

「お掃除で体力強化」

日頃から散歩を日課にしているわが家。家の中でも、廊下や階段の拭き掃除、玄関や水回り、庭、道路掃除などを毎日、各自分担して体力アップにつなげています。周りがきれいになるので気持ちまでサッパリします。秋風



家事上手

「お帰りコーナー」

行方不明になりやすい身近なモノと言え、カギ、腕時計、財布等ですね。外出時に必ず持っていくモノは、玄関近くに「お帰りコーナー」を設けてみてはいかがでしょうか？専門の籠やトレイを用意します。帰宅時にどこかに置く癖も？！

準備万端

「お隣さん」

お隣さんと交流していますか？いつの間にか引っ越して空き家、空き室に。隣が空きになると、防犯上、防災上、要注意です。いつも声を掛け合う、挨拶し合う、掃除し合う。年末にかけて、改めて近所付き合いを大切にしていきたいですね。



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

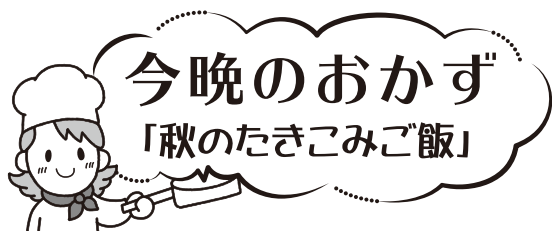
ホームページ： [住まいる工務店](#) [検索](#)



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。



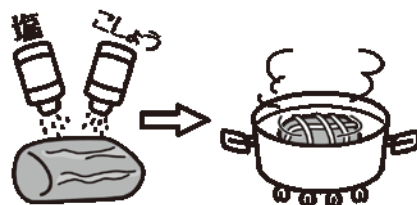
きのこや里芋、さつまいも、ゴボウなど、根菜類が美味しくなる季節ですね。栗や鶏肉も加えた具だくさんの炊き込みご飯。ダシと具のうまみがご飯にしみ込み、味も、彩りも良くなります。実りの秋にふさわしい一品です。一つの具をメインにして炊く場合、栗ご飯には「しめじ」、里芋ご飯には「豚肉」、サツマイモご飯には「ゴボウ」を一緒に入れますと、香りやうま味がプラスされます。昆布とかつおぶしで、しっかりダシをとりますと、より一層美味しくなります。今が旬の鮭など魚介類を使う場合は、生のモノを使うよりも、予め冷凍したモノを使った方がふっくらと炊き上がります。甘辛く味付けしたキノコを混ぜ合わせ、お好みで紅生姜や銀杏をちらします。食欲の秋。



キッチン物語

「豚肉時短調理」

豚肉の塊をゆで豚にしますと、いろいろなメニューに応用でき、調理時間も短縮できます。肉に塩と砂糖をすり込んでから水で茹でるだけです。ゆで汁に漬けたまま冷蔵し、スープなどゆで汁ごと使え、炒め物や煮物、サラダに。お好みのタレに漬け込んでおけば、自家製ハムにも。



楽しい食卓

「お好み焼き」

お父さんが作るお好み焼きはふわっとして美味しい!という、お母さんからのリクエストに応じて、朝からお父さん準備に大忙し。子供たちも楽しそうにお手伝いをしています。野菜の他、魚、肉も豊富に入り余計食欲をそそります。鉄板の上で、ジュージュと焼けるいい音と、いい香り。みんなの目が輝いています。



住マイル通信

「生活動線と時短」

暮らしやすい住まいの間取りでは、一連の動作をつないだ「動線」が短くなっています。生活動線が長くなりますと、移動しづらく効率も悪くなります。ワンフロアマンションや平屋であれば、屋内を移動する生活動線も短くなります。2階建以上の場合、生活動線は長くなったり、渋滞することもあります。朝起きてから夜寝るまで、家族がどう動くかを、家の間取り図に書き込んでみましょう。時間ごとに確認することで非効率な動線が浮かび上がってきます。家具配置の見直しから。洗濯関係では、クローゼットを2階に持ってくるのもいいですね。家具は、家族が集中する場所には置かないこと。生活動線の不都合さは、次第に慣れてきますが、やはり、いつも時短を意識して、



健康&工口&癒し

「アクティブ・リスト」

疲れているときでも軽くカラダを動かすことで血流の改善を図り、疲労回復を図ることで。階段を昇る、電車や橋など一駅分を歩くなど。ストレッチや入浴もいいですね。疲れは、軽い運動で取れるんだと実感できれば、ふだんからの動きも良くなります。適度な休息も大切です。



住まいの町医者

「そろそろ年末の準備を」

今年も残り3か月。年末に向け、模様替えや設備の取り換えをお考えの方、早めにリフォーム計画を立てておきましょう。年末は、例年、工事も混み合い、職人不足になりがち。家全体の健康診断を専門家と一緒に実施し、年末までに直す所、来春までに直す所を明確にしておきます。簡単な箇所、部位ならDIYも考慮して、



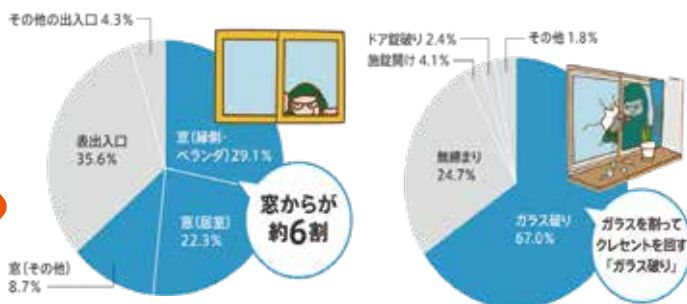
よりふかく・
よりくわしく・
ためになる!

住まいのセミナー

10月のテーマ 防犯力を高めよう!!

大切な家族や財産を守るためには日頃から防犯意識を持つことが大切。
「自己防衛」の視点で住まいを見直して対策しましょう。

住まいの防犯



依然として多い空き巣などの住宅侵入犯罪。そのほとんどが玄関や窓からとなっています。侵入に5分以上かかると約7割の空き巣が犯行をあきらめるというデータがあるように、いかに簡単に侵入されないように対策をしておくことが重要なポイントといえます。

玄関の対策

まずは玄関ドアを不正開錠しにくい錠にすることが基本です。つぎに玄関の本体や袖部のガラスも防犯性の高いガラスを選びましょう。



防犯性の高いシリンダーとディンプルキー。

ピッキングや不正コピーが困難で安全性が高い。



破られにくい2ロック。シリンダー内臓でより安心。

サムターンの取り外しができるのでガラス破り対策に有効。



窓の対策

狙われやすく、侵入されやすい窓の対策は必須です。窓ごとに対策をしましょう。

既存の窓にも後付けできるシャッター。

防犯はもちろん、台風対策にも安全性を高めます。切断に強く、外されにくい頑強な面格子。



防犯にも飛来物対策にも効果的。ガラスの間に強度と柔軟性に優れた樹脂中間膜を挟み込んだ破壊されにくい防犯タイプの複層ガラス。

内窓を取りつけて二重窓に。侵入に時間がかかるのはもちろん、侵入をためらわせる効果も期待できます。



最新 リフォーム 施工事例のご紹介

水廻り設備機器の老朽と対面キッチンでしたが暗く狭いので、
使い勝手の良い明るいキッチンとベッドの配置ができる
寝室の間取りをご提案させて頂きました。

●宇都宮市 A様邸 ●工期176日

お家丸ごと『リノベーション工事』



Bfore



After



Bfore



After



After



After



お客様より
新築も考えた時期もありましたが、
理想の間取りで、また収納スペース
多く念願だった ビルトインカー
レージも有り キッチンが明るく家
事動線も良く大満足です。いろいろ
お世話になりました。

工事担当より
工事中は何度も現場にお越しいただき
貴重な時間をありがとうございました。
今後もメンテナンスを通して伺い致
しますので、よろしくお願い致します。

工事担当:大吉

広さが協調された、
とても明るい空間に
仕上がりました。

住まいる工務店のカルチャー教室

◎友悠倶楽部通信10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 10月 1日(月)、2日(火)
11月19日(月)、20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 10月24日(水)
11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
伝統工芸アクセサリが作れます。

■日時 10月25日(木)
11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&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 10月27日(土)
11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
アクセサリなどの作品が作れます。

■日時 10月12日(金)、17日(水)
11月 9日(金)、21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 10月 5、19日(金)
11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 10月 22、29日(月)
11月12、26(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 10月1、15日(月)3、17日(水)11日(木)
11月5、19日(月)7、21日(水)8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 10月11日(木)
11月 8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 10月18日(木)柿、小さいお雛様
11月15日(木)年賀状、干支(猪)
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 10月 4、18、25日(木)
11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4日(木)、13日(土)
11月1日(木)、10日(土)
★特別講座★ 10月20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 10月 9、23日(火)
11月13、27日(火)
各回13:30~15:30
■参加費 3000円(材料費込)/回

シルバークセサリー教室

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 10月10日(水)
11月14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 10月31日(土)
11月30日(金)
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 「スマホ」

何かと物騒な世の中、娘が学童をやめたらキッズ携帯を持たせたいと
思っている。とはいえ、安易に持たせるのも怖い。そんな矢先に親学
講演会がありました。

親世代の私達にとってスマホは情報を調べるものだが、子供達にとっては、
自分を発信していくものらしい。以前、コンビニの冷蔵庫で横になった
写真がニュースになったことを覚えているだろうか。あれば友達しか
見られないサイトに軽い気持ちで投稿。それが一カ月後にテレビのニュースにまで発展。
恐ろしい世の中だ。そしてもっと恐ろしいのは、一度サイトに投稿したものはたとえ自分が
消してもどこかには存在し検索され続ける可能性があるということだ。簡単に情報が
調べられる反面危険も隣り合わせ。ネットに安易に個人情報載せてはいけない。

肝に銘じて娘にも対応しようと思いました。

担当：引地



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。

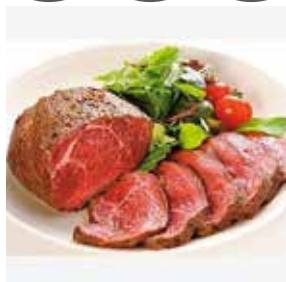
リフォームしていただいた中でも、
私のお気に入り玄関です。
展示場で拝見したレンガ風の石材に
魅せられて、我が家の玄関ドアの
周りにも長方形のグレイの石材を
配置しました。深緑色のドアと
マッチして訪れる方に「社長さんの
家そうですね」と言われ、満足です。
アドバイスありがとうございました。
下栗町の様より

毎回楽しみに拝見させて
いただいております。
暮らしのアイデア情報が沢山
載っていてとても勉強になります。
特に収納の記事が大好きで、
参考にさせてもらってます。

峰の〇様より

いつも「かわら版」をお届け下さり
ありがとうございます。
8月のテーマで日射熱を50%
カットするガラスについて遮熱ガラスを
使用すると、冬場は寒いのではないかと
疑問に思い、お尋ねしました。
いろいろな性能をもったガラスを
間取りにうまく活用すればよいとの
説明を頂き納得しました。
楽しく読ませていただいています。
峰の〇様より

住まいるプレゼント



『牛ローストビーフ』
3名様

☆☆ 10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、脂の少ないもも肉を使用し、真空調理で仕
上げた柔らかな食感の『牛ローストビーフ』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。**10月25日締切**です。ご応募お待ちしております！

9月号の「リンゴジュース サンふじ・王林ジュース3本入」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】 8月号「マスクメロン 2.8kg」の当選者は、

○築瀬のI様 ○高根沢町のS様 ○御幸本町のH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★ 「待っていた秋！」

異常に暑かった夏もようやく終わるすいぶん過ごしやすい気温になってきました。皆様もホットしているのではないのでしょうか。このような異常気象が毎年当たり前になり、さらに高温になって40度超えも珍しくなくなり50度オーバーも世界ではあちこちで観測されると言われています。すべては地球温暖化に原因で「ちりも積もれば山となる」なんて流暢なことを言っている場合ではないですが、産業革命以降の工場・車・日常生活による温室効果ガス排出の結果によることだそうです。

私たちも日常生活の中で資源のリサイクルや省エネを心がけているつもりですが、なかなか効果的に継続していくことは難しそうですし、実際にできていないような気がします。改めて見直しをする必要がありますね。

環境省で作成した「家庭でできる10の温暖化対策」です。

①冷房を1度高く暖房を1度低く設定、②週2日往復8キロの車の運転をやめる、③アイドリングを1日5分ストップ、④待機電力を90%削減、⑤家族全員がシャワーを1日1分減らす、⑥お風呂の残り湯を洗濯に使い回す、⑦炊飯ジャーの保温を止める、⑧家族が同じ部屋でだらんし暖房と照明を2割減らす、⑨買い物袋を持ち歩き包装の簡単な野菜を選ぶ、⑩番組を選び1日1時間テレビ利用を減らす。家庭でこの「10項目」を完全実施すると、CO2を年間13%削減し、4万1千円の節約になると計算しているそうです。出来そうですが、難しそうですね。

ご興味のある方は一度検索してみてください。今から何か一つプラスして継続チャレンジしませんか。



担当：知久

●今月のイベントのご案内●

第116回 宇都宮市民リフォーム祭 inTOTO

日時：10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

宇都宮市元今泉 2-22-22

このような方はぜひご来場ください

- ☒ 最新の水まわりの設備機器を比較・体感したい
- ☒ リビング・ダイニング・キッチンのリフォームを検討している
- ☒ 中古住宅を買ってリフォームを検討している
- ☒ 実家の二世帯化のリフォームを検討している
- ☒ 耐震・断熱・省エネに興味がある
- ☒ 近いうちにリフォームをしなければと考えている

10月のリフォームギャラリー特別講座は パステル和アートです。

世界にひとつだけの作品と一緒に描きませんか。

◆日時：10月20日(土)

10:00～12:00

◆場所：住まいの工務店1階

◆参加費：1500円(材料費込)

◆予約制：10名様

◆お問合せ：住まいの工務店 片倉まで 028-683-7077



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♪

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、豊郷台方面 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。少ない枚数でもOKです。「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