

令和6年4月23日大安

誕生石 アクアマリン

花 桜、花水木、木蓮、山吹
スイートピー、チューリップ、

釣 ニジマス、コイ、コノシロ、
イワシ、ベラ、真鯛
クロダイ

さくら

姿の見えない

やさしい気配

そつと 夜空に映すとき

・ハラハラと

引き止めるような

花びらの音

—花ことば—

いないひとにはかなわないのね

日本花ことば協会

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
- けんじの現場奮闘記
- けんじのチョットいいかも
- 奥様のためのお料理教室
- 予約制構造見学会のご案内



弥生の便り

こんにちは！鈴木です。4月は入園式、入学式、入社式と新しいスタートをきる方々を沢山見かけます(笑)

牛久市柔道協会では、学年ごとに帯の色が違うので、今月は、みんな新しい帯に交換して稽古がスタートします、小学校6年生は、中学校に進学すると、白帯になります。そして、今年度から昇段審査の基準が変わり、中学2年生、1級の審査(柔道経験1年以上)に合格してから、初段の講習を受講して、昇段審査を受けて合格すると、黒帯です。牛久市柔道協会の中学2年生は、全員1級合格していますので、今年も、黒帯を締める生徒が増えます(笑)

そして、ゴールデンウィーク皆様は、どんなご予定を立てるのでしょうか？
「家族旅行」「お庭のDIY」「お家のDIY」等、皆様も色々な予定が有ると思います。

お家でDIYをご検討のお客様、木材でしたら半端な材料とか、いらぬ材木が有りますので、
残材処理に、ご協力して頂けると嬉しいです。取りに来るときは早めに、ご連絡頂けると嬉しいです。

ゴールデンウィーク、私はお客様とお打ち合わせと…特別な予定はないです(笑)

5月11日(土)12日(日)は、鹿嶋市荒野で、構造予約見学会を行います。
お時間が有りましたら「是非！」お越し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！

4月になりだいぶ暖かくなってきましたね！

嫌な花粉もだいぶ減ってきてだいぶ楽になってきました！

ヒノキ花粉の方はまだ辛いと思いますがあともう少し耐えていきましょう！

社会人になってからも、転職の際や資格取得のためなど、筆記や面接などの試験に挑む機会があります。

積み重ねてきた努力を良い結果に結びつけるために、試験直前までにできることがあるはず！

メンタルトレーナーのアドバイスをご紹介します。

●完璧主義をやめよう！

大人になると、ある程度は勉強のやり方に自信があり、キャリアも積んできたからこそそのプライドもあることから自分は絶対に失敗しない(もしくはできない)という固い思いを抱えがちです。

まずはそういった完璧主義をやめましょう。

試験にもよりますが、大抵のものは満点を取る必要はなく、何割取れば合格という目安があるはずです。

解けない問題に固執して悩んだりせず、得意な分野・問題で点を取ることを考えましょう。

●プラス思考とマイナス思考

心を安定させて力を発揮できるかどうかは自分の考え次第だといえます。単純に言えばプラス思考かマイナス思考かということです。但しプラス思考だけでは「どうにかなる」というその場しのぎになってしまいます。

マイナス思考があるからこそ不安が生まれて練習や準備をするのです。力を発揮するには両方の思考が必要で、そのバランスをコントロールする力が大切なのです。

試験に対してメンタルが強い人は、試験とは「自分を落とすためのもの」ではなく「自分をとってもらうためのもの」と考えるそうです。とってもらうためだと思うと、自分のできること、得意なところ

●副交感神経を刺激してリラックス

実力を発揮するには副交感神経を刺激してリラックスすることがポイントです。

試験前夜はぬるま湯で半身浴をすると副交感神経への刺激になります。当日はゆったりした呼吸を心がけましょう。手をこすり合わせたり、唾液分泌を促進させるガムや飴を口に入れるのもおすすめ。試験開始の合図があっても急がず「さてと！」と、あえて一息おくのも良い方法です。

まずは深呼吸で
リラックス♪



けんじの現場奮闘気

空間を広々と見せるには「開放感」の演出が効果的です。

そのためにはひと部屋ごとを細切れにせず、リビング、ダイニング、キッチンといったパブリックスペースを一体化させるような「オープンプラン」がおすすめです。

オープンな空間を確保することで家全体が広々とした印象になるでしょう。

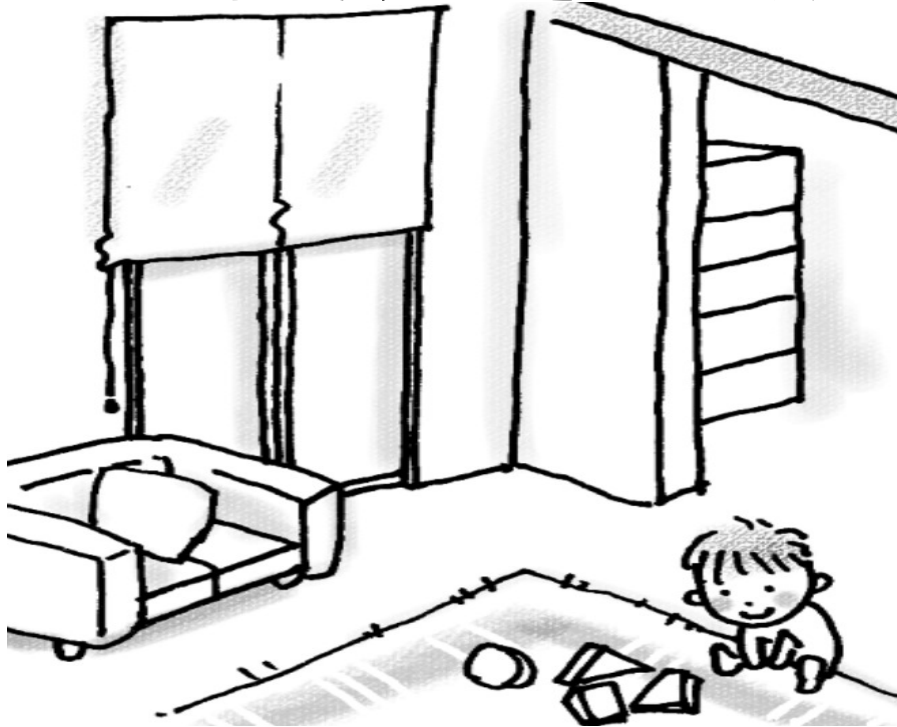
天井の高さも開放感を左右します。

傾斜天井や吹き抜けの空間を作って天井を高くすれば縦方向への広がりが生まれ、伸び伸びとした広がりを感じられます。

天井を高くするのが難しければ開口部の上端を天井まで伸ばし、採光量を増やす方法もいいでしょう。

<狭い家を広々と見せる工夫>

光の効果で天井面が明るく照らされ、空間が広く感じられます。



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

豚平焼き(とんぺいやき)とは鉄板焼きの一種で、様々な種類がありますが、代表的なものは鶏卵と豚バラ肉で作ったものでしょう。発祥とされる店舗は大阪市お初天神通りの「本とん平」。創業者は一組の夫婦で、夫がシベリアに抑留されていた経験から、ロシア人の食べていた料理を参考に「手早く作れて栄養が摂れるように」と考案したといえます。さらに養鶏業を営む家に育った妻が卵料理やマヨネーズ作りが得意であったことから、二人の力を合わせて豚平焼きが完成したと伝えられています。



キャベツの甘みと豚肉のコクがよく合う！ 「春キャベツの豚平焼き風」

- 材料(2人分)
- 春キャベツ: 150g
 - 豚肉(しょうが焼き用): 120g
 - 卵: 2コ
- [A]
- しょうが(おろす): 小さじ1/2
 - 塩: 1/2
 - こしょう: 1/2
- [ソース]
- ウスターソース: 大さじ1
 - しょうゆ: 小さじ1
 - トマトケチャップ: 小さじ1
 - ごま油: 小さじ1弱
 - 小麦粉: 適量

① 豚肉を[A]になじませる。キャベツは1cm幅に切る。

② フライパンにごま油を強火で熱し、豚肉を広げ入れて小麦粉をふる。

③ 色が変わったら上下を返して中火にし、あいているスペースにキャベツを加えて炒める。

④ キャベツがしんなりしたら卵を割り入れ黄身をくすくすように混ぜる。ふたをして2~3分間蒸し焼きにする。

⑤ ④を器に盛る。[ソース]の材料を合わせ添える。

完成!

【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、高气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有りますが、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有ります。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、シリコンスプレー等)は、
つけなくて下さい！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、精密なものなので要注意です！（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、沢山行っておりまして。そして、ひたちの牛久幼稚園、牛久幼稚園、みほ白帆幼
稚園、阿見認定こども園、荒川沖幼稚園の改修・補修工事もおこなっております。

「ひのきの良さをもっと身近に感じてください！」 檜乃アットホーム(株)

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。

ただ今建築中、牛久市南、鹿嶋市緑ヶ丘、鹿嶋市荒野（着工予定・石岡市・取手市）の工事現場も見学できます。

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（現場に出ていることが多いので、携帯電話でしたら直ぐ連絡取れます。）

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。



QRコード
携帯電話・スマホの方は、
こちらからどうぞ

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

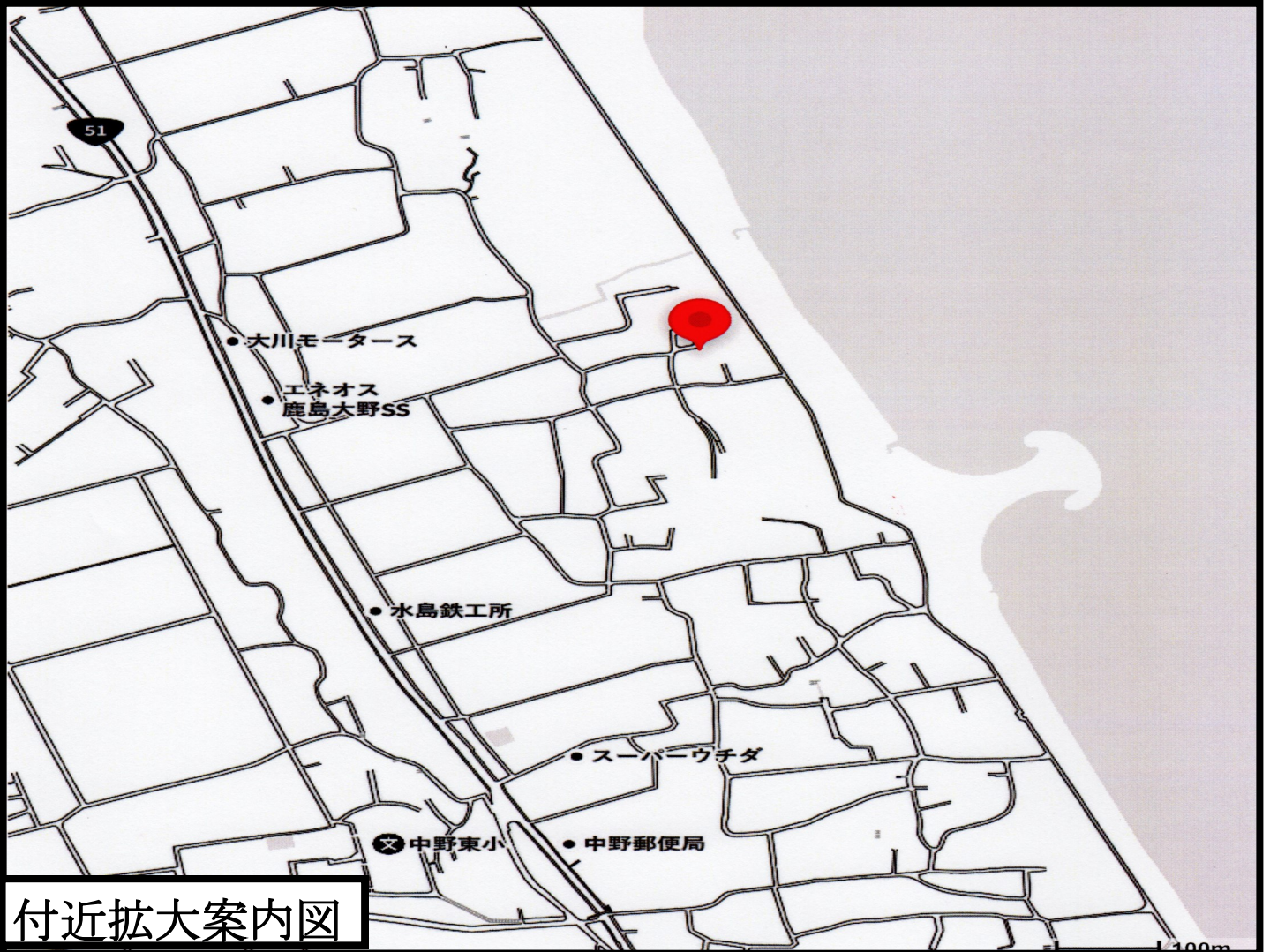
TEL 029-872-2721

FAX 029-872-2722

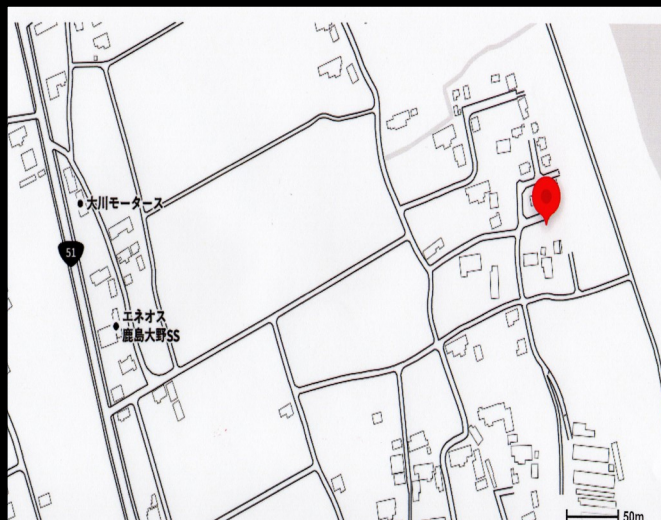
検索

檜乃アットホーム

構造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、「茨城県鹿嶋市荒野1639-66」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。

構造予約制現場見学会

会場 鹿嶋市荒野



日時 5月11日(土)12日(日)



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



- 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。
- 高基礎仕様「海が良く見えます」「必見です！」
- 檜の香りが「凄い！」現場です。(香りが日本一の吉野檜)
もったいないので、細かい吉野檜も下地等に使用しております。
- 杉無垢板集成ボード28mmを使用！
- 構造は、柱・土台は全て吉野檜4寸角(120角)
間柱・筋違も全て吉野檜を使った「吉野檜三昧です」
- 防蟻処理は、「安心！安全！」 「必見です！」
木炭防蟻処理のアンダープロテクト(旧ヘルスコ・キュア)！
- 断熱材は「モコモコ」「フワフワ」
羊毛断熱材サーモウール

(職人さんがマスク無しで施工するほど
安全な商品です)

