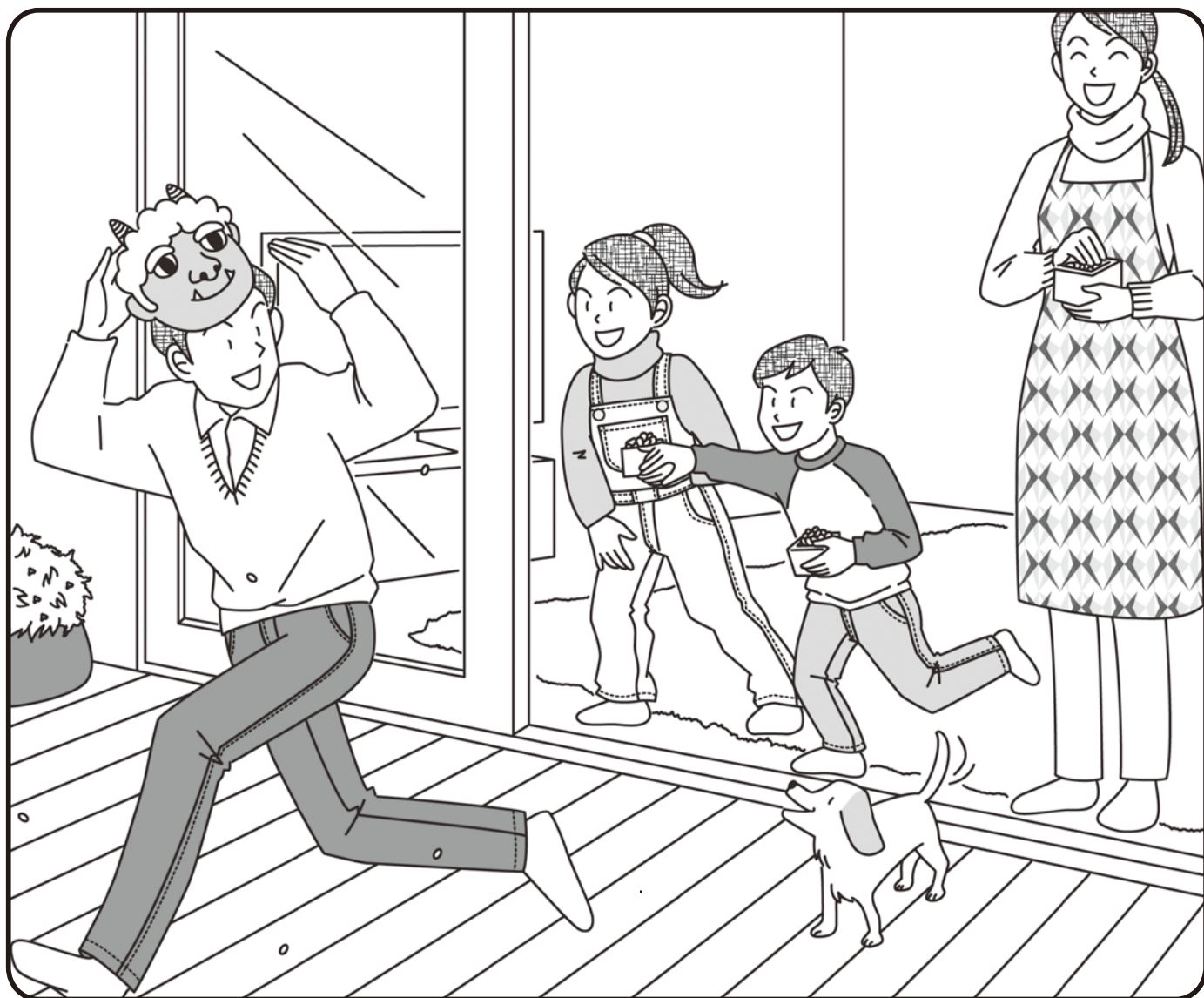


かわ ら版

2017.2月号
Vol.166

「立春」

節分の翌日が立春です。まだまだ寒さは厳しいですが、もうすぐ、待ちに待った、春ですね。鬼も、寒さも、一緒に逃げていけと言わんばかりに、家族総出で豆まきをします。四季の移ろいを感じ、楽しむ余裕を持ちつつ。梅花



発行 **株式会社 住まいる工務店**

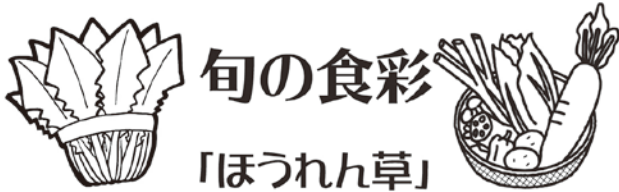


未来の
ために、
いま選ぼう。

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。



旬の食彩

「ほうれん草」

ポパイでおなじみの、鉄、カルシウム、ビタミンなど元気の源がたっぷりの青菜。均一に火を通すため、根元に十の切り込みを入れて、サッと茹でて水に入れます。水気を絞った後に醤油を全体にふりかけ、もう一度絞っておくのが、美味しい下ごしらえのコツです。ほうれん草の甘味が引き立ちます。お浸しの場合、タレにレモンなどの柑橘系の汁を少し加えますと、青菜特有の臭いも消え、鉄分の吸収も高めてくれます。すり胡麻と豆腐であえる白和えや、すり胡麻とごま油とニンニクのおろし汁であえるナムルなどは、味も栄養もアップします。チーズと一緒に卵でとじてオムレツ風にし、ケチャップ味にしますと、お子さまにも喜ばれます。まとめて茹でて、一日一回は、食卓に。



キッチン物語

「ダシのうま味」

鰹節、昆布、干し椎茸、煮干しなど2種類以上を組み合わせるとったダシは、うま味成分が豊富で、料理にコクや風味が出ます。ダシのうま味が素材そのものの味を引き出してくれます。薄味でも満足感が得られます。健康的でおいしい食事づくりのために、ダシを上手に活用して。



楽しい食卓

「恵方巻」

今日は節分。今年も恵方巻を食べたいとの声が高まり、食卓は大賑わいです。子供たちは、温かい酢飯をうちわで仰ぎ、お母さんは卵焼きやかんぴょうなど7種類の具を大皿に盛っています。梅の花が飾られ、落ち着いた雰囲気になりました。各自で恵方巻を作り、家族の気持ちが一つになる、とても幸せなひとときです。





住マイル通信

「暖を分かち合う」

最近では、ウォームシェアと言いますが、夏の冷房に比べて、冬の暖房は大量のエネルギーを消費します。ご近所の知り合いやお友だちなどが集まって、暖を分かち合うことは、省エネ上とても有効です。お風呂では、短い時間内に、家族で代わる代わる入れば、ガス代も、水道代も、電気代も節約できます。食事も、朝を中心に一緒に摂れば、節約できます。各自が各部屋で過ごすという生活パターンを切り替え、寝る以外は、リビングで皆が過ごすようにすれば、カラダだけでなく、ココロまでもポカポカになります。冬場は、太陽の高度が低いので、南側などの窓から部屋の奥深くまで太陽光が差し込みます。日向ぼっこは、気持ちがいいですね。いつの間にか、ウトウト、夢の中。



健康&エコ&癒し

「ストレッチ」

寒いとカラダも縮こまりがちになります。血行が悪くなり、肩こりや腰痛の原因になりますね。家の中でも、いろいろな運動ができます。ちょっと固くなった首、肩、腰、脚などの筋肉を十分に伸ばしてあげましょう。呼吸はゆっくりと止めずに行います。簡単にできること今日から。



住まいの町医者

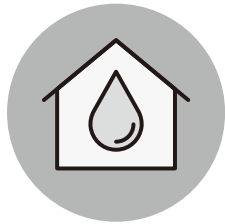
「そろそろ床下点検を」

暖くなる前に、床下点検をしておきましょう。キッチンの床下収納庫を開け、収納箱を取り上げて、床下を確認します。変な臭いはしませんか？風通しは良いですか？水たまりはありませんか？懐中電気で見える範囲を確認してみてください。何か変だなと感じたら、まずは、住まいの町医者にご相談ください。予防が第一。



よりふかく・
よりくわしく・
ためになる!

住まいるセミナー



2月テーマ

結露の対策について

寒いこの時期、朝方カーテンを開けると結露で窓にびっしりと水滴が…
放っておくとカビの繁殖や住まいを傷める原因に!
結露の原因や対策を知って、快適な暮らしをおくりましょう!

そもそも…
結露ってなあに?



「結露」は、温かく湿った空気が冷やされ、空気中の水蒸気が水滴になり、物体の表面に付着する現象です。
外気の気温が低いのに室内が暖房などで温かいと、壁や窓の内側に水滴がびっしりつくのは結露が原因です。

コレもアレも… み～んな「結露」



湿気でメガネの
レンズが曇る



水道の蛇口に
水滴が…



よく冷えた
飲み物のグラスに
水滴が…



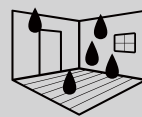
冷え込んだ朝
窓に水滴が…



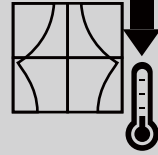
お風呂の天井から
しずくが…

その中でも、
一番結露しやすいのが「窓」

空気中には、水分が必ず含まれています。この水分は、温かいときは気体ですが、冷えると液体に変わる性質があります。窓が結露しやすいのは、家の中でも特に冷たくなりやすい箇所だからです。



室内で
水蒸気が
発生



外の冷たい空気が
窓の表面温度を
下げる

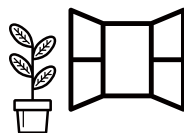


水蒸気を含んだ室内の
空気が窓に触れることで
結露が発生

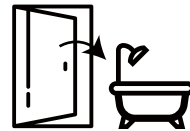
自分で
できる
結露対策



洗濯ものはできるだけ
室内ではなく外で干す



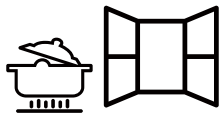
観葉植物など
草木のある部屋は
こまめに換気をする



浴室のドアやお風呂のふたを
しっかり閉める。
換気扇もしっかりまわす。



カーテン・ブラインド・
障子などを
長時間閉めておかない



調理中・食事中は
換気をする



燃焼ガスを室内に放出する
暖房機を使用する際は
こまめに換気をする



加湿器を使う場合は
こまめに換気をする
梅雨時は除湿器をまわす



人の呼吸や発汗も
結露の原因に。
寝る前などに少し換気を。

結露を防止する商品を
上手に活用しよう!

- 除湿器
- 結露防止シート
- 結露防止ヒーター
- 結露取りワイパー
- 結露給水テープ
- 結露防止スプレー

結露対策リフォームでカラッと快適に



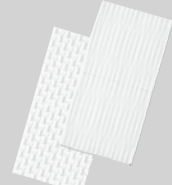
ペアガラス

通常のガラスに比べ
断熱効果が高いため、
結露効果に◎



二重サッシ

今あるサッシの室内側にもう一枚
サッシを取り付けると、断熱性が
向上し、結露の防止に!



調湿建材

湿度を調整してくれる
建材で、結露防止にも
効果が!



断熱工事

家自体の
断熱性を
高める効果が!

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39年の住宅にお住まいのK様。雨漏りとキッチン床のぶかぶかを修理したいとのご依頼をいただきました。ついでにと耐震工事やキッチンなどのリフォームも行いました。

●宇都宮市 K様邸 ●工期30日

ポイントを押さえて上手にリフォーム



キッチン



白のクロスで明るい印象に

工事中は外食することもなく
思ったよりも気軽に

雨漏りがきっかけでしたが、ついでにと行ったキッチンやクロス、床等のちょっとしたリフォームで、間取り変更など大掛かりな工事もなく、リビングダイニングの印象を大きく変えることが出来ました。

茶色の木目調だった壁を白いクロスにし、廊下、リビング、キッチンの段差をなくし、同じフローリングを貼ったことで一体感が出来、広々とした明るい印象になりました。もともとあったカーテンも、ご近所の方から新調したの?と聞かれるほどに。

お客様から

ネットで数社に問い合わせたところ、一番回答が丁寧だったのでこちらに決めました。工事に取り掛かるまでも慎重に対応してくださり、安心して進めることができました。職人の方も、ちょっとした扉の不具合など、気づいたところをすぐにメンテナンスしてくれるなど、とても気さくな方で助かりました。これで一旦ご縁がなくなると思うとさびしいですが、何かあればまたお願いしたいと思います。

担当から…

この度はありがとうございました。近年大きい地震が多発していて不安とお話がありましたので、無料の耐震診断をさせていただきました。その結果、K様邸の建物の配置バランスがもともとよかった為に、あまり費用をかけずに建物の補

強が出来ました。評点や耐力壁を入れる場所、材質、予算など、何度も打ち合わせをして最適な耐震工事が行えたと思います。私を含め職人にもお気遣いを頂き大変感謝しております。今後も何かございましたらお気軽にお申し付けください。



担当：藤田

☆友悠倶楽部通信2月号☆

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 2月7・14・21・28日(火)
3月7・14・21・28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 2月22日(水)
3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 2月23日(木)
3月23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 2月25日(土)
3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 2月10日(金)
3月10日(金)
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 2月3・17日(金)
3月3・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 2月13・27日(月)
3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)

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 2月6・20(月)、1・15(水)、9(木)
3月6(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 2月9日(木)
3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 2月16日(木) おひなさま
3月16日(木) 入学・就職おめでとう
各回 10:00~12:00

■参加費 1000円(ハガキ代別)
体験の方は1000円(ハガキ代込)

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 2月2・16・23日(木)
3月2・16・23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 2月2日(木)
3月2日(木)
各回 10:00~12:00

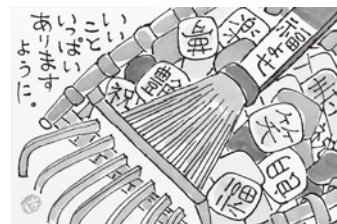
■参加費 1500円(材料費別)
体験の方は1000円(材料費込)

☆ 絵手紙教室のご案内 ☆

『大和田初子先生からメッセージ』

どこかほっとする雰囲気の魅力の絵手紙...うまいへたは一切関係なくどなたでもすぐ描けます。ご両親やお孫さん、友人に暖かいぬもりの絵手紙を描いてみませんか?

どうぞ友悠倶楽部の体験教室にお出掛け下さい。へた仲間が待っております。



■日時 2月16日(木)、3月16日(木) 10:00~12:00
■体験参加費 参加費 1000円(ハガキ代別)
体験の方 1000円(ハガキ代込)

☆体験参加随時お待ちしております。ご予約、空き状況などお気軽にお問合せください♪

住まいるおたのしみ

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

住まいるとーく 知ってた？初耳！ お雑煮ばなし

お正月、皆様のお家では各家庭の伝統的、オリジナル、様々な味のお雑煮を堪能されたことと思います。

私のふるさとの福岡ではこの時期ならではの食材を使って、お正月の期間のみ頂けるお雑煮に成ります。

材料を揃えるだけでも金額面でも大変なものに成ります。まず出汁を取る材料だけでも、①アゴ(トビウオを焼き干したもので、ネットの御蔭で他県に居ても、粉末状のものなどアゴ出汁は取れる様になっています)コクと旨みを引き出してくれます。②干しするめ(剣先が一番出汁としては優秀です)③昆布④干しシイタケ(具としても使います)⑤削り節。を前の晩に①から④をお鍋に付け込んでおきます。すると翌朝には、黒く出汁の取れた出汁になっていますので、そのまま今度は煮詰めて行きます。三分の二位まで煮詰まったところに、削り節出汁の仕上げと成ります。醤油少々、塩等で味を調べ、出し汁の完成です。

具も8種類入ります。①サトイモ、②ニンジン、③シイタケ、④かまぼこ、⑤焼き豆腐、⑥プリの切り身(下ごしらえ済)、⑦かつお菜(こちらではなかなかにはいりませんので、

ほうれんそうにて代用)⑧おもち(焼かずに丸もちが基本です、角を立てない意味があります)すべて湯がいておいて、おもちとかつお菜以外を一人分を串に刺しておきます。

おもちを入れて煮ると、出汁がにごってしまうので、おもちだけべつに分けておいた出汁で茹でます。

前日からとても手間のかかる福岡の雑煮ですが、この味はやはり忘れられなくて、栃木に来てもやはり作ってしまいます。お正月ならではの雑煮を頂くことで、新年のエネルギーを頂く思いで育ってきましたので、やはり独特の香り、味を堪能する事で、身も心も起動し始める感じがします。

皆様も色々なお雑煮を堪能された事でしょう。皆様にとって今年も益々エネルギーに満ち溢れた豊かな年と成りますよう、心よりご祈念申し上げます。(担当:手塚)



住まいるぽすと 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。

いつでも対応が早く大変満足しています。又かわら版、情報が多く毎月楽しみにしています。今後ともよろしくお願い致します。(岩曾町のT様)

急ぎの工事にもかかわらずすぐ対処して下さいありがとうございました。これからも何かありましたらよろしくお願い致します。(御幸ヶ原町のM様)

昨年、風呂、玄関、屋根ほか、そして今年、雨の多い中での外構工事、大変お世話になりました。特に風呂、エクステリア等気に入っております。今後ともよろしくお願い致します。(竹林町のI様)

住まいるプレゼント



ひとくち餃子「博多八助」
3名様

☆☆ 2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、ひとくち餃子「博多八助」です!博多屋台風のかわいいひとくちサイズの餃子。カリッと焼いて、具はジューシー、皮はモチモチ、美味しい食感をお楽しみください。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。2月末日締切です。ご応募お待ち致しております!

1月号の「ふぐ鍋しゃぶセット」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にも掲載しております。

【プレゼント当選者発表】 12月号「北海道ホタテステーキ」の当選者は

○御幸町のS様 ○竹林町のI様 ○御幸ヶ原町のM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★ 「寒いですね」

さすがに大寒を過ぎると本当に寒いですね。皆さんは風邪などひかず、お元気にお過ごしですか？冬のリフォームのご要望で一番多いのが「暖かくした～い」です。昔の日本の住まいは本当に寒かったですね。隙間風は当たり前、断熱材を入れて暖かくするという考え方もオイルショックの頃の省エネ的発想からで「人間が健康で快適に暮らす為に暖かな住まいにする」という考えに至るのにはずいぶん時間がかかったように思います。我慢強く贅沢はしないという日本人の美德や価値観の為に進化しなかったともいえるかもしれません。窓のガラスもほんの10年位前までは1枚ガラスでしたが、今はどうでしょう。サッシはアルミから樹脂になり、



ガラスはペアからトリプルに。今年は4重ガラスや真空ガラスに発展しそうです。断熱材もグラスウールや板状のものを壁や床下に挟むことから、充填（ブローイング）工法や発泡ウレタン吹付工法になりリフォーム用に真空パネルや新素材の断熱パネルも開発されています。新築の建物と同じような高断熱の住まいがリフォームでも可能になり、比較的容易に暖かで快適な暮らしを手に入れることが出来るようになってきました。新築より割高になってしまうこともあり、家全体を暖かくするにはそれなりの費用がかかってしまいます。しかし一部屋単位、限られたエリアを断熱リフォームするのであれば予算を抑えることもでき、驚くほど快適になります。国の省エネポイントの予算がなくなる前にぜひ断熱リフォームをご検討してみたいはいかがでしょうか。



担当：知久

●今月のキャンペーンのご案内●

2月は「ダブルポイント」キャンペーン

断熱リフォームで省エネポイントが何とダブルになるキャンペーンです

【期間】 2月1日(水)～2月28日(火)まで

期間中省エネポイント対象のリフォーム工事をご契約いただいた方に無料断熱診断と省エネポイント同額のポイントをプレゼントする「ダブルポイント」のキャンペーンです。詳しくはホームページ(「住まいの工務店」で検索)をご覧ください。当社リフォームアドバイザーまでお問い合わせください

キャンペーンの詳細はホームページよりご確認ください!



かわら版のポスティングさんを募集中です!

中岡本町、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、ちょっとお小遣いに」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

