

令和7年12月20日大安

誕生石 トルコ石

花 山茶花（さざんか）

菊、ツワブキ、サルビア

釣 ウグイ、タナゴ、

ボラ、アイナメ、

アマダイ、タラ

クロダイ（アタリ小さめ）

花ことば

そんなに急がないで

日本花ことば協会

木枯らしさん
もととやさしく
揺れでは一緒に
手を取つて
踊れない

山茶花（さざんか）

こんにちは！

このお手紙は、住宅に関することや、その時々の話題などを取り入れお話しさせて頂きます。
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

- 師走の便り
- 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
- 90%完成見学会



師走の便り

こんにちは、鈴木です！毎日寒くなってきました、私も防寒着が離せません。それにしても1年、本当に早いです。もう年末になってしまいます……。

また、今年色々な出会いがありました。「感謝！感謝！」です。

そして、良いお客様とも沢山会いました。「感謝！感謝！」です。

（誤解があるといけないので、私の思う良いお客様とは、予算が沢山ある方、のことでは有りません私の思う良いお客様とは、お互い気兼ねなく気楽にお話が楽しくでき、楽しいお家つくりやお仕事が一緒にでき、信用・信頼し合える、心と心が通じ合える、お客様です。）

「今年一年間、お読み頂き本当に、ありがとうございました！」

また、来年も色々な情報等を沢山集めお手紙いたします。そして、努力を重ねて沢山勉強して頑張って行きたいと考えておりますので「皆様！来年も檜乃アットホームの応援よろしくお願ひ致します！」（笑）

12月27日から1月5日まで、お休みさせて頂きます。

（お休み中でも、事前に、ご連絡頂ければ、お打ち合わせ・現場見学可能です。お気軽にご連絡頂けると嬉しいです。）

鈴木 将央

けんじのチョットいいかも

皆さんこんにちは。

12月になり今年も残りわずかですね…。

師走で忙しいと思いますが体調を崩さないように気をつけて良い年越しをお迎えください。

皆さんは体温計を正しく計っていますか？

体調が悪くなると、まず体温を測る方が多いと思います。

しかし「正しく測れているのか？」「いつもと比べてどうなのか？」がわかっている人は案外少ないそうです…。

そこで今回は体温の正しい計り方についてお話をさせたいいたします。

●「37℃以上が発熱」は間違い？

日本では「平熱が36℃台、37℃以上は発熱」と考える人が多いようですが、実はこれは間違いとされています。

体温は個人差が大きく、一概にこう考えるのは無理があるのです。

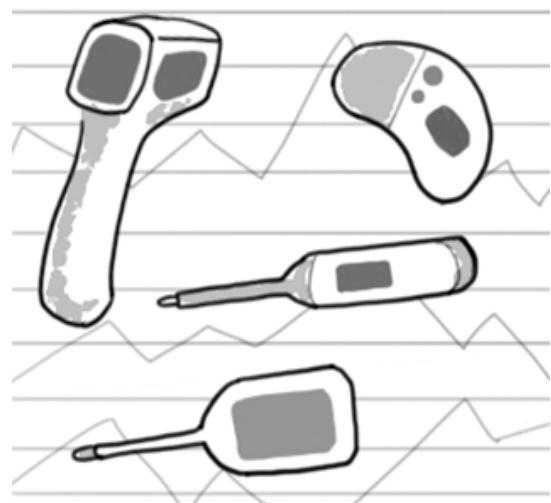
体温は様々な理由で上下するもので、37℃を超えていても体に違和感がないのであれば正常の範囲と言えるでしょう。

判断をするには自分の平熱と体温の動きを把握することが重要です。

体温は健康のバロメーターです。

日頃から測定をして、

平常時の体温を知っておきましょう。



●体温の正しい測り方

体温計には約10分後の体温を予測して表示する「予測式」と、体から伝わる熱をそのまま表示する「検温式」があります。

測る場所は一般的にわき、舌下、額、耳の4カ所のいずれかで測ります。

それぞれに対応した体温計があるので、説明書をよく確認して正しい場所で測りましょう。

計測場所で体温が異なるので、毎回同じ場所で測ることも大切です。

正確な体温測定をするためには入浴や運動、飲食の直後は避け、少なくとも30分経過後、落ち着いてから測りましょう。

基礎体温は目が覚めて身体を動かす前、通常の体温測定なら起き上がってから30分以上経過してからにします。

汗をかくと皮膚の熱が奪われる所以、乾いたタオルでしっかり拭き取ってからにしましょう。

また、測定している時は、計測を終えるまで安静にしていることもお忘れなく。



けんじの現場奮闘記

カーテンやブラインドなどは、遮光や目隠しなどの機能面だけでなく、インテリアの側面も併せ持っています。

色選びは重要ですが、それだけでなく、材質・形状・光の透過性なども同じくらい大切な要素なので、よく確かめましょう。

また、どんなアイテムを選ぶかは、コーディネイトに大きな影響を及ぼします。

選び方のヒントとしては、「部屋のポイントにするか、しないか」で考えといいでしょ。

<カーテン・ブラインド>

窓辺を部屋と一体化させたい場合、ブラインドのようなフラットなアイテムで目立たないようにします。

逆に華やかにしたいなら、布のギャザーや大きな柄を使用したカーテンにする、といった具合です。

簡単な説明ではあります、カーテンを変えて部屋の印象を変えたい時の参考にでもしていただけると嬉しいです。



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

ぶりは成長に伴って呼び名が変わる代表的な出世魚です。地方によって名前が異なりますが、代表的なものを挙げると15cm以下をモジャコ、ワカシ、フクラギ、40cm前後をイナダ、メジロ、60cm前後をワラサ、あるいは15~50cmをハマチ、それ以上をぶりとしています。

典型的な回遊魚でもあり、カムチャッカ半島沖から台湾近海にかけて回ります。日本近海、朝鮮半島沿岸、沿海州南部沖が生息地で、全長約1.2メートル、体重約18kgにも達し、巻網、曳縄、釣り、刺網、定置網などで漁獲されています。

ぶりは成長に伴って呼び名が変わる代表的な出世魚です。地方によって名前が異なりますが、代表的なものを挙げると15cm以下をモジャコ、ワカシ、フクラギ、40cm前後をイナダ、メジロ、



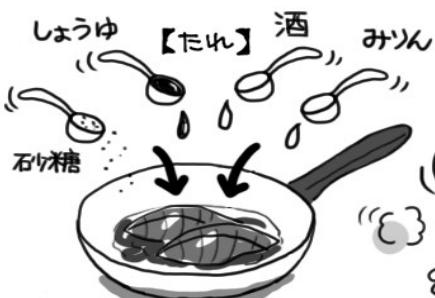
ふくら香ばしく仕上げて♥ 「ぶりの鍋照り」

材料 (2人分)

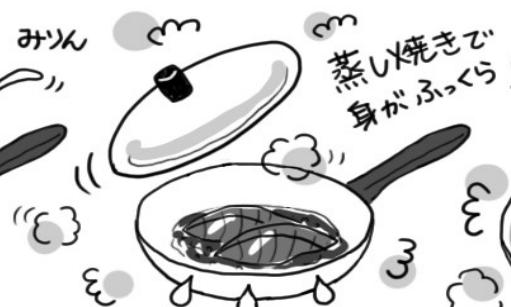
ぶり(切り身): 2~3切れ
【たれ】
砂糖: 大さじ2
しょうゆ: 大さじ2
酒: 大さじ2
みりん: 大さじ2
サラダ油: 大さじ1/2



③ 一度火を止めて
【たれ】の調味料を
加え、軽く混せて
再び火をつける。



④ 【たれ】がやさしく
煮立つ程度のごく
弱火にし、ふたをして
5分間ほど火を通して。



⑤ ふたを取って中火にし、
切り身を裏返し。
【たれ】をよくってかける。
上下を返し、【たれ】が
とろりとしたら器に盛る。



【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。乾電池が弱くなつ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つた！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。鍵の動きが悪くなつたら「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！(動きが悪くなつたらまず私達に、ご連絡を下さい！)

防水ベランダの排水ドレンについて

防水ベランダの排水(ドレイン排水口)にお子様の玩具・枯葉・土等が詰り、ベランダがに水が溜まり、プール状態になると、雨漏れがする時があります。梅雨時前やゲリラ豪雨前台風前等に、ベランダの排水口のお掃除をお願い致します。

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、阿見認定こども園、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ッ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、タッ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。

只今、建設中の工事現場（牛久市・守谷市・つくば市）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（現場に出ていることが多いので、携帯電話でしたら直ぐ連絡れます。）

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
ご連絡してください

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

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

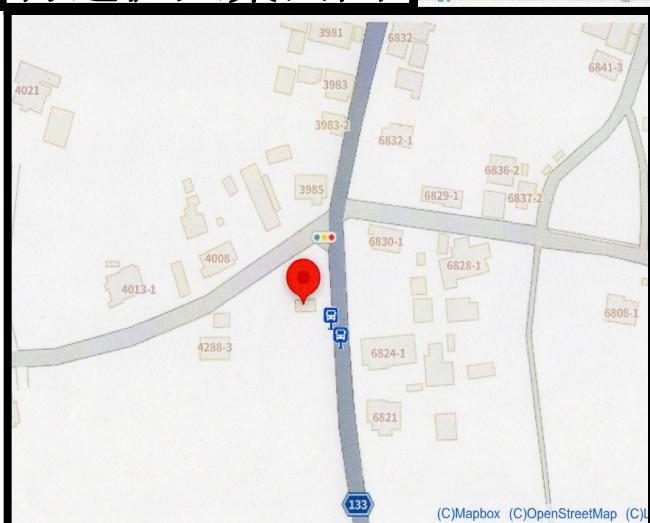
検索

檜乃アットホーム

予約制構造見学会



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、「茨城県つくば市上郷4290-2又は、4288」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 つくば市上郷

日時 1月17日(土)18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と、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、交換しにくく所だからこそ、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、細かい吉野檜を下地等に使ってあります。

○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)

