

令和7年6月20日

誕生石 真珠

花 紫陽花、クチナシ、
クレマナス、サツキ釣 鮎、マス、イシモチ、スズキ
メイチ鯛、カツオ、
クロダイ (アタリ、ゆっくり消しこむ)

(あじさい)
紫陽花
雨の宵
独り言には、
永すぎで
花ことば
一緒にいて
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、その時々話題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

- 水無月の便り
- つぶやき日誌
- けんじのチョットいいかも
- けんじの現場奮闘記
- 構造現場予約見学会のご案内



水無月の便り

こんにちは、暑くなってきましたね・・・

梅雨時は、天気が続かず洗濯物が乾かなくて困っちゃうわ・・・とお悩みの奥様もおおいのではないのでしょうか？OB様宅には、吹き抜け、ルーバー床を利用した室内干スペースが有るから大丈夫！と言うお家もあると思います。私たちも、雨が續くと基礎工事や屋根工事、サイディング工事等、外のお仕事が進まず工程が遅れて困ります・・・

15日(日)土浦市武道館で、午前中、柔道昇段審査を受けてきました。試合を2試合して、1勝1敗でしたが、無事4段に昇段しました。(笑)午後からは、柔道審判講習会を受講し一日中柔道でした(笑)

6月末は、神社様では、「大祓い」を行っております「茅の輪潜り」を行って、半年間の罪汚れをお祓いする行事です。「人形」を頂き、体の悪い部分をぬぐい、3回息を吹きかけ、お祓いして頂き、夏の暑い時期を乗り切る為に、私は、毎年参拝しています。(ご興味のある方は各、神社様で行ってと思っていますので、「大祓い」で検索してみてください。)

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。

6月になり気温が高かったり涼しい日があったりと寒暖差で体も参ってしまいます…。

皆さんも体調を崩さないように気をつけて下さい。

皆さん、歯ぎしりは音を立てるものと立てないものがあるそうですがご存じでしたか？

無自覚を含めて日本人のおよそ8割が歯ぎしりをするそうです…。

リスクの多い歯ぎしりの予防にはマウスピースが効果的なようです。

●歯ぎしりとは？

歯ぎしりとは上下の歯をスライドさせる行為のことでブラキシズムとも言い、歯や顎への負担が大きく、様々なリスクが挙げられます。

マウスピースはゴムや樹脂素材を歯型に合わせて型どり、歯にはめて使用する器具のことです。

歯列を連結固定できるので、歯ぎしりをする際にかかる力を歯列全体に分散させられ、一本の歯の負担を軽減できるそうです。



●マウスピース装着の効果

歯ぎしりを放っておくと歯がだんだんすり減って短くなってしまいます。

そのため、噛み合わせが変化したり、知覚過敏が発症してしまったりする可能性があります。

マウスピースを装着することにより、そんなリスクから歯を保護することができるのです。

また、歯ぎしりにより治療した歯の詰め物や被せ物が破損するトラブルもマウスピースで回避できます。

歯は力がかかると動くものです。

歯周病などで歯茎が痩せて揺れやすくなっている歯があれば歯ぎしりが原因で位置がずれやすくなります。

マウスピースをつけておくと歯を保定し、噛み合わせの無用な変化を防ぐことができるそうです。

自分の歯に合わせたものを作り、正しく使用、手入れをきちんとすることが重要なポイントです。

そのために歯科医師さんに相談することをおすすめします。

自分に合わない市販品を使うのは避けるべきでしょう。



Mouthpiece

けんじの現場奮闘気

持ち家は、自由度が高く増改築も自分の好みに合わせて行えるため、快適、安心な住居が手に入ります。

その反面、住宅ローンの負担が重く、買い替え、建て替えも簡単ではありません。

転勤やライフスタイルの変化への対応も難しく、持ち家に縛られる側面があります。

一方、賃貸は持ち家より引越しが容易で、ライフステージの変化に対応しやすい、住宅ローンがなく精神的に楽、などのメリットがあるでしょう。

しかし、自分の家族にぴったり合った住居を探すのは難しいものです。

<賃貸？持ち家？そのメリットとデメリット>

生涯の支出を比較すると、両者にさほどの違いはありません。住宅手当が支給される場合など、賃貸のほうが有利かもしれません。

ただし、賃貸派は老後の住居費を用意しておく必要があります。

その点持ち家なら安心ですね。



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



今から約300年程前（江戸中期）に、山口県長門市で海岸に漂着した柑橘種を育てたのが起源だという夏みかん。現在では山口県をはじめ、愛媛県、和歌山県、静岡県など温暖な地域で主に生産されています。

多くの柑橘類と同様、夏みかんにも風邪予防が期待できるビタミンCとシネフリン、疲労回復効果のあるクエン酸、整腸作用のあるペクチンなど多くの栄養素がたくさん詰まっています。白い筋や袋にも栄養が含まれているので一緒に食べることをおすすめします。

爽やかな初夏のデザート♪

「夏みかんと寒天のパンチ」

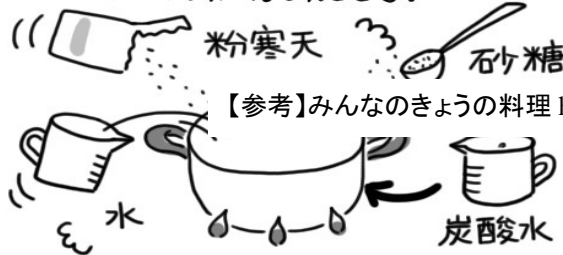
材料斗(4~5人分)

米粉寒天：4g
水：カップ1
砂糖：大さじ1
炭酸水(加糖)
：カップ1+1/2

夏みかん：2コ
炭酸水(加糖)
：カップ3

① 鍋に 米粉寒天と水を入れてよく混ぜ、火にかける。寒天が完全に溶けたら砂糖を加える。粗熱を取り、炭酸水を少しずつ加えて混ぜる。

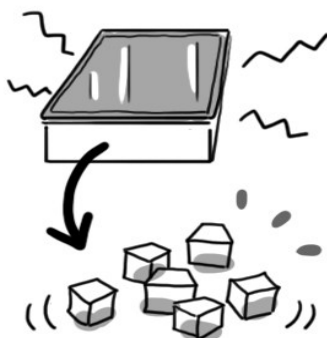
② ぬらした密封容器に移し、冷蔵庫で冷やし固める。



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

③ 固まったら1cm角に切り、皮をむいた夏みかんとともに器に入れる。

④ 炭酸水を注ぎ、あればミントを散らす。



【参考】みんなのきょうの料理 <https://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、阿見認定こ
も園、荒川沖幼稚園、千代田保育園の改修・補修工事もしています。

「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、牛久市下根町・つくば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
携帯電話を
お持ちの方は、
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

E-mail info@hinokino-athome.com

ホームページ <http://www.hinokino-athome.com>

鈴木健司 携帯電話 080-1351-3610

鈴木将央 携帯電話 090-3244-8129

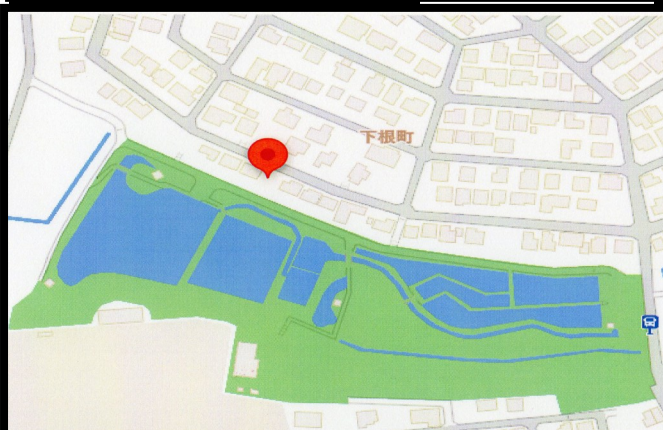
検索

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、「茨城県牛久市下根町1313-30」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 牛久市下根町 「7月9日上棟したお家」

日時 7月19日(土) 20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



○フルオーダー

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。

○構造は、柱・土台は全て吉野檜4寸角(120角)

間柱、筋違も、全て、吉野檜を使用しています。

「えーもったいない！」とよく言われますが、見えなくなる所だから、交換しにくい所だからこそ、耐久性に優れた檜を使わないと行かないのでは、無いのかなと思います。

○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
使っております。

○杉無垢板集成ボード28mmを使用！

○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！

○断熱材は「モコモコ」「フワフワ」羊毛断熱材＋モウール

