



## 地元の皆さまに支えられて リフォーム一筋 30 年

(発行元)  
Panasonic リフォームClub  
リファイン佐賀  
株式会社山口新建木材センター

### 「リファイン佐賀 社長のコメント」

鳥たちを見て

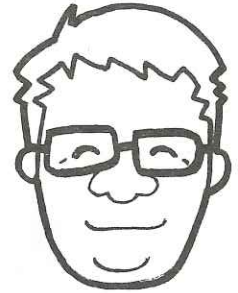
ようやく水ぬるむ頃になりました。3月22日は、さが桜マラソンが開催されますね。昨年からの暖冬で、多布施川の桜が皆さんを早々に歓迎してくれるかもしれません。コロナウイルスの影響で様々なイベントが取りやめになっているところもあるようですが、感染症が早く終息することを願いつつ、桜の季節を楽しみに待ちたいと思います。

最近気になる光景、白サギが大変繁殖しているようです。50年前は私の実家、富士町の藤の瀬で見ることはなかった白サギが山の奥まで進出しています。

毎朝、ラジオ体操をする前に愛犬と散歩をしています。堀の中で白サギの親子が朝早くから漁をしている姿をよく見かけます。片足で立ち、もう片方の足で川底をリズムよく蹴り、まるで安来節を踊っているかのように、足を上手に使って獲物を捕獲しています。子白サギも同じようにチャレンジしていましたが、まだ見習い練習中のようでした。

そういえば、カラスも増えすぎて、童謡では山へ帰るカラスが、佐賀では佐嘉神社周辺の木々を寝ぐらにしています。夜明けとともに郊外の田んぼへ餌を探しに行き、集団で捕食している姿をよく見かけます。中には、手っ取り早くごみ置き場のごみを漁り、迷惑をかけているカラスもいます。しかしながら、私たちが見るそんな光景の裏側には、命を繋ぐため、生きていくための懸命さも感じられます。

夕方暗くなる頃まで川べりの柵の上で小魚をねらっているサギの姿や、えさを探しに飛び回るカラスを見ていると、動物たちは日々が生との戦いで、「蓄える」という事のできる私たち人間は、有難く幸せな生き物だなどと考えさせられます。そう思うと、私たちが今ここに生きていられることに感謝し、できるだけ食べ物などの無駄を無くす「フードロス」についても、これからも一人一人が真剣に取り組んでいかなければならない大切なテーマだなど、鳥たちを見て感じました。資源を大切に無駄を無くすこと、少しずつでも心掛けていきたいものです。



### 目次

表紙・社長コメント	1 ページ
リファインな風景	2 ページ
今月のご案内	3 ページ
ウォンバット新聞	4 ページ

ウォンバット新聞	5 ページ
I Hクッキングレシピ	6 ページ
今月のバリアフリー	7 ページ
やさしいおうちの体験館ご案内	8 ページ



# リファインな「佐賀おうちの風景」



## ★ 水廻りの改修をされましたK様邸です。

一人で使うには広く、設備も古くなって使いづらいキッチン。



小柄なお母様に合わせてキッチンの高さを下げ、一人で使いやすいコンパクトなキッチンになりました。



段差が大きく、タイル張りで寒い浴室。



棚としても使用できる「おきらく手すり」付きのシステムバス『リフォームス』。断熱性が高いのであたたかく、ゆったり入れるお風呂になりました。



トイレのドアは将来車イスを使う場合にも対処できるように3枚上吊建具で引戸にしました。既存の便座の高さは足が床につかないとのことでしたので、トイレを床より下げて取り付けました。

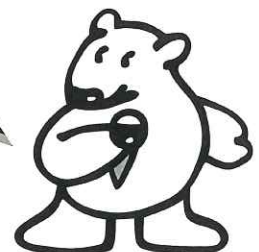


転倒防止を第一に考え、玄関や室内に手すりや段差解消のスロープを設置するなど、バリアフリー化しました。



お1人で暮らされているご実家のお母さまを心配され、娘様からリフォームのご依頼をいただきました。お母さまの背の高さを考慮して、キッチンの高さやトイレの座面を低くし、収納も取り出しやすい高さにしました。手すりも外からお家の中までつけたのですが、K様からは「最初はそこまでしなくてもよいかと思っていましたが、最近では自然と手すりが活躍しています。我が家はお友達が集まる場所にもなっていますので、彼女たちのためにも役立っています。」とのお言葉をいただきました。

K様、ご協力ありがとうございました！



# 今月のご案内

## 離れて暮らしていても親の様子を確認できる 「みまもり」をサポートする家

3月25日は  
電気記念日

「遠くにいる親が気がかり。健康で楽しく暮らしてほしい」  
そう願う子世帯が、離れていてもみまもることのできる工夫を考えてみませんか。

いつまでも親に元気でいてほしい

そのために…



そんな暮らしに変わりがないか、離れていてもみまもりたい…

### さりげなくみまもる工夫を

最近では、離れて暮らす親をみまもるサービスも多彩に。みまもられる側の心理的負担の少ない「使用パターンみまもり型」が人気。生活リズムから変化がわかります。

いつもと違う！  
変化に  
気付ける

変わりがなければ、  
ひとまず  
ホッとする

わずらわしく  
なくていい

気にかけて  
くれている  
安心感があるわ



子世帯



親世帯



### 使用パターンみまもり型

ガス、電気、水道使用等の変化で暮らしをみまもる



### スマートフォンで 離れて暮らす家族のみまもりができる

給湯器やトイレの使用状況がインターネットを通じて毎日スマートフォンに届きます。



リフォーム バスルーム

お湯の使用量、お湯はり実績などを確認できます。

ふだんの使用量を把握していれば、使用量の増減から暮らしの変化に気づくことができます。

体調を気づかうなど、声をかけるきっかけにも。

※ 離れて暮らすご家族の家に、RC-G001EWシリーズをセットし、ご自身のスマートフォンを接続する必要があります。  
※ 必ず付属のLANケーブルと接続できる環境に設けます。  
※ 条件により正しく作動しない場合があります。



給湯器



NORIZ 無線LAN対応リモコン

お風呂  
入っていないの？  
風邪かな？



トイレの使用時間や洗浄の「大」「小」も確認できます。

毎日使うトイレをチェックすることで、ご家族のちょっとした変化に気づくことができます。

いつもと違う？  
電話して  
みよう



アラウーノ L150シリーズ

お家のお困り事や心配事、お気軽にリファイン佐賀へご相談ください。



# 「人生100年時代を楽しむ」 × 「地域デビュー」

リタイア後、やりたいことを書いた名刺づくりから。

私は「リタイア後は、名刺をつくってください」と言います。会社の役職が入った名刺ではなく、「こういうことをやりたい」という名刺です。それでことあるごとに人に渡すんです。そうすると、仕事のきっかけもできます。会社にいた時よりもリタイア後の名刺のほうが大事です。

名刺に何と書けるかがポイントのようですね。



たとえば、同級生とお酒をのんだときに「こんなことを考えている」と話して盛り上がることがありますよね。そういうノリで何を書くかを決めればいいのです。

まつもと・すみこ

シニアライフアドバイザー、著書に「地域デビュー指南術～再び輝く団塊シニア～」。

日経電子版「集まれ!ほっとエイジ」参照

あなたの「地域デビュー」は、どんなイメージ？

## 店長の訪問日記

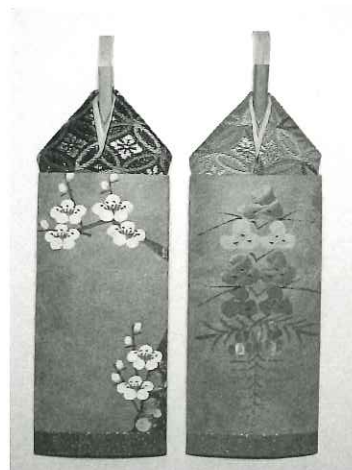
今月は、パナソニックショールーム見学会バスツアーを行います。現在、佐賀にはパナソニックショールームがありませんので、普段見ることのできない製品を見るチャンスです。パナソニックは「ラクテック」といって家事を手助けする製品がたくさんあり、その他最新の高級キッチンやバスルームのレクラス・いろいろダイニングなども見る事ができます。福岡薬院ショールームは九州最大のパナソニックショールームになっておりますので、最新の製品が気になられる方、設備機器のリフォームをお考えの方、この機会に一緒にショールーム見学をしませんか。

## \*懐かしくて、温かい\*

### 薩摩糸びな

男女の別は衣の柄で区別。図柄には、静御前と忠信、浦島太郎と乙姫など、物語の男女が関連して対になったものもあります。

本体は一本の竹で顔がないお雛様ですが、着物は豪華。襟は重ねで、何枚もの色の調和がとてもきれいです。着物は幅広の紙にきらびやかな「垂れ絵」が描かれ、金泥をふんだんに使ったまばゆい色彩などは、たいそう華やか。娘を飾ってやりたいという親の気持ちが伝わってくる、心温まるお雛様です。





つくってみよう!お手軽DIY

# ENJOY! DIY



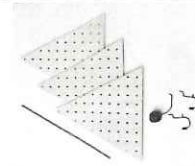
捨てようと思っていた端材や雑貨。ほんの少し手を加えれば、暮らしに役立つ、暮らしを彩る道具に早変わり。身近な素材や安価で入手できる材料でDIYを愉しんでみませんか？

## ◆有孔ボードで作るピラミッド型収納スタンド◆

散らかりがちな小物を取り出しやすく、おしゃれに飾れる有孔ボード。ピラミッド型につなげてつくる収納スタンドは、インテリアとしても楽しめます。釘やネジは使わないので、手軽に挑戦できる簡単DIYです。

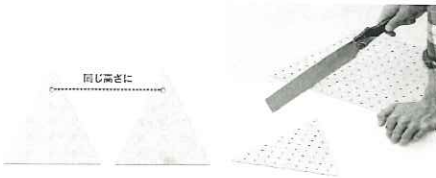
### <用意するもの>

- 木製有孔ボード（穴直径5mm、25mmピッチ※  
※穴の中心から穴の中心までの距離が25mmです。）
- 有孔ボード用フック ●丸棒（直径5mm） ●皮ひも ●水性塗料



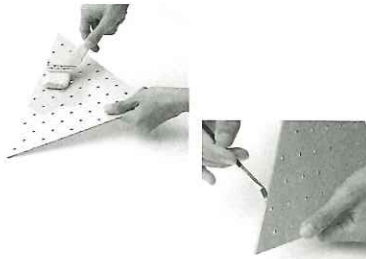
#### ①有孔ボードをカットする

二等辺三角形3枚に、のこぎりでカットします。3枚の穴に皮ひもを通してつなげるので、三角形の端の穴の位置の高さが揃うように注意してください。

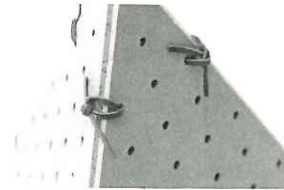


#### ②水性塗料で着色する

小口部分は色違いで着色するとアクセントになります。

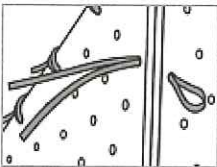


#### ③皮ひもで結んで3枚をつなげる

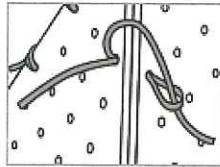


### ◀皮ひもの結び方▶

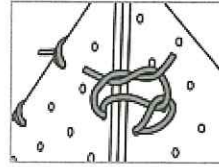
・ひもを2重にして穴に通す



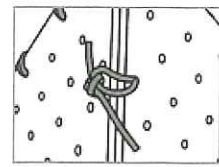
・ひも1本を輪にくぐらせる



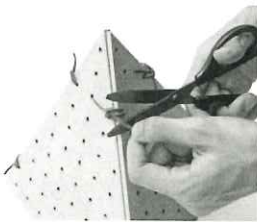
・もう一方のひも1本と交差させて片結びをする



・両端をぎゅっと引っ張り絞める

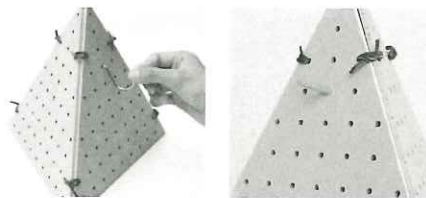


#### ④ひもを結んだら程よい長さにカットする



#### ⑤フックや丸棒を差す

有孔ボード用フックとカットした丸棒を差し込みます。※フックは穴の大きさやピッチが有孔ボードに合うものを選んでください。



#### ⑥完成



## 『岩永陶芸教室』

季節の行事ごとに手作り作品を飾ってみませんか？

お正月、節分、ひな祭り、端午の節句、七夕・・・季節ごとに飾ったり、使ったりできるモノをつくと、その行事がより楽しみになりますね。

素焼き、本焼きの時間を計算すると、2ヶ月前には制作に取りかかります。ぜひ挑戦してみませんか？





# ワンバット君のIH簡単おいしいレシピ



(玉ねぎをコトコト煮込むだけ。中までやわらか♪)

## 新玉ネギの丸ごとスープ

### ■ 材料

- ・新玉ネギ 4個 ・水 5カップ ・コンソメスープの素 2個
- ・塩コショウ 少々 ・オリーブ油 適宜 ・粗びき黒コショウ 適宜

### ■ 作り方

- ① 新玉ネギは根を切り落として皮をむく。
- ② ①を丸ごと4個並べられる大きめの鍋に、芯を上にして入れる。水とコンソメスープの素を入れて3kW湯沸しキーで煮立てる。
- ③ ②のスープが沸きあがってきたら(火力4)にして落し蓋をし、35~40分タイマーをセットして煮る。途中でひっくり返す。
- ④ 玉ネギが柔らかくなればスイッチを切ってそのままおき、粗熱を取る

IHなら!…長時間の煮込みもタイマーをセットすればOK。また火を使わないので、弱火でも立ち消えの心配もなく安定した火力でじっくり煮込むことができます。

## はんぺんのふんわり磯辺焼き

### ■ 材料 / 4人分

- ・はんぺん(1枚約110g) 2枚
- (A) ・大葉(みじん切り) 8枚 ・玉ねぎ(みじん切り) 1/4個(50g)
- (B) ・白ごま 大さじ2 ・しょうゆ 大さじ1 ・粉チーズ 大さじ6
- ・味付けのり 8枚 ・ごま油 適宜

### ■ 作り方

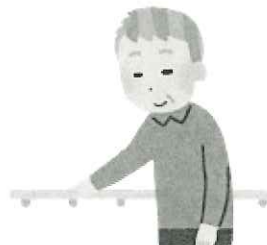
- ① はんぺんをボウルに入れて手でつぶし、(A)を加えて混ぜ合わせる。
- ② ①に(B)を加えてさらに混ぜる。
- ③ ②を8等分にして平たい円形(直径約6cm)にまとめ、味付けのりで挟む。
- ④ 「焼き物メニュー」で160℃に合わせ、フライパンを予熱する。
- ⑤ 「予熱」表示が消えたらごま油をひき、③を並べてふたをし、焼き色が付くまで4~5分焼く。
- ⑥ 裏返してふたをし、さらに3~4分焼く。

※ 火力及び加熱時間は鍋の種類、形状、材料の量などによって異なります。様子を見て火力調節してください。(レシピではパナソニックIHクッキングヒーターを使用しています。)

# 今月のバリアフリー

## 手すりを上手に使う

多くのお宅で玄関アプローチの手すり設置がみられるようになりました。介護認定を受けられ、住宅改修されているお宅が増えているようです。手すりは転倒・転落防止のための安全対策だけでなく、歩行や動作をしやすくするものです。高齢者でなくとも、妊娠中や身体の調子が悪い時、ケガをした時なども、手すりがあると心強いですよね。しっかり握って、安全に歩けるようにすることが基本ですので、手すりの下にはものを置かないようにして下さい。介護予防や自立支援などにも欠かせない大切な役割をもつ手すり。形状、太さ、高さなど、それぞれ場所や用途に合わせた手すりです。自分らしい生活が送れるよう、上手に活用しましょう。



## ～ 編集後記 ～

♪今年のお正月2日、鹿児島に泊まり出水の鶴を見に行く途中、突然の親戚の不幸で通夜に行くことになり、鹿児島からトンボ帰りしました。来年またチャレンジします。 by ダイエット中の地球防衛隊員

♪佐賀城下ひなまつりで開催されていた葉隠れ太鼓に息子が興味を持ち、手でリズムを取っていました。今は車や新幹線に夢中ですが、また新しい楽しみを見つけてくれたらいいなと思います。

by ぐっさん

♪友人の家がもうすぐ完成します♪新しい家と共に歩む今からの人生の手助けになって、本当にありがたいです(^.^) ありがとう!!

by blooming moon

♪今年は、孫も小学一年生になります。学校までちょっと遠いので心配していますが、お隣に6年生になるお姉ちゃんがいって一緒に行ってくれるとの事でした。安心しました(^.^)

by みずたま

♪NHK「チコちゃんに叱られる」を観ながら毎回「ぼーっと生きてたなあ…」と反省しまくりです。

by ぺこり

♪コロナウイルスの猛威。まさかマスクを買うためにドラッグストアを“はしご”することになるうとは・・・。早く収まりますように。

by sakky



## ポスティングレディ募集!

この「暮らしの広場」を毎月、月初めに定期的に配布してくださる方を募集しています。日々の運動不足解消にいかがでしょうか? 配布地区:高木瀬西  
その他、詳細はお気軽にお電話ください。お待ちしております。





# おうちのことなら【やさしいおうちの体験館】へ ここには満足できるリフォームの秘訣があります!

## 当社のご案内

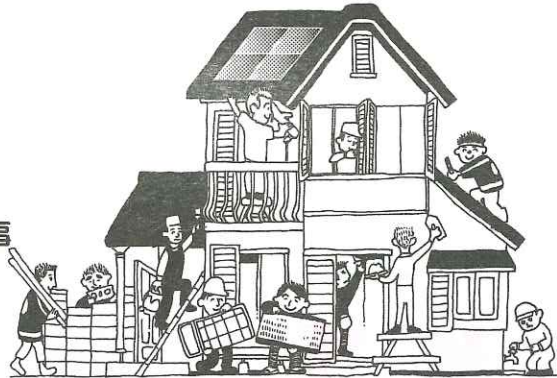
■ 営業時間…9:00～18:00 ■ 店休日…お盆・正月

大小問わず、まごころ込めて取り組みます。

◆リフォーム全般  
(台所、お風呂、その他)

◆バリアフリーの  
ご提案・工事

◆設備商品・工事  
(洗面台、エアコン、その他)



◆太陽光発電  
(電気交換率  
家庭用世界最高水準)

◆エコキュート

◆IHクッキングヒーター

## お知らせ!

### ★大人のものづくり教室 陶芸講座★

※材料・電気炉光熱費3,000円が必要です。エプロンをご持参下さい。

3月10日(火) 午前10時～午後3時 ご予約は0120-168-234まで。

4月14日(火) 午前10時～午後3時

常設体験館 \* 住宅が生まれ変わりました。ビフォー・アフター写真展開催  
\* リビングフローリング・畳・浴室の床暖房、体感できます!  
\* 匠の技、組み立て式「三畳目茶室」(マンションにも設置可能)展示中!

★3月28日(土)パナソニック薬院ショールーム(福岡) 見学バスツアー

★3月29日(日)リフォーム相談会(リファイン佐賀にて)

### 3月のイベント

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ホームページアドレス <http://saga-reform.jp>



〈お家の困った解決フリーダイヤル〉

**0120-168-234**



Panasonic リフォーム Club  
リファイン佐賀

株式会社山口新建木材センター

〒849-0924 佐賀市新中町8-20

TEL:0952-30-2388 FAX:0952-32-2889

建設業許可/佐賀県知事許可(般-24)第8021号

● PanasonicリフォームClubは、独立・自営の会社が運営しています。

● 工事請負契約は、お客様とPanasonicリフォームClub運営会社との間で行われます。

