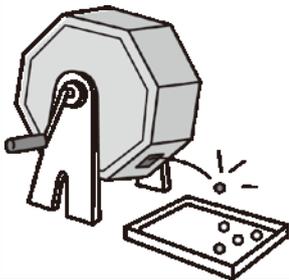
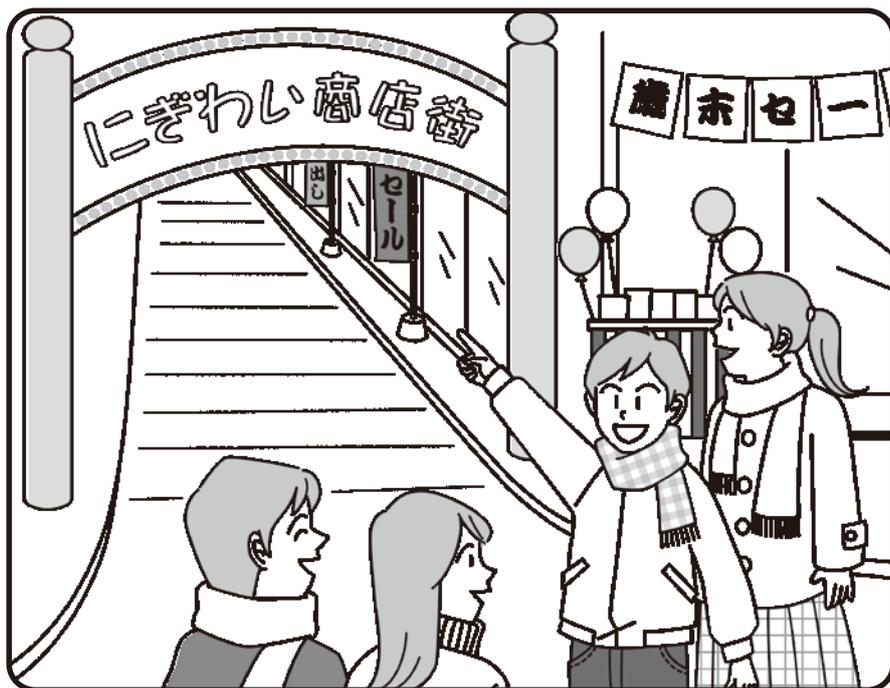


# かわ ら 版

2018 . 12 月号  
vol. 188



「賑わいの商店街」  
商店街は、年末恒例の大売り出しです。抽選会場には長い行列が。その賑わいも、今では、静かになってしまいました。もう一度、あの頃の活気を取り戻してほしいと思います。商店の皆さん、街を挙げ応援しています。師走



## 家事上手

### 「玄関をスッキリと」

玄関は家の顔。いつもスッキリとしておきたいですね。履物は揃えておく。家族数分の履物だけ出しておく。玄関室に隣接して収納スペースを設け、時々履く靴、長尺物、コート類、小物類を収納しておきます。床の拭き掃除も、日課にして。

## 準備万端

### 「声を掛け合う」

年末は、とかく忙しく、出掛ける機会も増えお正月には留守宅も増えます。この年末に、ご近所との交流を一層深めておきたいですね。大掃除や道路掃除を同じ日に実施して、終了後、忘年会やクリスマス会で盛り上がり。心もあったかに。

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 「ハンバーグ」

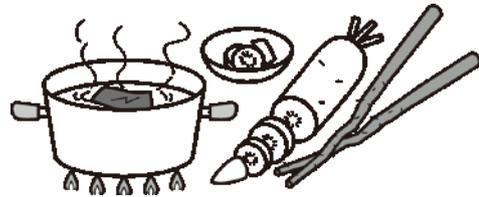
子供から大人まで人気のあるひき肉料理「ハンバーグ」。玉葱をバターで炒めて、ニンニクで香り付けをしますと、味に深みが出ます。よくこねることと、火加減が決め手です。形を作り、真ん中にくぼみをつけて、片面を中火で、焼き色がついたらひっくり返して蓋をし、弱火で真ん中が膨らむまで、蒸し焼きにします。ケチャップとソースを入れジュージューとタレが絡まったら、できあがり。ハンバーグの種をかたまりにして、チーズやゆで卵を入れてオーブントースターで焼きますと、切り口が彩りよく、豪華な一品になります。豆腐やネギ、レンコンなどを細かくして肉種に混ぜますと、和風ハンバーグに。醤油味のアンをかけて柚子胡椒を添えます。今晚が、楽しみです。



## キッチン物語

### 「昆布で野菜をおいしく」

大根やごぼうなど冬野菜を水と昆布でコトコトと煮ておきますと、昆布のうま味が野菜に浸み込み、野菜のうま味は昆布の汁に溶け出し、だし汁としても丸ごと使えます。だし汁につけたまま保存し、煮物、汁物、鍋料理等にすぐに使えて便利です。最後に昆布は刻んで酢の物にも。



## 楽しい食卓

### 「冬至」

あっという間に日が暮れて、家路を急ぐ子供たち。今日は冬至。この日にわが家の食卓に決まって並ぶのは小豆かぼちゃです。小豆かぼちゃを食べて、ゆず湯に入ったら、しもやけにならない、風邪を引かないと、よくおばあちゃんから言われたものです。子供が成長し冬至の意味合いを知る日が、早く来ますように！



## 住マイル通信 「自宅で筋トレ」

老若男女問わず、ここ最近、筋トレの大切さが叫ばれています。加齢に伴い下半身の筋肉量が減少していきます。エネルギー消費量は減るため、肥満や糖尿病を招いたり、脳卒中や認知症のリスクが高まります。筋肉の減少を防いでおくことは、健康寿命を伸ばす上で、大切です。重い運動ではなく、中程度の運動をふだんから実践していると、効果的です。例えば、家の中でもできる運動、階段の昇降はおススメです。リフォームをして、階段の勾配を緩くし、無垢材の段にし、日中階段室に陽が差すよう窓を新設し、手すりを取付けます。手すりにつかまりながら、5段上向きや後ろ向きに昇降を繰り返すスローピング。2階を寝室にすれば、地震時も安全で、昇降も日課に。



## 健康&エコ&癒し

### 「ふれあう遊び」

年末年始と言えば、みんなでテレビを観たり、ゲームをしたりするのが、ふつうでした。当然、笑顔もあり、会話もありました。家族で、こういう遊びを通じた交流が少なくなりました。年末年始くらい、スマホやパソコンは横に置き、みんなで、ふれあう遊びに熱中しませんか？



## 住まいの町医者

### 「電気代と団らん」

夏のエアコンと冬のエアコン。圧倒的に暖房時の方が、電気使用量が増えます。暖かな地方ではあまり問題がありませんが、寒い地方では省エネを考慮しないとイケません。窓周りからの熱損失が問題です。住まいの断熱性を高めると同時に、暮らし方にも工夫が必要です。やはり、リビング中心の生活が一番の節電ですね。



よりふかく・  
よりくわしく・  
ためになる!

# 住まいる セミナー

## 12月のテーマ 住まいの断熱で快適な暮らしへ

断熱性能を向上させることで、夏は涼しく、冬は暖かい住まいへ。健康で快適な暮らしを実現するとともに、エネルギーロスを抑えて省エネルギーに貢献します。

### 断熱化のメリット

- ① ヒートショックを起こしにくくなる。
- ② 冷暖房にかかる電気代を節約。
- ③ 同じ室温でも暖かさが違う。
- ④ 冷房の効きが良くなる。

省エネルギー  
創エネルギー



### 床・壁・天井の断熱施工方法の紹介

住まい全体をしっかりと断熱することで格段に快適性が向上します。内装や床材を取り替えるリフォーム時は普段目に見えない断熱材を見直す絶好の機会です。

#### 高性能断熱パネルの施工

LEXEL ココエコ



#### 断熱材の施工

珪



旭ファイバーグラス

アクリアニュープロ  
吹込み用断熱材 (プラスウール)  
天井裏のリフォームに最適。

壁



アクリアネクスト  
防湿フォーム付き

床



アクリアUボード  
シロアリにも強い

### 開口部の断熱方法の紹介

建物で熱の出入りが一番多いのは、窓などの開口部です。夏は71%が入り込み、冬は48%が開口部からにげます。住まいの快適性と冷暖房効率のアップには開口部の対策が重要です。

#### ガラスの交換

単板ガラスを断熱性の高い複層ガラスへ交換。  
エコガラスがおすすめです

特殊金属膜

エコガラス

室外

室内

Low-E 複層ガラス (断熱タイプ)  
日が当たりにくい窓 (北側)、  
室内側の特殊金属膜と中空層  
のW効果で熱を逃がさず室内  
の温かさを保つ。

特殊金属膜

室外

室内

Low-E 複層ガラス (遮熱タイプ)  
日差しが気になる窓に。  
冬は室内の暖かさを保つ。

#### 内窓の取付

既存の窓の内窓に樹脂製の窓を取り付け、  
二重窓にすることで断熱性・防音性が向上。



#### 外窓の交換

断熱性の低いアルミ製の窓を断熱性に  
優れた樹脂窓などに交換。寒さや暑さ  
を室内に伝えにくく快適に。





# 住まいる工務店のカルチャー教室

## ◎友悠倶楽部通信12月号◎

お申し込みは秋葉まで。

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 12月3日(月)、4日(火)  
1月 15日(火)  
月 10:00~12:00  
火 13:00~15:00

■参加費 5000円(材料費込) / 回  
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 12月26日(水)  
1月23日(水)  
各回 10:30~12:30

■参加費 1000円(材料費別) / 回  
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ーが作れます。

■日時 12月27日(木)  
1月24日(木)  
各回 10:00~12:00

■参加費 2000円(材料費別) / 回  
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 12月22日(土)  
1月26日(土)  
各回 13:30~15:30

■参加費 1500円(材料費別) / 回  
体験の方は1000円(材料費込)

### ビーズ教室

講師:高橋 敦子 先生  
アクセサリーなどの作品が作れます。

■日時 12月14日(金)、19日(水)  
1月11日(金)、16日(水)  
各回 10:00~12:00

■参加費 2000円(材料費別) / 回  
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 12月 7、21日(金)  
1月 18日(金)  
各回 10:00~12:00

■参加費 3000円(月2回材料費別) / 回  
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 12月 5(水)、10日(月)  
1月21(月)、28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 12月3、17日(月)5、19日(水) 8日(木)  
1月7、21日(月) 16日(水)10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 12月 13日(木)  
1月 10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  
頂いた方は必ず感激します!

■日時 12月20日(木)ポチ袋、箸袋  
1月31日(木)寒 椿、水仙  
各回 10:00~12:00

■参加費 1000円(ハガキ代別) / 回  
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 12月 6、20、27日(木)  
1月 17、24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 12月 6日(木)、8日(土)  
1月12日(木)  
各回10:00~12:00

■参加費 1500円(材料費込) / 回  
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 12月 25日(火)満員です  
1月 11日(金)

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 12月12日(水)  
1月 9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)

### シュガーアート教室

講師:星野 直美 先生  
アイシングクッキー、フラワーゼリーが作れちゃう!

■日時 12月12日(水)  
1月 9日(水)  
第1(水) 10:30~12:00  
第2(水) 13:30~15:00

■参加費 2200円~(材料費込) / 回

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 「人生で一度はやってみたい」

「氷上でワカサギを釣りやりたいね」

この時期寒くなりだすと知人二人と毎年出る話題です。

生きているうちに一回はやってみたい！と思い始めて早5年・・・

このままでは何十年先になるかわからないと思い

今年こそはと思い計画して行動に移すことに決めました。

思い立ったが吉日ということで

早速知人に伝えて、今日程と場所まで決めましたので

あとは準備物をそろえて現地に向かうだけです。

結果はまた後程お知らせしたいと思います。(担当：藤田)



## 住まいのぽすと

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りお待ちしております。

以前、屋根塗装やら古くなった窓、雨戸、玄関、建具と交換をして頂きましたが、今回外壁、屋根全般をすることに決め、チラシがポスティングで沢山入っていたのですが、信頼が一番と思い「住まいるさん」にお願いすることにし、我が家の経済状況としたら大変な金額になるのですが、お願いします。

御幸ヶ原町の S 様より

かわら片列月号を表紙を読み、ハッと気づかされ「そうだ、もうすぐ年末になるんだ、私も今年こそは、師走にドタバタしないように」と思いました。床掃除は朝一で、家の前の道路、本当にそうですね。忙しにかまけて心を忘れないようにしたいです。

石井町の S 様より

衣食住など生活のさまざまなミニ情報を教えてもらってためになります。

泉が近の F 様より

## 住まいるプレゼント



北海道産  
「無着色明太子・  
たらこ詰合せ」  
3名様

## ☆☆ 12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、北海道産の真昆布の「ダシ」を加えた調味料で、じっくりと漬け込んだ「無着色明太子」と「無着色たらこ」の詰合せです。

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。12月25日締切です。ご応募お待ちしております！

11月号の「干し芋」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。

当選者  
発表

10月号「ローストビーフ」の当選者は、  
竹林町の I 様、陽東の O 様、城南の A 様

以上3名の方です。  
おめでとうございました！

★こんなこと・ひとりごと★ 「感謝！感謝！感謝！」

2018年も残すところ1か月を切ってしまいました、過ぎ去っていく「とき」は早いものですね！おかげさまで住まいる工務店も今年の10月から節目の第20期をスタートすることが出来ました。これもひとえにこれまで住まいる工務店にご用命をいただいたお客様をはじめ協力会社様、お取引様のご支援のたまものと、深く深く感謝申し上げます。

そして節目の年度にあたり、さらにお客様や地元の皆様のお役に立てるような会社に成長できるよう、社員一人一人が自覚し研鑽してまいりますので、ますますのご支援とご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

さて来年の10月には消費税10%の導入が予定されております。お国に2%の税金を余計に収めることも社会貢献ではありますが、自分の懐から出ていくことはちょっと切ないと感じ

になる方は消費税対策をしておきましょう。生活消費財やカードで購入など制度は複雑ですが、住まいの新築やリフォームにおいては大きく2つです。

1、2019年3月中に請負契約を完了しておく。この場合は工事のお引渡しが10月を過ぎてしまっても税率は8%のままです。

2、請負契約が3月までにできない場合は9月中に完了しお引渡しを受けること。

対策はシンプルです。春以降になると駆け込み需要が懸念され、人不足・物不足により工事の品質や工期の確保がむずかしくなりそうです。その為にも早め早めのご計画をお勧めいたします。



担当：知久

●12月のイベントのご案内●

第10回 お客様感謝のつどい

日時：12月9日(日)

午前10：00～午後3：00

会場：TOTO 宇都宮ショールーム

宇都宮市元今泉 2-22-22

※駐車場に限りがありますのでお乗り合わせでのご来場にご協力ください。

朝市・昼市やお楽しみ軽食コーナー、DIYやゲームそしてマジックショーやビンゴゲームなどお楽しみ企画がてんこ盛りです。入場無料ですのでお気軽にご来場ください。詳しくはホームページをご覧ください。

住まいる工務店

Q検索

12月のリフォームギャラリー特別講座は

**デコスイーツ教室**です。

クリスマスデコスイーツのメモ立て&マグネットを作ります！

◆日時：12月22日(土) 11：00～12：00

◆場所：住まいる工務店1階

◆参加費：500円(材料費を含む)

◆予約制ですのでお早めにお電話ください。

◆お問合せ：住まいる工務店 担当秋葉まで 028-683-7077



デコスイーツのイメージです。



かわら版のポスティングさんを募集中です！

峰、陽東、平松方面 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・秋葉まで



●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