



佐賀にお住まいの方限定の情報誌

# 暮らしの広場

2021年  
9月号  
VOL.

## 地元の皆さまに支えられて リフォーム一筋 32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」

#### 家族と歩むやさしいお家「平屋バリアフリーモデル住宅」完成

ひぐらしが「カナカナカナ」と鳴いています。入道雲も南の空へ行ってしまいました。夏から秋への移行期ですね。そして季節の移行に合わせ、次は美味しい味覚の秋がやってきます。秋ナス・インゲン豆・なし・ぶどう・新米・柿・サンマなど秋は旬の素材がいっぱいですので夏に落とした体力を食べることで復活させましょう。それから暑くて出来なかった昼間の散策や活動の時期ももう少しです。楽しみではありますが、まだまだ熱中症やコロナウイルスには十分気を付けてお過ごしください。

毎年夏に本庄神社の境内で行う子供たちとのラジオ体操に参加しています。今年は子供20名・大人20名でのスタートとなりました。子供20名のうち6年生が7名でしたので来年は子供たちが少なくなるかな？でもそんな寂しさを横目に今回も子供たちは体操がとても上手になりました。しっかりラジオ体操を身に付け、日々元気に過ごしてほしいですね。ただ、今年は体操の期間が7月26日から8月6日までの10日間、以前よりだんだん回数が減って来たのが残念です。特にお盆明けの1週間は夏休みのペースを保つためにも朝のラジオ体操はやってもらいたいですね。あ、これは個人的なおせっかいですかね(笑)

さて、ようやく2棟目の「平屋バリアフリーモデル住宅」も完成し皆様にご覧頂けることとなりました。1棟目の「おじいちゃん・おばあちゃんが遊びに行きたくなる孫のお家」と今回の2棟目「孫たちが遊びに行きたくなるおじいちゃん・おばあちゃんのお家」です。どちらのお家も幅広い年代にマッチするお家で、結婚して子育て、その後熟年を謳歌、また家族の誰かが介護が必要になったとしても安心して暮らせるお家です。今回の住宅は、長年お客様のリフォーム工事を行ってきて喜ばれたことの集大成です。更に新築住宅をつくるにあたり今までの家の改善点を考え、「家族を守るお家」はどうあるべきかを考えて造っております。老後・将来のことを考え、これからリフォーム工事を予定されている方、子供たちに住宅支援を考えておられる方、そしてこれからの子育てのために新築をお考えの方、子供が小学生で、勉強部屋を用意してあげたいと考えていらっしゃるご夫婦の方等、是非ご家族皆さんで見学にいらして下さい。ご連絡いただければいつでもご案内いたします。もし足が無い場合は送迎もさせていただきますので遠慮なくご相談ください。



### 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」



## ★ キッチン床の重ね張り改修

されましたN様邸です。

### 【改修前】

キッチンの大理石調のフローリング。経年劣化で剥がれてきていました。



### 【改修中】

剥れていたシート部分を剥がし、下地床の凸凹がないようにします。



### 【改修後】

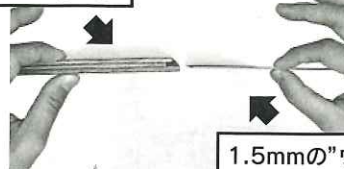
パナソニックのフローリング材「ウスイータ」を使用。隣のリビングとの段差も気にならず、見た目もスッキリきれいになりました。



### 【ウスイータ】

通常のフローリングは12mmから15mm程度の厚みがあるので、そのまま重ね張りを行うと段差が出てしまいます。「ウスイータ」は1.5mmしかないので下地がしっかりしていれば重ね張りが可能です。

12mmのフローリング



1.5mmの「ウスイータ」

キッチンのフローリングの一部が剥がれてきており、どうにかできないだろうか、とご相談いただきました。表面にシートが貼られたタイプのフローリングで、角の部分が剥がれてきている状態でした。キッチンとリビングの間は段差がなく、通常であればキッチンの床を一度剥いて張りなおしが必要ですが、今年発売されたパナソニックの「ウスイータ」というフローリング材を使用することで重ね張りが可能となりました。「ウスイータ」は1.5mmととても薄いので、床下地がしっかりしていれば、既存のフローリングの上から重ね張りすることが可能です。また、工期が短く、床を解体してからの張替えより費用を抑えることが出来るのでいいですね。N様より「見違えるほどキレイになりました」とお言葉を頂きました。床暖房のお家でも施工可能なので、張替えを考えられている方は一度検討されてはいかがでしょうか？

N様、取材のご協力ありがとうございました！

# 今月のご案内

## 心に、生活に、潤いを MYリゾートのある暮らし

トレンドキーワード  
「セカンドハウス」

近ごろ、都会のメインハウスと田舎のセカンドハウスを行き来する暮らしをしている人が増えてきています。  
日々の喧騒を忘れてくつろげる場所を手に入れてみませんか。

### 01 まずは借りて 二拠点居住を体験



いきなりセカンドハウスを購入するのはハードルが高いもの。まずはお試しで借りて、郊外(都会)の生活を楽しんでみて。実際に住むことで、エリアの雰囲気や利便性なども知ることができます。

### 02 二拠点居住に慣れてきたら セカンドハウスを購入



別拠点の暮らしに慣れてきたら、いざ、セカンドハウス購入へ! 3年以上の定住をされるなら、【かせるストック】で条件を整えて、元の家を貸し出すのもオススメです。家賃収入を得ながら、自分たちはセカンドハウスに住むことができます。

今までの家は  
新しい世帯に  
活用して  
もらいましょう

かせる  
ストックについて  
詳しくはこちら



諦めないで! 二拠点生活は憧れだけど、ちょっと敷居が高い…  
わが家をリフォームすれば、セカンドハウス気分を味わうことができますよ!

#### 朝風呂が気持ちイイ! 開放感あふれるバスルーム



小鳥のさえずりを聞きながら湯船でくつろぐ時間って、最高! 広い窓から外の景色を眺めながらゆったり入浴するのはいかがでしょう。まるで屋外でお風呂に入っているような、開放的な気分になりますよ。



#### 毎日、リゾート気分。洗面所は南国テイストに



お気に入りのオブジェでコーディネートすれば、作業スペースとして殺風景になりがちな洗面所も、贅沢な癒しの空間に。アメニティグッズにもこだわって、トコト自分磨きするのも素敵ですね。



#### 家族専用のカフェをリビングにオープン!



セカンドハウスのキッチン収納をオープンタイプにして、オシャレなカフェスタイルに。いつものコーヒーがグッと美味しく感じられるかも!?



#### 寝室兼コレクションルームでやすらぎのひとときを



読書もできるワークスペース付の寝室は、まるでホテルのよう。飾り棚にお気に入りの小物を置いて、好きなものに囲まれながら眠れば、とってもいい夢が見られそうですね。



住まいの事はお気軽にリファイン佐賀へご相談ください。

## 店長の訪問日記

リファイン佐賀店長の山口です。

バリアフリー本庄の平屋モデル住宅が完成しました。バリアフリーに特化した可変性住宅になっております。バリアフリーはもちろんですが、それだけではなく白黒を基調とした見た目もカッコいいモデル住宅になりました。パナソニックの最新設備やおしゃれなドア、床面積は大きくありませんが、高いドアで広い空間を演出しており、以前ご紹介いたしました2階建てのエレベーター付きモデルとはまた違ったテイストとなっております。今月完成見学会を行いますので、ご家族様やご友人様などお誘いあわせの上、是非お越しください。



即効で元気になるなら  
**マーチ**を聞こう!

思わず懐かしくなるマーチ。  
それは「セレモニー」で聞いた、思い出のあの曲。  
若返り一番!

アーティストは、海上自衛隊東京音楽隊・航空自衛隊音楽隊・陸上自衛隊中央音楽隊・イギリス海兵隊バンド他



(CD2枚 合計収録時間 01:36:34)

行進曲という実用音楽の枠を超えて、音楽作品として愛され聴き継がれているマーチを、凄腕の吹奏楽団による演奏でたっぷり収録。マーチの躍動感で、聴くほどに元気が湧いてきます。

## § 私のバースディ・フラワー §

花のある暮らしは心に潤いをもたらしてくれますね。

誕生日など特別な日に花を送ったり、頂いたり、時には自分で買ったり...

さて、そこで今回は誕生月の花を知ってイメージに合う花や、シーンに合った花言葉がつけられた花を選んで楽しんでみてはいかがでしょうか。

### 9月 ダリア

花言葉:『華麗』『優雅』『気品』『威厳』

『移り気』『裏切り』『不安定』

何枚にも花びらを重ねて、大きな花を咲かせるダリア。秋の花の代表格で、フランス皇帝ナポレオン一世の妻ジョセフィーヌが愛した花としても知られています。花のサイズが大きいものから小さいものまで幅広く揃うので、プレゼントする時は花束のサイズを先に決めてから花を決めるとうまくいきますよ。

リンドウやキキョウ、アスターやフヨウなども9月の誕生月の花としておすすめです。



## 夏バテ対策に、起床後の軽い運動を！

(ヘルスケア)

ウォンバット君の

ホッとコラム



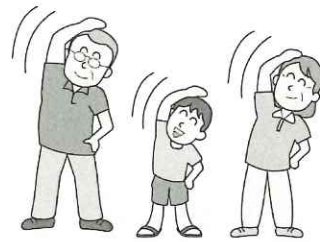
秋口のこの時期注意したいのが、体のだるさや食欲不振などの夏バテです。解消法は「バランスのよい食事」「良質な睡眠」「適度な運動」などが挙げられますが、ここでは「適度な運動」について紹介します。

夏バテは、長時間クーラーなどの冷気にあたりすぎたり、冷たい飲料の飲み過ぎ、夜更かしや運動不足などが重なり、「自律神経のバランスが乱れる」ことが大きな原因だと言われています。

予防には、有酸素運動で夏バテしない身体づくりが効果的ですが、まずは手軽な運動から始めてみませんか。目覚めた時に、ゆっくりとした呼吸と一緒に軽い運動をするだけでも、睡眠中に働いていた「副交感神経」が、昼に働く「交感神経」へとスムーズに移行すると言われ効果的です。夏バテ気味の方はしばらく続けてみましょう。

●目覚めてすぐに布団の上で長い腹式呼吸をしながら手足を振ったり、背伸びを繰り返すストレッチなどをして体の血流を良くすると効果的です。

●起床後、朝食前に光を浴びながら足踏みや、軽いジャンプを繰り返します。余裕がある人は、踏み台昇降やスクワット、ラジオ体操などもおすすめです。



## 「Quiz」クイズでリフレッシュ！

\* 5つの間違いを探そう \*

下は、6月に生まれたパンダの双子が元気に育って遊ぶ姿を想像したイラストです。右の絵には間違いが5カ所ありますがわかりますか？



①観覧者の女性(中央付近)が入水操作する手  
②左のパンダがくわえている葉の枚数  
③右の飼育員がカブつているパンダの帽子の耳の位置  
④転がる竹の数  
⑤パンダの色

# ウォンバット君のIH簡単おいしいレシピ

まだまだ暑い日を楽しみましょうレシピ!



## 鮭とポテトのコロッケ

### ■ 材料 / 4人分

- ・ジャガイモ 3個 ・鮭 2切れ ・ブラックオリーブ 10個 ・卵 1個
- ・塩コショウ 各少々 ・小麦粉 適量 ・パン粉 2カップ
- ・揚げ油 適量 ・ベビーリーフ 1袋 ・レモンのくし切り 1/2個分
- (ソース) ・中濃ソース 大さじ2 ・トマトケチャップ 大さじ2
- ・粒マスタード 小さじ2

### ■ 作り方

- ① ジャガイモは皮をむいて一口大に切り、鍋に入れる。水をひたひたまで注ぎ、塩を加え(火力8)でタイマー15分にセットしてゆでる。
- ② 鮭に塩をふってグリル皿に並べ、自動メニュー(切り身/干し物)にセットして焼く。
- ③ ブラックオリーブは細かく刻んでおく。
- ④ ①のジャガイモが柔らかくなれば、ザルに上げて水気を切り、鍋にもどす。
- ⑤ ④の鍋を再び(火力2)で熱し、ジャガイモの水分をとばしながらつぶす。そこに②の鮭をほぐしながら加える。さらに③のブラックオリーブ、塩、コショウを加えて混ぜ合わせてコロッケのたねをつくる。
- ⑥ ⑤のたねを俵型に形を整え、小麦粉、溶卵、パン粉の順に衣をつける。
- ⑦ 揚げ油を180℃にセットし、時々返しながら5~6分揚げ、油をきる。4個ずつ2回に分けて揚げましょう。
- ⑧ 器にコロッケを盛ってベビーリーフとレモンのくし切りを添え、ソースをかける。

## ミニどら焼き

### ■ 材料 / 10個分

- ・ホットケーキミックス 150g ・卵 1個 ・牛乳 100ml
- ・はちみつ 大さじ2 ・みりん 大さじ1
- ・あん(市販のつぶあん、またはこしあん) 150g ・サラダ油 適量



### ■ 作り方

- ① 生地を作る。ボールにホットケーキミックス、卵、牛乳、はちみつ、みりんを入れ混ぜ合わせる。  
※抹茶小さじ2(分量外)を加えると、抹茶風味の生地になります。
- ② IHの【焼き物】メニューで<160℃>に合わせ、フライパンを予熱する。
- ③ 「予熱」表示が消えたらサラダ油をひき、大さじ約1杯分の生地を丸くなるように流し入れ、2~3分焼く。裏返して、さらに2~3分焼く。  
※フッ素加工のフライパンはサラダ油をひかなくてもOK。
- ④ 粗熱を取り、1枚の皮の裏側にあんを適量のせ、もう1枚の皮をかぶせる。

※ 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

## 転ばぬ先のバリアフリー ～バリアフリー自宅事例～

私の自宅は、亡き父が「家の基礎は道より高くした方が見栄えのよか」と道路より 80cm ほど高く埋め立てをして造りました。その結果、段差だらけの状態です。その為、父が80歳の頃に、危険防止にと車庫から冠木門への階段と廊下から踏み石を使い庭に降りていくところに手すりをつけようと私が言うに「そんなもん要らん」と一蹴。それでも取り付けに踏み切ったところ、やはり85歳過ぎたころには取り付けした手すりを利用していました。また、車イスを使用している義母が遊びに来た際に、車イスのままでは駐車場から家の中に入れないのでコンクリートスロープ工事を行いました。今はコロナ禍でなかなか泊まりにも来ることが出来ませんが、このスロープのお陰で義母もこれまで毎月泊まりに来ることが出来ていました。どちらも本質は弱い人の立場で考えたもので、転ばぬ先の杖は是非必要だなと思います。

## ～ 編集後記 ～

♪夏の暑さを楽しみました。これからは秋です。読書、食、満月、海釣り、楽しみたいですね。早くコロナが終息するよう願っています。  
by ダイエット中の地球防衛隊員

♪コロナ禍でなかなか運動が出来ず、少しずつ体重がふえつつあります。秋からは運動を始めなければと思うこの頃です。  
by ぐっさん

♪暑い日々が続きますが、徐々に秋の気配も感じられてきましたね。ずいぶんご無沙汰している釣りが再開できればいいんだけどなあ。  
by えが

♪オリンピックが終わりました。次の楽しみは秋の収穫祭バスツアー(状況によっては中止になると思いますが)小さな楽しみはいつも持っていたいです  
by blooming moon

♪私の趣味は沢山あります。なかでも、DIYはもちろんの事、ガーデニングも好きで、庭は賑やかです。この夏は部屋の中でも楽しめる観葉植物を増やしています。暑い夏は涼しげでいいですよ。  
by みずたま

♪松原にある「シアターシエマ」での私の楽しみ。午前中に一本、館内のカフェでランチ、そして午後にもう一本。充実の一日です(笑)  
by ペこり

♪いつもは観るTV番組が被らない我が家ですが、オリンピックはみんな揃ってTVの前で観戦。会話も弾み、いつもよりコミュニケーションがとれたような気がします(笑)  
by sakky



# 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

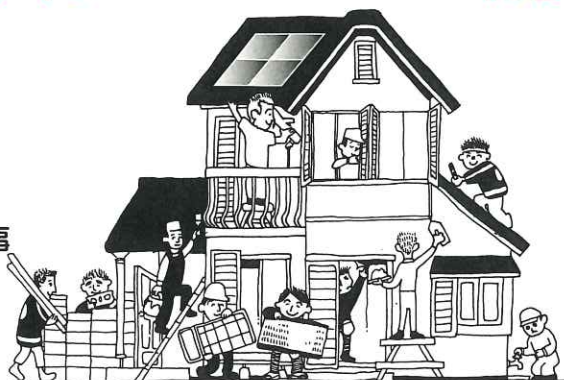
■ 営業時間…9:00～18:00 ■ 店休日…お盆・正月

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。

9月14日(火) 午前10時～午後3時 ご予約は0120-168-234まで。

10月12日(火) 午前10時～午後3時

常設\*システムキッチン・システムバス・トイレほか、Panasonic設備機器展示中!

★9月25日(土)・26日(日)バリアフリーモデル住宅完成見学会

※見学会会場：佐賀市本庄町本庄「バリアフリー本庄にて」

### 9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		

【リファイン佐賀ホームページ】

<http://saga-reform.jp>



【リファイン佐賀instagram】



### <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下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？ 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。



〈お家の困った解決フリーダイヤル〉

**0120-168-234**

Panasonic  
リフォームClub

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

URL: <http://saga-reform.jp>

建設業許可/佐賀県知事許可(般-29)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。

