
体験の方は1000円(ハギキ代込)

**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 5月6日(土)、18・25日(木)  
6月1・15・22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 5月10日(水)  
6月1日(木)  
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)

**特別講座**

『コーヒー教室のご案内』

5月の特別講座は、今人気のコーヒー教室を開催します。今回のテーマは「自分に合ったコーヒーの選び方」です。豆選びというとモカやブラジルなど産地や銘柄をあげることが多いですが、実は焙煎の度合いが一番味わいにきてくるのです。飲み比べをしながら自分に合ったコーヒーの味を見つけましょう!(今後も不定期で開催予定ですが、一回のみ、途中回からのご参加、どちらも可能です。)

◆日時 5月21日(日) 13:00~14:30 ◆予約制(人数に制限がございますのでご予約はお早めに) ◆参加費 500円(ケーキ付)

講師紹介



菊池先生

J.C.Q.A(全日本コーヒー  
検定委員会)認定  
コーヒーインストラクター  
2級  
J S F C A(日本安全食料  
料理協会)認定  
コーヒーソムリエ

# 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 「山に行ってきました！」

先シーズンのお話になりませんが「金時山」に登山に行ってきました。ここは神奈川県南足柄市と静岡県駿東郡の県境に位置する山です。なぜこの山を選んだかと言いますと、頂上から富士山を良く見られる山と言うことで選びました。当日5:30に自宅を出発し登り口の公時神社に着いたのは9時頃でした。天候も良く眺望も期待できそうです。9:30出発、すぐに目に飛び込んできたのは大きなマサカリです。聞くとここは、童話の金太郎(坂田公時)が祀られている神社と言うことでした。登り初めはしばらく樹林帯が続きました。進む事1時間あまり経った頃でしょうか、だんだん展望が開けてきました。眼下には仙石原の風景が見えてきました。ここから先は少し急坂ですがラストスパートです。11:10無事山頂につき、念願の富士山を眺める事が出来ました。皆さんも是非機会があれば行ってみてください。(担当:上野)



## 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。

今年の初め、リフォーム  
工事をお願いしました。  
快適な毎日を暮らしていますが、  
一番のお気に入りには「トイレ」です。  
壁紙を一面だけ変えました。  
それだけでトイレに入るたびに  
ワクワクします。  
私の好きな空間になりました。  
(睦町のS様)

数日前、お店の前を通ったら  
前と違ってキレイに大きく  
なったように思いました。  
こんなこと、ひとりごと  
「リニューアルオープン」を  
読ませていただき納得。  
すぐにでもおじゃま  
したいと思いました。  
(陽東のS様より)

工事の間に何回か  
変更をさせていただき、  
お手数をおかけしました。  
アドバイスをいただき、自分で  
考えていたより良い仕上がりとなり  
うれしくなりました。リフォームは  
考えたことより、アドバイスを受け、  
自分の納得したようにすることが  
一番かと思いました。  
ありがとうございました。  
(岩曾町のN様より)

## 住まいのプレゼント



能登半島のブルーベリーチーズケーキ  
3名様

## ☆☆ 5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、「能登半島のブルーベリーチーズケーキ」になります。能登半島産ブルーベリーコンポートのさわやかな酸味と濃厚なチーズケーキのバランスが絶妙です。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。4月末日締切です。ご応募お待ちしております！

4月号の「白山ロースハムと生ハム・焼豚セット」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にも掲載しております。

【プレゼント当選者発表】 3月号「長崎五三焼カステラ」の当選者は

○岩曾町のK様 ○東峰町のS様 ○御幸本町のI様

以上3名の方です。  
当選おめでとうございます。

★こんなこと・ひとりごと★ 「四季折々の楽しみ」



本当に気持ちの良い気候になってきました。残念ながらきれいな桜はアツという間に散ってしまいましたが、まもなくすがすがしく気持ちの良い新緑の季節となりますね。

移りゆく季節の風情を楽しみながらも、一方では季節に追い立てられています。先日新しい葉が茂る前にやらなければならない剪定を何とか終

わりにしてしまおうと、土日の2日間、節々の痛みや筋肉痛と闘いながら「ほどほど」に頑張っ、何とか予定していたところまで完了する事ができました。

一般的に剪定に適した時期としては12月～2月でしょうけれど、葉が出る前のこの季節は水を吸い上

げ始めているので木も少し柔らかくなり、手の負担はずいぶん軽減されます。チェーンソーやノコギリ、剪定鋏など良い道具をしっかりと管理して使えば意外とサクサクと面白いように進みますし、成果が目に見えるので疲れ知らずで頑張ることが出来ました。なにが一番大変だったかという、剪定した幹や枝の片付け作業で、太さごとにおおよその長さに揃え、焼却炉に持っていきやすいように束ねることです。一昔前なら少し枯らしてから庭先で少しずつ燃やしてしまえたのに…。

「3食+共同作業」という妻との2日間も久しぶりの事でしたので、予定していた作業が完了したこともあわせて、充実した週末を過ごすことが出来ました。余談ですが、翌日妻は温泉に、私は通常業務です！



担当：知久

●今月のイベントのご案内●

第99回宇都宮市民リフォーム祭 in TOTO

日時：5月13日(土)、14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

リフォームセミナーを開催いたします。場所は同じく「TOTO宇都宮ショールーム」、日時は5月14日(日曜日)の13:00～14:30です。今月のテーマは、最近よく専門誌やマスコミなどによく出るようになったキーワード「リノベーション」についてです。ご興味のある方は事前に予約等は必要ありませんのでお気軽にご来場下さい。

詳しくは →

[www.sumairu.biz](http://www.sumairu.biz)  
住まいる工務店



かわら版のポスティングさんを募集中です！

東峰・峰町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」などお気軽にお問い合わせ下さい。

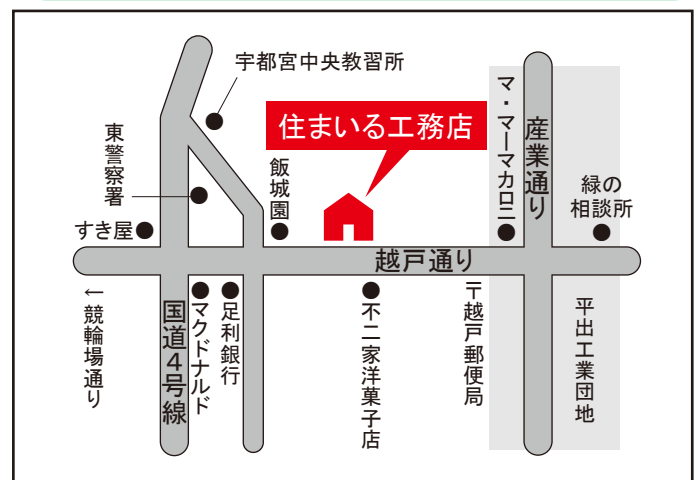
詳しくは担当:前田まで

☆お知らせ☆

当社一階リフォームギャラリーのカフェスペース「憩」は自由な発想で無料にてご利用いただけるオープンスペースです。



- ・ミーティングやちょっとした集まりに
  - ・お料理教室やサロン・ゼデビューの場として
  - ・おいしいコーヒーと音楽でカフェがわりに
- コーヒーソムリエ監修のこだわりコーヒーあります♪  
詳しくは担当の前田までお問い合わせください。



●発行/株式会社 住まいる工務店  
●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

●編集/かわら版編集委員会  
●URL /www.sumairu.biz  
●E-mail/reform@sumairu.biz

