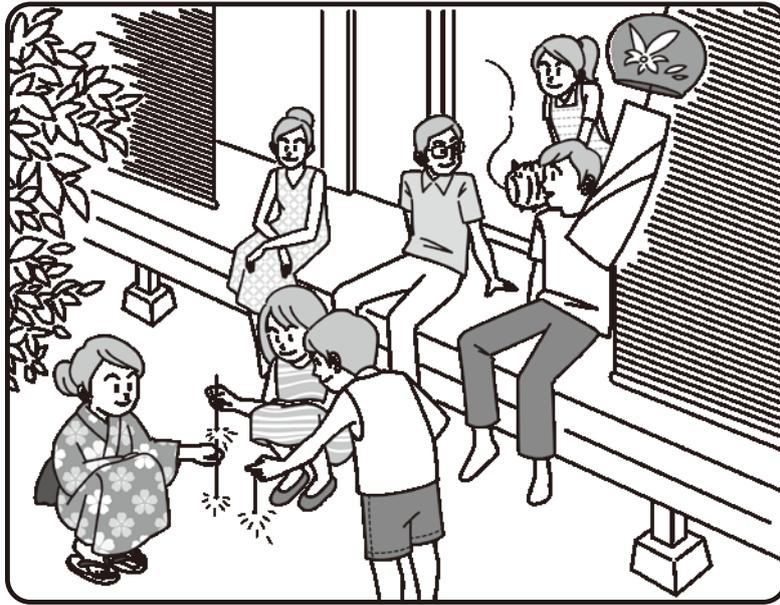


かわ ら版

2018.8月号
Vol.184

「ホッとするわが町」

故郷にいるかのように
ホッとするわがまち、
わが家。夏休みで街中
には、あまり人は居ま
せんが、人の温もりが
感じられます。外は、
暑くても、ご近所の方
とクールシェアをして
楽しんでいきます。夕立
の後に、虹が！浴衣



家事上手

「収納内環境」



蒸し暑いこの時期、カビや虫が発生しやすいので、風通しの悪い収納部内は、特に、ご用心ください。昼間着ていた衣服類は湿っているので、すぐには中に入れず、ある程度乾かしてから仕舞うようにします。ときどきは扉を開けて風通しを。

準備万端

「熱中症対策」



外に居ても、家に居ても、熱中症対策は大切です。こまめに水分補給をし、無理な運動は避け、吸水性や速乾性のある素材の衣服にし、帽子や日傘で日差しを遮ります。体調管理上、寝不足が良くないので早寝早起きの生活習慣もお忘れなく。

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：



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。

今晚のおかず 「夏野菜のマリネ」



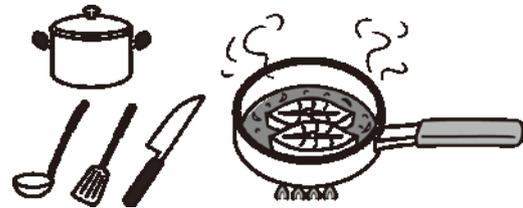
肉、魚、野菜等を、酢やレモン汁、オイルなどの漬け汁に浸すマリネ。食欲不振になりがちなこの時期、いろいろと活躍します。ナスやシントウなど、油と相性のいい野菜は素揚げにし、かぼちゃやパプリカなど、うま味のある野菜はグリルで焼いてからマリネにします。レタス、玉葱、きゅうり、セロリ、トマトなど、水分の多い野菜は、食べやすい大きさにカットし、タコやイカ、サーモンなどの魚介類と合わせてマリネにしますと豪華な一品に。漬け汁に、レモン汁、粒マスタード、砂糖を加えますと、一層美味しくなります。鶏の唐揚げもマリネにしますと、保存がきき、常備菜、お弁当のおかずとしてもいいですね。身近な素材で、さっぱりとした味わいで、食欲もきつと。



キッチン物語

「調理器具をスッキリと」

調理器具が増えてきますと、うまく収納できず、使いづらくなりがちです。深めのフライパンのように、煮たり、蒸したり、揚げたりと、多目的に使える調理器具にしますと、道具の種類と数を減らすことができます。何がどこにあるのかもすぐ分かり、気分もスッキリしますね。



楽しい食卓

「冷たいデザート作り」

夏休みになると、決まって作ってくれるお母さん手製の「あんみつ」。この夏は、子どもたちも寒天作りからお手伝いをしています。「寒天は、何からできているか知ってる?」とお母さん。冷蔵庫で冷やした寒天をガラスの器に入れますと、一層涼しげです。あんこにアイスクリーム、スイカをのせ、豪華なデザートに。



住マイル通信



バリアフリーと言いますと、床の段差解消が、すぐ思い浮かびますね。わずかな段差はもちろん早めに解消しておきます。その際、床の滑り具合も十分確認しておきましょう。高齢者宅に限ったことではありません。育児中で幼児を抱っこして歩くお母さんにも、必要な取り組みです。床の滑り具合は、日常の安全性や快適性、居住性に影響してきます。モノを持たない状態での床の滑り具合と子どもを抱っこして歩くときの床の状態は、かなり相違します。妊娠中のお母さんは、日常とは異なる姿勢や視野で動作を行うため、もう少し滑りづらい床にした方がいいですね。家族の身体状況により、床仕上げ材を検討します。滑りやすい玄関、階段、浴室の床材も十分にお気をつけください。



健康&エコ&癒し

「有害揮発性物質にご用心」

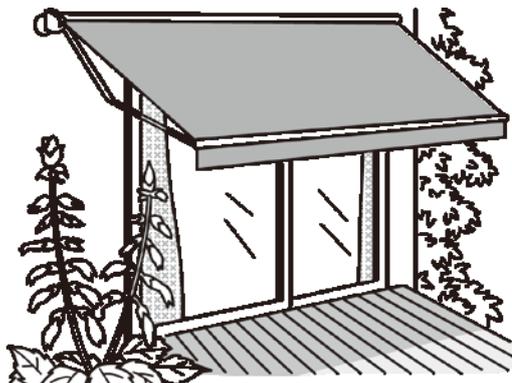
年間で最も蒸し暑いこの時期。室内の家具類やインテリア、家電製品などから発生する有害揮発性成分が、気になります。家に帰ったら、まずは、窓や扉を全開にし、室内の有害成分を追い出しましょう。しばらくしてから、窓を閉めエアコンをつけます。多孔質の内装材も活躍します。



住まいの町医者

「暑さ対策」

直射日光が強い季節です。まずは、窓周りで遮光しましょう。庇やオーニング、カーテン、ブラインドなど。照り返しも強くなるので、犬走やベランダなどのコンクリート部分には人工芝などを敷いておきます。2階の部屋の暑さ対策には、屋根裏の断熱施工で。お風呂の残り湯は、翌日に庭や道路などの打ち水にご活用を。



よりふかく・
よりくわしく・
ためになる!

住まいる セミナー

8月のテーマ

遮熱ガラスで外からの熱をカット



えっ、窓を変えただけで!?

年間冷暖房費

約7万円※ → 約4万円※

省エネ効果で
年間の冷暖房費が
節約可能!



※(東京の算出例) 地域、住宅の
条件により数値は変動します

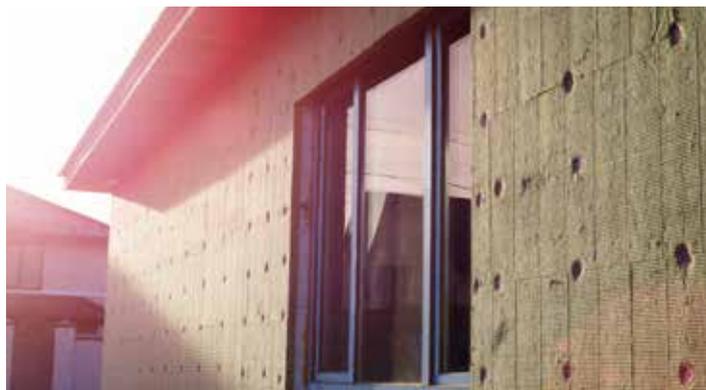


窓は熱の出入りが最も多い場所

夏場は、冷房を使っている間も、屋根や壁、窓などから外の熱が部屋に流れ込んできます。なかでも、窓やドアといった開口部から入ってくる熱は、屋根や壁から侵入する熱と比べてとても多く、なんと全体の7割以上を占めています。つまり、窓を見直せば、冷房効率がアップし、省エネにもつながるのです。窓を見直して、暑い夏を快適に過ごすために欠かせないエアコンを、もっと効果的に使いましょう!

太陽熱の侵入を防ぐガラス

遮熱機能をもったガラスを窓に使うことで、太陽の熱の親友を少なくすることができます。2枚のガラスの間に特殊な金属膜をコーティングを施した遮熱ガラスなら、金属膜が太陽の熱を遮断。日射熱を50%もカットしてくれます。室内の明るさはそのまま、紫外線を大幅にカットしてくれるのもうれしいですね。西日が入り込む窓や、ソファやカーペットなど、色あせが気になる家具が置いてある部屋に取り入れるのもおすすめです。



最新 リフォーム 施工事例のご紹介

■玄関がたった1日でキレイ、安心快適になりました。

●宇都宮市 K様邸 ●1日

『1日で』住まいの顔がステキに変身



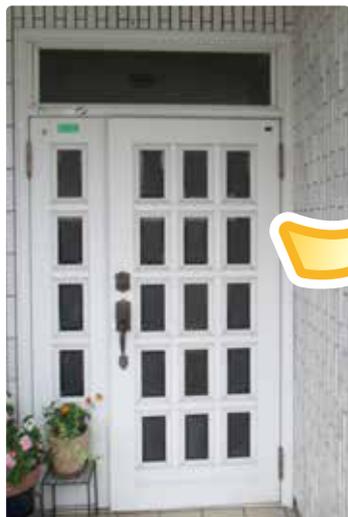
ドアは家の「顔」

ドアの交換をきっかけに玄関周りを見直しませんか？
家族が毎日出入りする場所であり、家の「顔」ドアの
イメージに合わせたレイアウトで心地よい空間作り!!

家を傷めず、気軽にカンタンに

カバー工法で今ある枠の上から、新しい枠を取り付けるので、
現状の壁や床を傷める心配もありません。
毎日の暮らしを快適にするアイテムです。

リモコンキー
で利便性 UP!!



人と同じく、いろいろなカタチがある家。
人や物が出入りする“玄関”
家の第一印象が決まる場所ともいわれる
玄関のドアをガラッと変えて
あなたの家の雰囲気を変えてみませんか？

担当より

まずは、玄関の断熱効果を上げる事を考えました。

そして、玄関部のイメージを変えることで新しい空間が出来上がりました。

鍵もリモコンキータイプにする事で、利便性を高める事が出来ました。

(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8月号◎

お申し込みは担当の片倉まで

028-683-7077

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

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 8月6日(月)、7日(火)
9月3日(月)、4日(火)
月 10:00~12:00
火 13:00~15:00

■参加費 5000円(材料費込)
体験の方は3500円(材料費込)

華道教室

講師:五月女 恵子 先生
自由な生花が中心の草月流です。

■日時 8月22日(水)
9月26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
伝統工芸アクセサリが作れます。

■日時 8月23日(木)
9月27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
花を乾燥させ宝石箱を作ります。

■日時 8月25日(土)
9月22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
アクセサリなどの作品が作れます。

■日時 8月 1日(水)、30日(木)
9月14日(金)、19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
仕上がりが本物と変わらない!

■日時 8月 3、17日(金)
9月 7、21日(金)
各回 10:00~12:00

■参加費 3000円(月2回材料費別)
体験は 2回2000円(材料費込)

トールペイント教室

講師:虻川 貴美子 先生
木や布に楽しく描くクラフトです。

■日時 8月 27日(月)
9月5日(水)、10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 8月20日(月)
9月3、10日(月)、5、19日(水)13日(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
白い陶器に絵を描いて完成です。

■日時 8月 9日(木)
9月13日(木)
各回 13:00~15:30

(満員です)

絵手紙教室

講師:大和田 初子 先生
頂いた方は必ず感謝します!

■日時 8月10日(金)野菜
9月20日(木)果物
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 8月 2、23、30日(木)
9月 6、20、27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 8月2日(木)、4日(土)
9月6日(木)、8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
手相を見てあげられるレベルに!

■日時 8月28日(火)
9月11、25日(火)
各回13:30~15:30

■参加費 3000円(材料費込)/回

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 8月 8日(水)
9月12日(水)
各回10:30~12:30

■参加費 銀粘土1500円(材料費込)
ペーパー2000円/2回(材料費込)

パッチワーク教室

講師:高橋 悦子 先生
着物リフォームも行っています。

■日時 8月31日(金)
9月15日(土)
各回10:00~12:00
13:00~15:00

(満員です)

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「体も家も同じ」

最近腰から下が痛く、椅子に座ってられない時があるぐらいの状態です。病院に行ったところ、腰骨が神経にあたって炎症が起きているとのことでした。病院に行って治療をすれば痛みが和らいだりはします。しかしそうなる前に予防が大切だなと改めて思いました。やはり姿勢が悪いと思うことがあります。「あっ」と思い姿勢を正したりしないと、つい猫背になりがちです。あとは全く運動をしないので、適度に運動をして筋力をつけることでしょ

うか…。運動は特に続けなくては意味がありませんので、続けられる工夫や、楽しんで出来る工夫をして取り組みたいと思います。

これは住まいも同じで、定期検診を行うことで何もなければ「安心!!」

何かあったとしても早期発見で軽い修理等で済む場合があります。

体も住まいも一生ものではありませんので、定期的に健康診断を行いましょう!!



(担当:知久)

住まいのぽすと

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

工事終了のご挨拶ありがとうございます。低価格工事にもかかわらず素晴らしい対応に感謝します。貴社の増々の発展を御祈念申し上げます。

さくら市のK様より

私は毎月のキッチン物語が大好きです。すぐに実行し、家族に喜ばれています。7月号の住まいの町医者も、素晴らしいと思います。これからも楽しみにしています。

御幸本町のO様より

今回屋根と壁をお願いした者です。40年ぶりにみちがえる程キレイになり、とても嬉しいです。古くて壁などを塗るのに大変だったのですが、とても綺麗に仕上がりました。

市内のS様より

住まいのプレゼント



「マスクメロン」
2.8kg
3名様

☆☆ 8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、丹念に育てられた渥美の「マスクメロン 2.8kg」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。**8月25日締切**です。ご応募お待ちしております!

7月号博多八助の「ひとくち餃子」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】6月号「チーズケーキ」の当選者は、

○御幸町のT様 ○越戸町のI様 ○さくら市の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★ 「 予防が大切 」

このたびの西日本を中心とした豪雨被害により被災されました皆様に、謹んでお見舞い申し上げますとともに、被災地の一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

甚大な被害をもたらしました西日本豪雨、6日のテレビからは大雨特別警報が伝えられ最大限の警戒が呼びかけられていましたが、翌7日からは被災地の被害状況がニュースで流れ、日を追うごとに死者の数が増え200人を超えるに至ってしまいました。被災地の濁流の映像を見ているとまるで東日本大震災の津波の時のようで、とても雨による被害とは思えず、自然災害の脅威というかその力は我々の想像を絶し、もし遭遇してしまったら人間の力では到底逃げられないものと改めて思い知らされたのでした。

遭ってしまったら逃れることが出来ないとすれば、我々のできることは事前に避ける事(逃げる・予防する)しかないと思います。しかし人間とは将来の危険にはあまり深刻な危険ととらえないことで心的リスクを小さく

し、目の前に迫るか出会わないと自覚行動できない生物のようで「前もって〇〇しておく」ということは苦手なようです。

身近なことでは自分の健康管理に大切なことは「禁煙、休肝日、生活習慣病、適度な運動の継続、健康診断やドック受診、歯の定期健診…」わかっているけどできないことが何と多いことか。耳が痛いですね。住まいでも同じことが言えます。住まいの健康管理つまり耐震診断や劣化診断。経年劣化やメーカー推奨以上の年数使用している設備機器や材料、屋根や外壁の塗装やシール・防水なども、まずは現状を知っておくことが重要です。「まだ大丈夫、私は大丈夫」が一番危険だという認識をどれだけ持てるか、これが肝です。いつやりますか？「今でしょ！」



担当：知久

●今月のイベントのご案内●

第114回宇都宮市民リフォーム祭 inTOTO

日時：8月25日(土)、26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

詳しくは8月22日折り込みのチラシをご覧ください。

会場には今年の新商品

「2018 夏モデル」が展示中。

特に新しくファーストクラス浴槽・楽湯を装備した新シリンは実際にお湯の動きが実際に見ることが出来て、見るとついほしくなってしまうような魅力的なシステムバスです。洗面化粧台やトイレも新商品が展示されています。キッチンキャンペーンも継続中ですので、秋のリフォームシーズンに向けてぜひご来場下さい。



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!



↑ イベントの来場予約はこちらから!

8月のリフォームギャラリー特別講座

アロマ教室



- ◆日時：8月18日(土)
- ◆場所：住まいの工務店 1Fリフォームギャラリー
- ◆参加料：1200円
- ◆予約制：人数に限りがございます!お早めにお電話を!
- ◆問い合わせ：住まいの工務店 菊池 028-683-7077

かわら版のポスティングさんを募集中です!

峰町、御幸本町、豊里台方面 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：片倉まで



- 発行/株式会社 住まいの工務店
- 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