

令和6年3月25日

誕生石 アクアマリン

花 菜の花、沈丁花、雪柳、蓮華
アセビ、桃、スマレ、釣 ハヤ、モロコ、サワラ、
カサゴ、サヨリ

クロダイ (アタリ小さめ)

可愛い妹

日本花ことば協会

—花ことば—

なりたいな—

はーやく おどなに

桃色ゆれて

かんざし キラキラ

頬杖ついて みていたの

姉さん達のお話を

もも

こんにちは！

このお手紙は、住宅に関することや、その時々のお話などを取り入れお話しさせていただきます。
毎月1度だけ皆様にお届けしています。よろしければ、暇なとき、お読み下さい。

今月の目次

- 弥生の便り
- けんじのチョットいいかも
- けんじの現場奮闘記
- 奥様のお料理教室
- 予約制90%完成見学会案内



弥生の便り

こんにちは、気温が暖かくなったり、寒くなったりでなかなか、落ち着かない気候ですね。

皆様、体調は如何ですか？体調管理の方、気を付けて頂けると嬉しいです。

花粉の季節がやってきましたね、車のボディーがいつも花粉だらけでになり、雨が降ると、まだら模様になり、洗車が大変な時期です。花粉症の方には、大変な時期ですね、健司も、大変そうです…

「私も今年はもしかして？」と、ヒヤヒヤしていますが、今のところ大丈夫です。

卒業式・卒園式、の季節ですね。牛久市柔道協会も、卒団する中学3年生が 10 人います。3/24(日)牛久市運動公園内武道館で、牛久市スポチャン大会が有り、私は、審判主任をしていましたが、今年は、中学3年生も試合に参加できるようにしたので、入試も終わり、中学3年生の子供たちも、久しぶりの試合で、中学生、最後の試合を楽しんでいました。また、OB・OG が、応援や、お手伝いに来てくれて嬉しかったです(涙)

今月は、牛久市南で、90%完成見学会を行います。また、ご都合が悪い場合は、いつでも見学可能ですので、ご連絡頂けると嬉しいです。

鈴木 将央でした。

けんじのチョットいいかも

皆さん、こんにちは！

3月になり嫌な花粉の季節がやってきましたね…。

今年は花粉の量が多く飛ぶらしいので花粉症の方はしっかり対策をして過ごしましょう！

忙しいだけの毎日はいや！もっと豊かに暮らしたい！

こんな悩みを解決してくれるのが池田千恵さん(株式会社朝6時代表・早起きトレーナー)が提唱する「Me Time」という考え方。

彼女のメソッド、取り入れてみませんか？

●「Me Time」とは？

「Me Time」は自分だけの、自分のための時間という意味。

海外では自分ひとりだけの時間を強調して表す口語として

「My time」とは区別して使われ始めているそうです。

楽しいこと、嬉しいこと、気持ち良いことをして過ごす、つまり自分で自分の機嫌を取る時間です。

忙しい日々の中、そんな贅沢な時間は取れない！という人が多いかもしれません。

どうしたら「Me Time」を確保できるのでしょうか？

●「Me Time」を確保するには？

自分を優先するのだと心に決めましょう。「Me Time」を確保するために睡眠時間を削ったり、通常の2倍の速さで作業を処理する努力をするなどしてはいけません。

まずは「Me Time」を確保。そして残った時間を周囲のために使うのです。

常に自分を一番に置くことを習慣づけることで自分が本当に

したいことが見えてきます。

一番作りやすい時間帯は朝だと言います。朝は自分さえ早く起きれば邪魔されない時間が取れるからです。

自分の24時間を見直して取りやすい時間を探してみましょう。

●「やりたい」と「やらなくちゃ」を区別

さて、私は具体的に何がしたいのか？思い浮かばない人も多いかもしれません。

そんな時は「やりたいこと」を書き出してみましょう。

次にその理由を書き添えてみます。

理由がどちらかというとならポジティブなら「やりたいこと」、ネガティブなら「やらなくてはならないこと」だということがわかります。

理由までさかのぼることで、自分の本音が見えてきて、本当は何がしたいのかがわかってくるようになるでしょう。



けんじの現場奮闘気

2階への階段をリビングに取り付けたデザインを「リビング階段」といいます。

メリットは、廊下を作らないのでリビングを広くできる、1階の暖房で2階まで暖まるなどがあげられます。

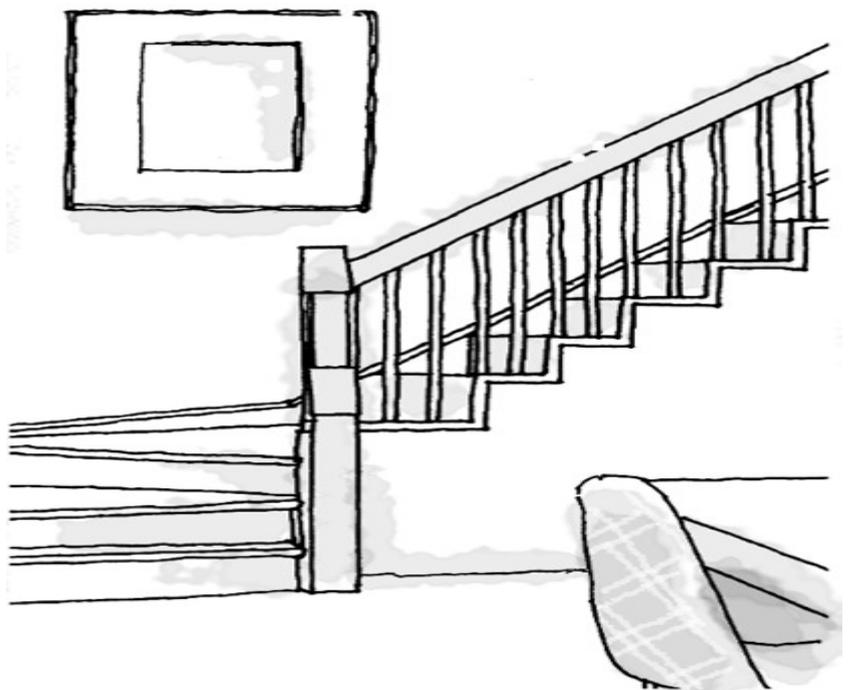
ただ、1階の暖房で2階までを暖めるにはそれなりに暖房費がかかります。これがデメリットでしょう。

子ども部屋が2階なら、自室に行くときは必ずリビングを通ることになります。

家族のコミュニケーションが <リビング階段のメリット・デメリット>

取りやすいのはメリットですが、子どもが友達を連れてきたらプライベート空間を公開することになります。

ご家族でライフスタイルの希望を話し合っ検討されることをおすすめします。



長い文章をお読みいただき、ありがとうございます。

奥様のための お料理教室

焼売とは、豚ひき肉や玉ねぎを混ぜた具材を小麦粉の薄皮で包み、蒸した料理のことを言います。その歴史は古く17世紀頃までさかのぼります。内モンゴルで生まれ、その後中国の至るところに広がっていきました。日本は「江戸時代初期に長崎から」「1899年に横浜の中華料理店が販売した」など諸説あるようです。蒸して作るのになぜ「焼」の字を使うのか？と疑問に思われている方も多いかもしれませんが、本場中国では「焼」には「焼く・炊く・蒸かす」など複数の意味があるのだそうです。広東語では「シウマイ」、中国語では「シャオマイ」と発音します。

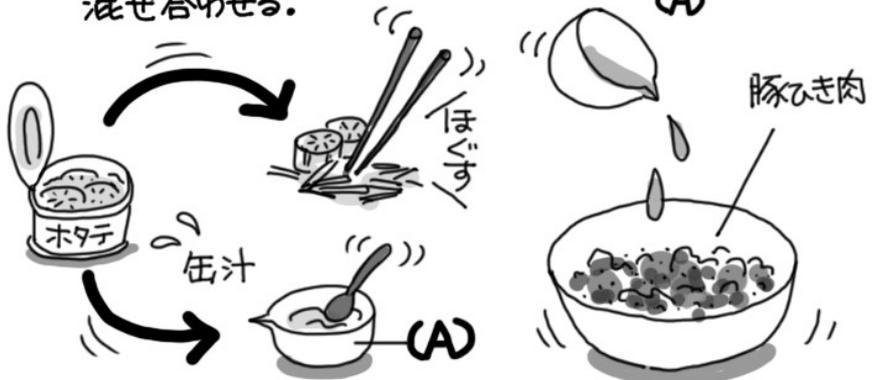


うまみたっぴり！お弁当にもぴったり！

「帆立貝柱入り焼売」

- 材料 (4人分)
- 豚ひき肉: 300g
 - 帆立貝柱(缶詰): 30g
 - たまねぎ(みじん切り): 50g
 - (A) 帆立貝柱の缶汁: 大さじ2
 - ペースト状スープの素(中華風): 小さじ1
 - ごま油: 小さじ1
 - 焼売の皮: 24枚
 - 小麦粉: 大さじ1
 - 塩・こしょう: 各少々
 - 酢・しょうゆ・練りがらし: 好みで

- ① 帆立貝柱は汁をきってほぐす。缶汁はとっておき (A) の他の材料とよく混ぜ合わせる。
- ② ボウルに豚ひき肉を入れ (A) を加えてよく混ぜる。



- ③ たまねぎ、小麦粉、塩、こしょうを加えさらに粘りが出るまでよく混ぜ、①の帆立貝柱も加えて混ぜる。

- ④ 焼売の皮に③をスプーン1杯分ほどのせて包み、指に水をつけて表面を平らにならす。

- ⑤ 蒸気の上った蒸し器にオーブン用の紙を敷き、④を並べて4~5分間蒸す。好みで酢、しょうゆ、練りがらしを添える。



【参考】みんなのきょうの料理 <http://www.kyounoryouri.jp/>

檜乃アットホーム OBのお客様へ

エアコンを増設する方

ブレーカー等が飛ばないように、電気のアンペア等が、解らない場合は、ご連絡を。

「当社の造る建物は、高気密高断熱とまでいきませんが、気密性がよく、高断熱のお家なのです。

(特にサーモウール(羊毛)を使用しているお客様)ですからあまり大きなエアコンは、どちらかという
と必要ではないかもしれません」(過去お客様アンケートによると)

フルオート便器をお使いのお客様へ

フルオート洋式便器、またはリモコン付便器をご使用のお客様、リモコンの乾電池は、交換されていますか？お引渡し後2年～4年位で交換してください。乾電池が弱くなってくると誤作動や機能ストップいたしますので、一度ご確認して頂けると嬉しいです。

サーモ付蛇口について

サーモ蛇口は、稀に狂う事があります。お湯を使う際には、必ず手で確かめてからお使い下さい。

室内建具、アルミサッシの調整について

建具は、ユニットドアのネジの緩みや無垢ドアの反り等から、完成後必ず、微調整が必要になります。

同様、アルミサッシも狂いが出る場合がありますので、完成後必ず、微調整が必要になります。

ご自身で簡単に出来る場合がありますが、謝ってネジ山を壊してしまうと調整できなくなりますので、解らないときは、遠慮なく連絡下さい。

照明器具の電球、蛍光灯交換について

お引渡し後、電球、蛍光灯は、消耗品なので必ず切れます。その際交換方法が照明器具によっては、わかりにくい場合があります。無理に外すと壊れる事が有りますので、解らない時には、遠慮なく連絡下さい。

玄関ドアの鍵が回りにくくなった！場合について

玄関ドアの鍵の動きが悪い場合、鍵穴に潤滑油(CRC556、オイルスプレー、油等)は、

つけないで下さい！鍵穴に潤滑油をつけると、最初は、良く動くのですが、だんだんホコリが油に

くつきホコリや塵で動き難くなります。鍵の動きが悪くなったら「エンピツで鍵を黒く塗ってください！」

鉛筆の芯が潤滑材になり動きがスムーズになります。

鍵穴は、精密なものである所以要注意です！（動きが悪くなったらまず私達に、ご連絡を下さい！）

リフォーム工事について、お客様に良く言われるのですが「檜乃さんは、新築しかしてないの？」

と良く聞かれますが、リフォーム工事もしています。特にチラシ営業は、していませんが、リフォーム工事も得意です。

特に、愛和総合病院さん総合守谷第一病院さん龍ヶ崎再生会病院さんの協力の下、介護住宅改修工事、病院内改修工事は、沢山行っております。そして、ひたちの牛久幼稚園、牛久幼稚園、みほ白帆幼稚園、阿見幼稚園、荒川沖幼稚園の改修・補修工事もしています。

1. ひのきは、自然のエアコン

ひのきの家は、人体の最適湿度（60%）を維持する機能を持っています

2. ひのきでストレスを和らげる

ひのきの香りに含まれるフィトンチドやヒノキチオールなどが神経を安定させ、ストレスを和らげてくれます。血圧を下げたり脳の働きの活性化などの効果もあります。

3. 殺菌作用のあるひのき

大腸菌やブドウ球菌をはじめとする病原菌や細菌の増殖を抑制する働きがあります。

4. ひのきの防虫作用

喘息やアトピーの原因となるダニやシロアリの繁殖を抑制する働きがあります。

5. 防臭・吸臭の強いひのき

ひのきは、アンモニア臭や腐敗臭・タバコの臭いなど不快な臭いに対し、防臭やマスキング効果で威力を発揮します。

◎ 吉野檜（よしのひのき）

吉野には、500年の歴史を持つ吉野檜の森林があります。日本三台美林のひとつに数えられる森林吉野の檜は、タツプリと肥えた土壌と豊かな自然環境（特に吉野地区は多雨地帯）の恵みを受けて育ち、その品質の確かさは全国的にも知られております。国産材の中でも特に油分が多く香りが強く赤身が多くピンク色の木肌が特徴です。世界遺産の法隆寺は、世界最古（1400年）の木造建築です。法隆寺もヒノキで造られています。一説によると吉野ヒノキではないかといわれています。

私共の建てたお家に、実際に住んでいる方のお家見学も出来ます。

今建設中、牛久市南・鹿嶋市荒野・鹿嶋市緑ヶ丘（着工予定・石岡市・取手市）

の工事現場も見学出来ます。

無料見積・無料敷地調査・無料プランニングをご希望の方は、

気軽にご連絡下さい！

鈴木 将央 携帯電話 090-3244-8129（現場に直ぐ連絡取れます。）

何か御座いましたら、お気軽に、ご連絡下さい！

ニュースレターの配布がご迷惑な場合または、

ご意見ご希望が御座いましたら下記にご連絡下さい。

製作 檜乃アットホーム株式会社

茨城県牛久市岡見町1234-1
ログ現場奮闘記はこちらからです。

TEL029-872-2721



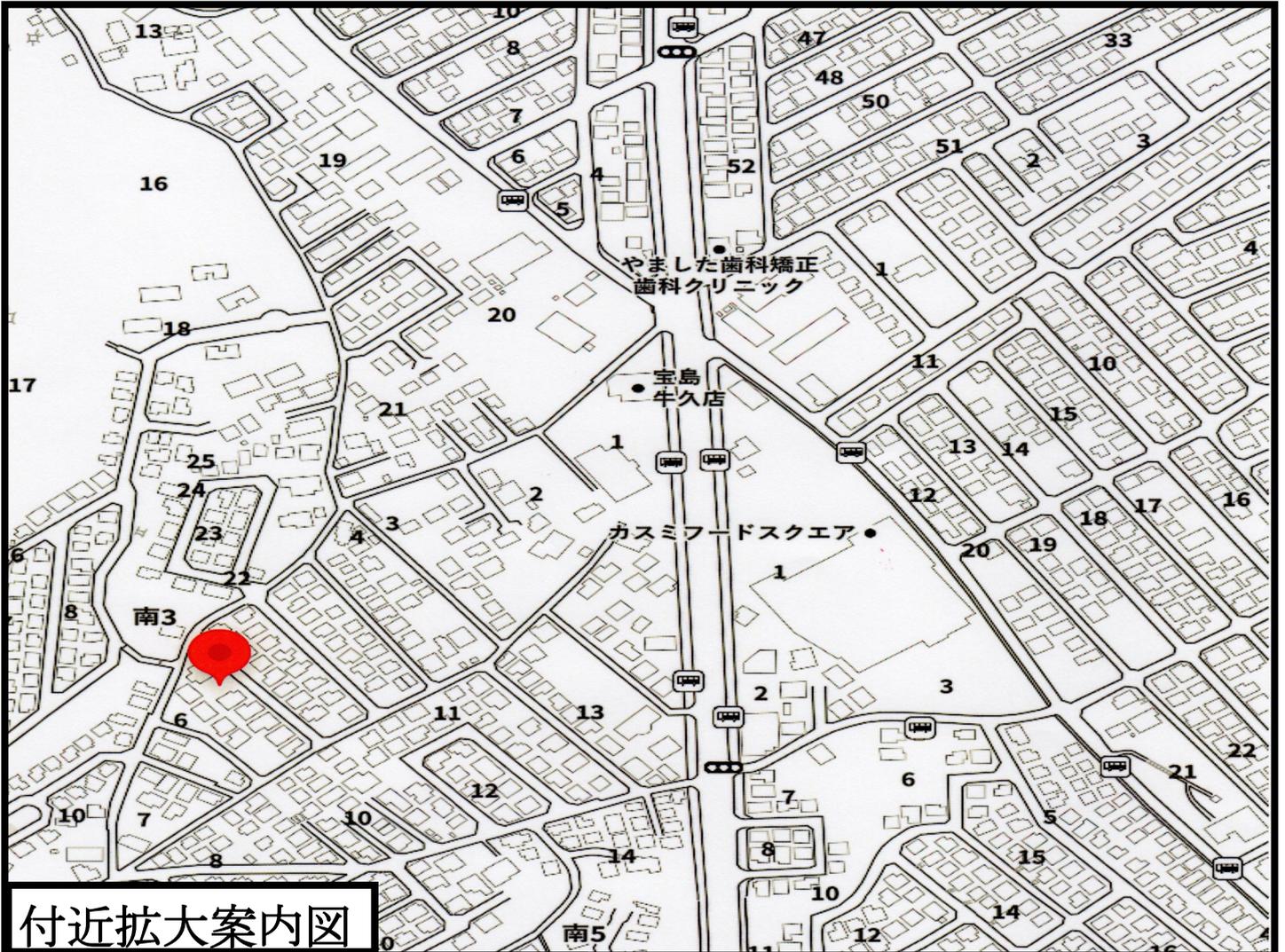
出ていることが多いので、携帯電話でしたらQRコード
携帯電話を
お持ちの方は、
こちらからどうぞ
ご連絡してください



検索

檜乃アットホーム

90%完成予約制現場見学会会場



付近拡大案内図



もし、道に迷ったら
鈴木健司携帯 080-1351-3610
鈴木将央携帯 090-3244-8129
にお電話ください。

カーナビに、「茨城県牛久市南5丁目6-2」と入力して
検索してみてください。近くまで、来れると思います。
近隣の方々に迷惑になる、駐車を避けるため、予約制にしております。
駐車場は、当日、会場で、ご案内いたします。
ご予約の入っていない時間は、閉会している場合がございます。

90%完成予約制現場見学会

会場 牛久市南5丁目

日時 4月13日(土)20日(土)

(日曜日・祭日は、見学不可、行政の規定で、工事等が出来ないエリアなので、ご理解して頂けると嬉しいです。)

時間 10時～16時迄

(※注意！予約の無い時間は会場を閉めている場合があります)

「この日は、都合悪いんだ…」と言う方は、ご連絡頂けましたら希望日でも見学可能です



(ご見学ご希望の場合、必ず、メール、電話、FAXでご連絡をください)

お施主様のご好意で、見学会を行っておりますので、ご近所の方々にご迷惑な駐車を避ける為と、大切なお客様の個人情報なので不特定多数の方に、ご見学させたくないの、予約制にさせて頂いております。ご理解頂けると嬉しいです！

見学現場の見所

- **オーナー様が、楽しみながら施工した、お家です。**
オーナー様がDIYで漆喰塗りを楽しんだお家です。
自分のお家を自分の手で楽しみたい方「必見です！」
「檜乃さん」こんな事、出来るんだ！【笑】
- フルオーダー(2人暮らしの使いやすいお家です)
お客様のご希望とご予算に合わせたフルオーダー仕様です。
- 外観、ガルバリウムサイディングにアクセントで、
「本物の木製サイディング」施工しました。「必見です！」
- 玄関の床は、タイルではなく「檜の床、必見です！」
- 内観は、檜無垢無節羽目板・檜無垢21mmフロア・檜無垢ドア
- 外観とは違い中は、和室が2ヶ所ある和モダンなお家です。
- 24坪2階建て「使いやすい間取り」のお家です。
羊毛断熱材サーモウール
(職人さんがマス目無しで施工するほど)