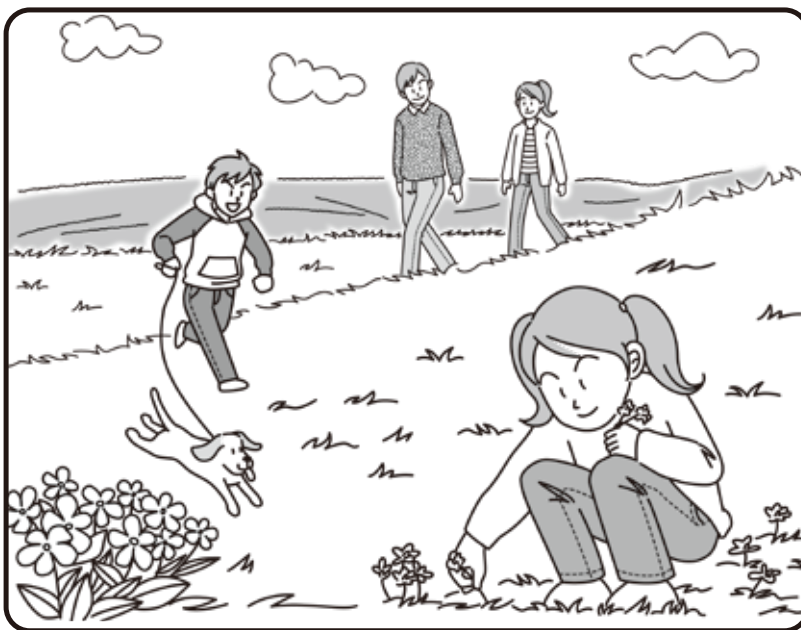
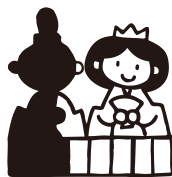


## 「春が来た」

3月になり草花や木々たちも、待ちに待った春を満喫しているようです。卒業式では、親しくなった友だちとの別れは寂しいですが、新たな出会いも待っています。絆を大切に、生涯の友だちを作ってくださいね。土筆



## 家事上手



### 「玄関を整える」

玄関は家の顔です。いつもきれいにしておきたいですね。履物は家族数分だけに揃えておきます。風通しを考慮します。大物・長尺物類は、他の場所に移動、保管しておきましょう。床は掃き掃除と、ときどき拭き掃除もして、スッキリと。

## 準備万端



### 「生垣と防犯」

生垣は、美観上も、防災上もいいですね。春になり葉が茂り過ぎますと、道路から家が見えなくなります。一見良さそうなのですが防犯上の問題があります。生垣と家の間に、泥棒が隠れやすくなります。人影が見える程度の茂みにしておきます。

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

ホームページ：

リフォームならおまかせ!  
住まいる工務店

人生に豊かさや夢を  
住まいる プラス



電話 028-683-7077 FAX 028-683-7078

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

### 「山菜」

春の訪れとともに、芽吹き始める山菜。真っ先に土の中から顔をのぞかせるふきのとうや、タラの芽、こごみは、早春を代表する山菜です。ふきのとうは、独特の強い香りとほろ苦さが持ち味ですね。甘めに味付けをしたふき味噌は、ふろふき大根やおにぎりの具に。アクが強いので、塩水につけてから、油で炒めて味付けをしますと、苦みも和らぎ、コクが出ます。たらの芽とこごみは、アクが少ないので、さっと茹でて、お浸しや和え物にできます。新鮮なモノはそのまま油で揚げて天ぷらに。この時期にしか食べられない贅沢な一品です。山菜は、冬の間カラダに蓄積された脂肪分や老廃物を排出し、活動的に目覚めさせてくれます。自然の恵みに感謝しつつ、いただきます。



## キッチン物語

### 「干し野菜」

新鮮な野菜を切って太陽に当てますと、野菜独特の青臭さやエグミがなくなり、旨みがギュッと凝縮されます。人参、きのこ、かぼちゃ、生姜などを干し、冷蔵庫にストックしておきますと、野菜たっぷりのおかずがすぐにできます。調理時間も節約でき忙しいお母さんにピッタリ。



## 楽しい食卓

### 「春を彩る食卓」

子供たちも春休みになり、お母さんのお手伝いをしています。花びらの形をした布の敷物はお母さんの手作りです。花瓶には、可愛いピンクのスウィートピーを。白い大皿に緑や黄色など色とりどりの春野菜を盛り付けながら「春の小川は～」と、楽しそうに口ずさむ子供たち。家族みんなでつくる、和やかな春の食卓です。



## 住マイル通信

「新学期を前に」

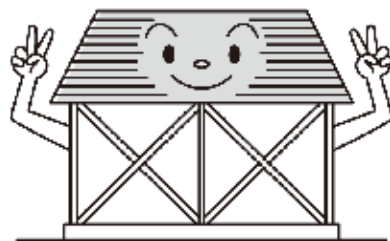
そろそろ子供部屋をどうしようかとお考えのご家庭も多くなる時期ですね。小中学生くらいまでは、リビングで過ごし、リビングで勉強をし、自室があっても寝るだけという部屋の使い方を推奨しています。勉強部屋では、家具やインテリアなどから発生する汚染空気、カビやダニ、ハウスダスト、電磁波などの問題が懸念されます。自室の扉は引き戸にし、部屋にいる場合、扉は開けたままにして、風通しを良くしておきます。家族が、一日1回以上顔を合わせ、一緒に食事をする場や機会をみんなで大切にしたいですね。家族と触れ合い、話し合う場を増やすことで、お互いの気持ちも打ち解け合い、絆も一層深まっていきます。家族団らんは、心身の健康と学力向上に不可欠です。



## 健康&エコ&癒し

### 「地震対策」

耐震診断をしての耐震補強。大事なことは分かっているけど、なかなか実行できないご家庭も多いですね。地震対策のことばかりを考えず、省エネやバリアフリー、健康面、家事の迅速化などを踏まえたリフォーム計画を、専門家と一緒に立ててみませんか?夢が膨らみます。



## 住まいの町医者

### 「寝室環境」

ぐっすり安眠できる寝室環境になっていますか?室内は、床や壁に無垢の木を活用し、上部の壁を調湿性の高い土壁にしておきますと、とても眠りやすい室内環境になります。木の香りは、癒し効果があります。直接照明より、調光機能付きの間接照明や静かなBGMも眠りを誘います。五感が落ち着くと、スヤスヤと。





よりふかく・  
よりくわしく・  
ためになる!

# 住まいる セミナー

## 3月のテーマ

## 住まいの花粉症完全対策

花粉シーズンが来る前に考えておきたい住まいの花粉症対策。  
花粉症が多い時期を少しでも楽に過ごすためには、「花粉を家に入れない」  
のがいちばんのポイントです。

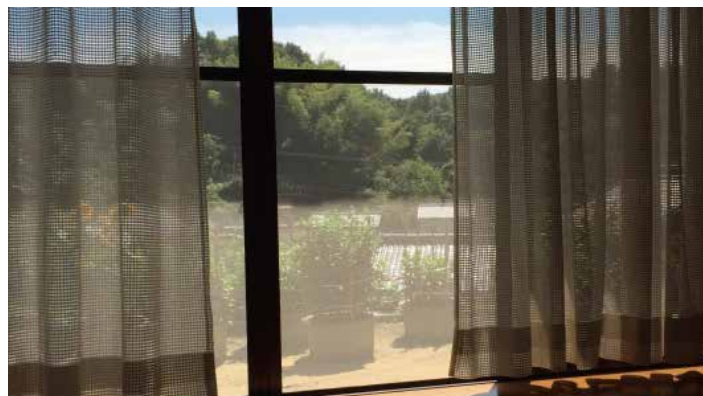


### 洗濯物を守るサンルーム

花粉を室内に入れないために、まず考えたいのが洗濯物です。外に干した洗濯物には、どうしても花粉が付着するもの。とはいえ、毎日部屋干しをしては、臭いや見た目も気になりますよね。そんな洗濯物の花粉症対策におすすめなのがサンルームです。最近では、既存のバルコニーやテラスに後付けできる商品もあるので、さまざまな住宅スタイルに対応可能。花粉が気にならない季節は開放的なスペースとして使うこともできます。

### 網戸を見直せば換気も快適

住まいの花粉症対策の重要なポイントは花粉を家に入れないことですが、カビなどの繁殖を防ぐためには換気も必要です。そんなとき、花粉の侵入を大幅に抑えてくれる網戸なら、安心して室内の寒気ができます。最近では、特殊加工のフィルター効果で、花粉やほこりの侵入を80%以上カットする網戸もあります。従来の網戸に比べて50%~30%の通気性も確保。花粉の侵入を抑えつつ換気ができるのは大きなメリットです。



### アレルギー物質を抑制する床や壁

洗濯物や換気に気をつければ花粉の侵入は大幅にカットできます。しかし、外出した後の髪や衣服にも花粉は付着しているため、花粉を完全にカットするのは難しいものです。花粉などのアレルギー物質を抑制する特殊な塗装で仕上げた床材なら、床に触れた花粉が舞い上がりにくくなるので、アレルギー症状が起こりにくくなります。また、同様の働きをする機能性壁紙もあります。春の訪れを億劫にさせる花粉ですが、花粉対策という視点でリフォームすれば、新しい季節の到来をもっと楽しめるようになります。



花粉対策で室内は快適♪



# 最新 リフォーム 施工事例のご紹介

リビングや1階全体のお部屋を素敵な空間にしたいという長年の夢を今回のリフォームでぜひ叶えたいというご要望をいただきました。

●宇都宮市 T様邸 ●工期60日

## 収納量バツグンのキッチンに 大満足!

before



☆照明やキッチンを変えることで、居心地の良い空間に仕上がりました。

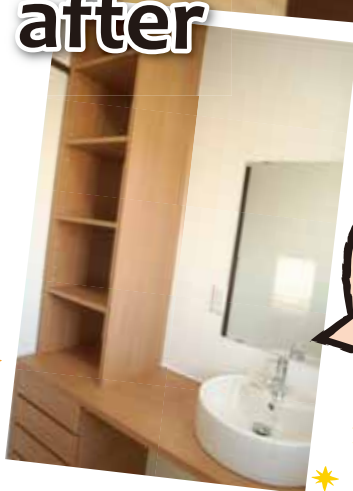
after



before



after



☆薄暗かった洗面室が見違えるほど明るくなり変わりました。

お客様より

1階のリフォームをお願いしました。特に気に入った場所は、ダーク系を基調としたモダンなL字型のキッチン空間です。

収納量が多く使い勝手の良いキッチンに仕上げてもらい、壁紙も貼り替えたことで、以前と比べると驚くぐらい部屋全体がとても明るくなりました。

ストレスのない生活が送れて、ここで過ごす時間が楽しみになりました。

担当から

1階全体のリフォームをご提案させていただくにあたり、3Dパースや図面を元に室内のイメージを共有することで、お客様のイメージ通りのリフォームにお応えすることができました。特にキッチン、和室の収納量を増やすことで、使い勝手の良いスペースを作り出せたことや室内がとても明るくなったことも大変喜んでいただきました。

(担当:引地)



住まいる工務店のカルチャー教室

お申し込みは担当 片倉まで

028-683-7077

◎友悠倶楽部通信3月号◎

HP:  
<http://www.sumairu.biz>

### 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  
■日時 3月5日(月)・6日(火)  
4月2・16日(月)3・17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)

### 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 3月28日(水)  
4月25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 3月22日(木)  
4月26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 3月24日(土)  
4月28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 3月 9日(金)・21日(水)  
4月13日(金)・18日(水)  
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)

### パンフラワー教室

講師 杉山 璃花子先生  
本物と開かれる程の作品が出来ま  
■日時 3月2・16日(金)  
4月6日・20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 3月12・26日(月)  
4月 9・23日(月)  
各回 10:00~12:30  
「体験中止」

### 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 3月5・19日(月)7・28日(水)8日(木)  
4月2・16日(月)4・18日(水)12日(木)  
■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 3月 8日(木)  
4月12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 3月15日(木) 入学・就職祝  
4月19日(木)  
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 3月1・15・22日(木)  
4月5・19・26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

講師 本田 妙子先生  
絵心の無い方も楽しめま  
■日時 3月1日(木)・10日(土)  
4月5日(木)・14日(土)  
各回 10:00~12:00  
■参加費 1500円(材料費込)  
体験の方は1000円(材料費込)

### 手相教室

講師 小口 登志江先生  
周りの人を見てあげられるレベルに！  
■日時 ①2月13日(火)・②27日(火)  
③3月13日(火)・④27日(火)  
⑤4月10日(火)・24日(火)  
各回13:30~15:30  
■参加費 3000円(材料費込)  
全5回全て参加された方には、終  
了書をお渡しいたします。

### シルバーアクセサリ教室

講師 西條 理絵子先生  
初心者の方でも気軽に出来ます！  
■日時 3月14日(水)  
4月11日(水)  
各回10:30~12:30  
■参加費 1500円/1回(材料費込)  
体験の方 銀粘土1500円(材料費込)  
ペーパータイブ 2000円/2回( // )

### {お知らせ}

3月29日(木)手相教室で  
春休み企画を開催いたしま  
す。  
ご興味のある方は是非、ご  
参加ください。

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「冬の趣味」

この時期毎年思うんですが、、、やることがない。ないことはないんでしょうけどアウトドアが好きな私にとっては苦痛の時期です。寒いし、釣りもできませんし、キャンプもBBQも厳しいかなと…冬で唯一好きなのは鍋くらいです！そんな冬に出かけられるところはないかなと探していましたがありました。管理釣り場というものがあったのですねー。以前から存在は知っていましたが、池で釣りをしてもなーといかなかったんですが、この間なんとなく行ってみたら、なかなか釣れないので楽しかったですね。魚はたくさんいるのですが、工夫しないと釣れないようでして…ルアーの種類を変えたり、場所を変えてみたり、巻くスピード変えたり、そんなこんなでようやく釣れた一匹は管理釣り場とはいえやっぱりうれしいですね。こんな管理釣り場ですが、キャンプ場と併用してたり、BBQもできたりと家族で行っても楽しそうなおともいっぱいありますね。ぜひ皆さんも機会がありましたら行ってみてください。ちなみに冬は寒いのでおすすめできませんが…笑



## 住まいるぽすと

沢山のお便利有難うございました。皆様の体験や暮らしの情報等お便利お待ちしております。

今年もプレゼントを楽しみに  
お便りします。昨日今日と  
暖かかったのですが明日か  
らまた寒くなるとの事。金曜日  
から大阪 和歌山と旅行に行  
って来ます。雪が降らないと  
いいのですが…

御幸ヶ原町のN様より

「キッチン物語」を読んで…農園で作  
った野菜で「白菜鍋」をしました。  
間に豚肉を挟みとてもおいしく頂きました。  
ビールがすすむー！

現在「玉ねぎ」初めての「ニンニク」「きぬさ  
や」を育てています。今年も町の農園でお  
いしい野菜作ります。

上三川町のY様より

今回住まいる工務店さんでリフォーム  
依頼をしましたが、工事前の打ち合わ  
せから、しっかりと頂き、仕上がりの  
イメージもしっかりできました。  
おかげで、大変満足のおいしく仕上がり  
になりました。住まいる工務店さんを  
選んで正解でした。

平松本町のH様

## 住まいるプレゼント



鳥取県産乾椎茸115号  
3名様

### ☆☆ 3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、鳥取県産、肉厚の乾椎茸です。「ステーキ」「ハンバーグ」など、いつもと違った食べ方はいかがでしょうか？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。3月末日締切です。ご応募お待ちしております！

2月号の「白山ロースハムと生ハム・焼き豚セット」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にも掲載いたします。

【プレゼント当選者発表】 1月号「瀬戸内三味A」の当選者は、

○宿郷のS様 ○上三川町のY様 ○下岡本町のK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★ 「昔取った杵柄」

先日お客様のところで学生時代の話になり大いに盛り上がりました。同窓会や幼なじみ・クラスメートなどと一緒に遠い昔の話になると、お酒の力がなくとも話題が溢れる水のごとく湧き上がってきますね。

去年の暮れ倉庫の片付をしていると、孫がやってきて私の大学時代に弾いていた楽器（ギターやマンドリン）に興味を示してさわりましたので「これは音楽に興味を持たせるチャンス!」とばかりに即アマゾンで弦を購入し張り直してあげたら、2日後にも関わらず、すでに楽器への興味は失せておりました。残念!

せっかく弦を新しくしたので少し引いてみようとしてみたのですが、うん十年のブランクは大きく、コードにしてもメロディーにしても指先が痛くなるばかりで、頭では動いているはずの指が脳

の指示についていけず、音になりません。「昔取った杵柄」のはずなのに。また横道にそれますが、このことわざの意味は「若いころに身に付けた技量や腕前の事。また、それが衰えないこと」とありました。前半には多少当てはまりますが、後半には当てはまらないので、このことわざは気軽には使えないな・・・別な意味で反省。

最初の話に戻りますが、今シルバー大学で昔取った杵柄に更に磨きをかけて、発表会やボランティアを通して同じ趣味を持つ仲間がコミュニケーションと技術を深め、楽しみながら活躍をしている人がたくさんいる事をお聞きし、シルバー大学への入学に少し興味をそそられました。



担当: 知久

☆住まいるギャラリーからのお知らせ☆

「昔取った杵柄」をお持ちの皆さん、当社1階の住まいるギャラリーのスペースを活用しませんか?

サークル活動の発表の場、ミニコンサートなど限られた空間ではございますが、無料でご利用いただけますのでご興味のある方はお気軽にお問合せ下さい。



連絡先 担当: 菊池まで

ホームページからの来場予約でクオカードをプレゼント!



↑イベントの予約はこちらから

●今月のイベントのご案内●  
第109回宇都宮市民リフォーム祭 in リクシル

日時: 3月17日(土)、18日(日)  
両日とも午前10:00~午後5:00  
会場: リクシル宇都宮ショールーム  
宇都宮市平松本町1216-3



システムキッチンやシステムバスの2018年ニューモデルがいよいよお目見えです。清掃性や収納力がアップして、使い勝手も更によくなりました。是非ご覧下さい。

かわら版のポスティングさんを募集中です!

峰・陽東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

- 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