

**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」

明けましておめでとうございます

弊社スタッフで作りに上げているこの「暮らしの広場」、いつも読んでいただきありがとうございます。今年も磨き上げていきますので宜しくお願い申し上げます。

さて、今年もバリアフリーに力を入れ、お役立ちを高め、会社を、そして自分を高めています。一昨年、2階建てホームエレベーター付バリアフリーモデル住宅を完成させ、2階にしか居室がなくてもホームエレベーターを設置できる空間を事前に用意しておけば、いざという時にホームエレベーターの設置リフォームができ、介護対応ができる提案をしてきました。また昨年は、平屋のバリアフリーモデル住宅を完成させました。子育て、熟年、介護と、どのライフスタイルにも合わせられるような可変性型住宅です。安全を考えた対策はリフォーム工事の参考になります。何時でもご覧になれますのでお声掛けください。

それから昨年、嬉しい工事をさせていただきました。奥様が膝を悪くしておられる中、洗濯物を玄関から降りて外の庭に干していらしたため、転倒予防・膝関節の痛み防止にと、ご主人様からウッドデッキと雨に濡れないように和風の明かり取りのある屋根の設置依頼をお受けしました。そのお陰でリビングから段差なくデッキで洗濯物が干せるようになり、奥様はご主人様の思いやりにとっても感謝されていました。そしてもう1件。こちらのお宅は2階のバルコニーで洗濯物を干されていたこともあり、物を持つての階段移動・転落の危険を心配され、座敷広縁前に物干用屋根付きデッキを設置されました。それぞれ奥様のことを考えられての家庭内事故防止「転ばぬ先の杖バリアフリーリフォーム」。わたしたちの想いとぴったりなリフォームです。ご主人様たちの奥様への心こもる愛情に私も心暖かくなり、そのお気持ちにしっかり応えさせていただきました。やはり元気で健康に過ごせる事が一番ですね。

ご近所の本庄神社の桜も寒さに負けずに芽吹いて、4月の開花に合わせて力をためています。人間界もコロナ禍に対応しつつマスクを外せることに向かっていきましょう。

今年の恵方は北北西です。私の家から見れば、唐津市浜玉町諏訪神社で、マムシ除けのご利益があるそうです。帰りに唐津の銘菓「けいらん」をお土産に買ってきます(笑)



謹賀新年

## 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」



★ 浴室と洗面室を改修されましたY様邸です。

## 【改修前】

冬になると寒さを感じるタイル張りの浴室。



## 【改修後】

寒さが解消され、内装もスタイリッシュな浴室になりました。



収納が少なかった洗面室。



引き出し式の洗面台と天井までの収納ユニットを設置。たっぷり収納でき、取り出しもしやすくなりました。



タイルの浴室で冬場になると寒く、また、お孫さんが遊びに来ることが増えたこともあって浴室改修を検討している、とのご相談をY様よりいただきました。今回はY様のご希望によりタカラスタンダードのユニットバス”プレデンシア”を設置いたしました。しっかり断熱されているので浴室が暖かいのはもちろんのこと、浴槽はホーローで耐久性があり、伝熱性が高いため浴槽が首元まであたたかくなります。洗面室はクローゼットを解体し、新しい洗面化粧台とツールユニットを組み合わせることで、広く統一感のある仕上がりになるとともに、引き出し式でたっぷり収納、取り出しもしやすくなりました。Y様より、”キレイになりました！浴室が暖かくなり本当に良かったです。洗面室も物が整理しやすくなりました”とお言葉を頂きました。

Y様、取材のご協力ありがとうございました！

# 今月のご案内

長時間、パソコンやスマートフォンを見ていませんか？  
デジタルデトックスで、ホッとひといき

トレンドキーワード  
「デジタルデトックス」

パソコンやスマートフォンを利用し続けることで脳に負担がかかり、疲れを感じる人も多いようです。リモートワークを考慮した家造りが進んでいますが、「デジタルデトックス」についても考えてみませんか。

## デジタルデトックスは、なぜ必要？

スマートフォンやパソコンの画面を見続けていることは、常に頭をフル活動させていることにもつながりかねません。デジタル機器を使わない場所や時間を決めて、頭や心をほぐしてみませんか。



## お風呂でのんびりリラックス



お風呂は疲れを癒してくれます。何も考えずに目をつぶって、ただただ湯船に浸かって身体を温めることで、いっそうほぐれやすくなりますよ。



## 書斎でゆったり読書タイム



電子書籍ではなく紙の本を読むことも、デジタルデトックスの第一歩。たまには時間を忘れて物語の世界に入り込んでみませんか。



## グリーンにふれて癒される



植物と触れ合ったり土をいじることは、五感を刺激して、癒しをもたらしてくれます。屋内で鉢植えを育てるところから初めてみてはいかがでしょうか。



## 食事のときは楽しくおしゃべり



家族がそろう食事ときは、今日あった出来事や好きな事などについて話す、回らんの時間にしませんか。食卓を囲むときは、すこし液晶から離れるなどのルールを作っておくのもいいですね。



お住まいのご相談は、お気軽にリファイン佐賀へ！

## 店長の訪問日記

あけましておめでとございます。本年もリファイン佐賀・暮らしの広場を宜しくお願い致します。

年末に担当の新築物件の引き渡しを行いました。お客様と最初にお会いしたのは、一昨年の10月でしたので、完成まで一年以上のお付き合いをさせて頂きました。打合せや進捗確認に頻繁に行っていた現場に行かなくなるといふことは少し寂しい気持ちにもなりますが、今後も定期点検等でご訪問させて頂きますし、なによりお子様達が楽しんで暮らす新居の中を走り回っている姿を見ると、とても嬉しい気持ちになりました。

本年も住宅を通して皆様に感動を届けられるよう、社員一同邁進して参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

人気のドライフルーツで

ダイエット 便秘解消 貧血予防

美肌 アンチエイジング

### ドライいちじく



写真はアマゾンサイトより

女性にとって嬉しい栄養素がたっぷり。ドライにすることで栄養素は生の倍以上になり、カルシウムは約7倍、鉄は約5.6倍、不溶性食物繊維は約6倍で、さらに女性ホルモンと同様の効果がある植物性エストロゲンも含まれています。

## § 私のパースディ・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。

### 1月 シンビジウム

花言葉：『飾らない心』『素朴』『壮麗』『華やかな恋』  
『高貴な美人』『誠実な愛情』

シンビジウムは華やかな洋蘭の1種です。日本では胡蝶蘭に次ぐ人気で、寒さに強いことから冬の鉢花として広く知られています。やさしく落ち着いた花色なことから「飾らない心」「素朴」など親しみが感じられる花言葉がつけられたとか。プレゼント向きの花言葉でもありますね。その他、同じランのオンシジウムやスイセン、エリカ、椿なども1月の誕生月の花としておすすめです。



使い捨てカイロは体のどこに貼る？ (解決！知恵袋)

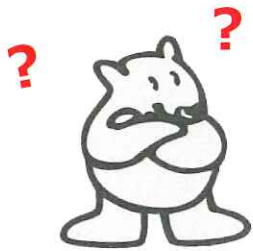
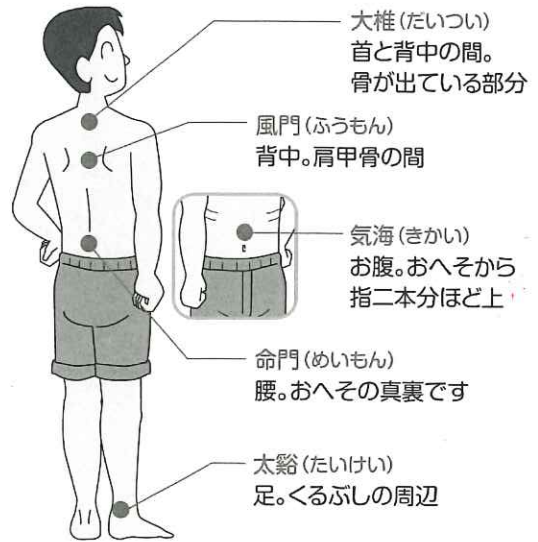
ウォンバット君の  
ホットと コラム



冬が深まると出番が増える「使い捨てカイロ」。  
皆さんは普段、体のどこに貼っていますか？

お腹や腰・背中など、なんとなく冷たいと感じる部分に使いたくなりますが、太い血管やツボのある場所が効果的です。特におすすめなのがイラストにある5カ所のツボ。

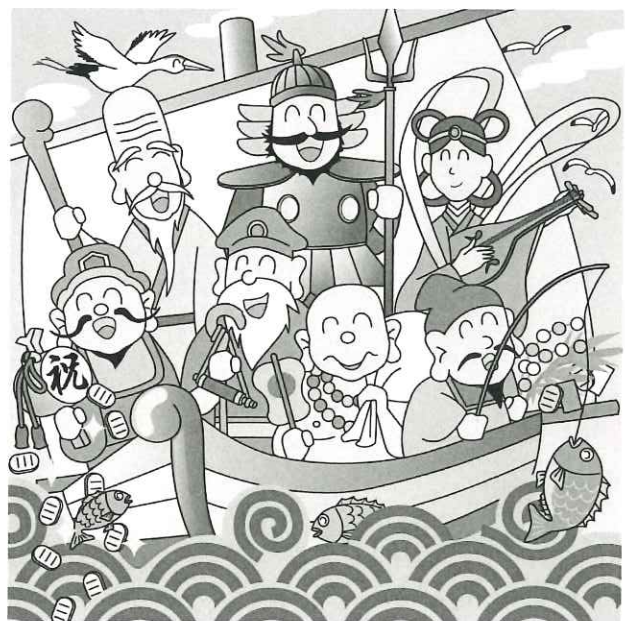
特に背中中の「風門」は上半身の広い筋肉を温め、  
また腰の少し上（おへその真裏）の「命門」は、  
腰やお腹まわりをポカポカにしてくれます。



《Quiz》クイズでリフレッシュ！

\* 5つの間違いを探そう \*

下は私たちに福を授けてくれる神様「七福神」のイラストです。  
右の絵には間違いが5カ所ありますがわかりますか？



答え…①鶴の向き ②毘沙門天 (後列中央) の槓の形 ③大黒天 (前列左端) の木コシの文字  
④恵比寿 (前列右端) のヒケの形 ⑤波のうすまきの向き

# ワンバット君のIH簡単おいしいレシピ



## 鯛の京風葛あんかけご飯

### ■ 材料 / 4人分

- ・白米 2カップ (300g) ・水 400ml
- ・刺身用のたい (削ぎ切り) 100g
- ・水菜 1/6束

### A (混ぜ合わせる)

- ・薄口しょうゆ 大さじ1 1/3 ・砂糖 小さじ1 1/3
- ・みりん 小さじ2/3 ・昆布だし 大さじ2

### B (くずあん)

- ・かつおだし 600ml ・酒 30ml ・薄口しょうゆ、みりん 各小さじ2/3
- ・ゆずこしょう 適量 ・くず粉 (または片栗粉) 大さじ2~3

### (飾り用)

- ・みつば (小口切り) ・ゆずの皮 (細きり) 各少々



### ■ 作り方

#### (ご飯を炊く)

- ① 米を洗い、十分に水切りする。
- ② 鍋に移して水加減する。
- ③ 30分以上ひたす。
- ④ 自動炊飯メニューで2カップに合わせ、ご飯を炊く。

#### (葛あんを作る)

- ⑤ 鍋にBのかつおだし・酒を加え沸騰させる。
- ⑥ 薄口しょうゆ・みりんを加えて、ゆずこしょうで味を調え、弱火で煮る。
- ⑦ くず粉を少量の水で溶き、少しずつ加えてとろみをつける。

#### (仕上げる)

- ⑧ 水菜は3cmの長さにきる。Aは混ぜ合わせておく。
- ⑨ ご飯が炊けたら、ご飯を器に盛り、Aにたいをさっとくぐらせてごはんの上のにせる。
- ⑩ さらに水菜を散らし、温かい葛あんをかけ、みつば・ゆずの皮を飾る。

※ 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

昨年12月、久留米リハビリテーション病院でお身体の不自由な方々に私たちが取り組んでいるバリアフリー住宅の在り方を伝えてきました。住宅の内部は人それぞれに対応していけばよいのですが、一番重要なことはお家への出入りが楽にできること、外からベッドまでのアクセスです。例えば、雨の日濡れずに移動（移乗）できることも大切なポイントのひとつです。このようなポイントに重視した住む人に優しい住宅を常に目指しています。

## ～ 編集後記 ～

♪昨年12月に嬉しかったこと。伊勢神社の地区のお世話役第101代(小神)に長男がお世話になることとなりました。ちなみに私は70代でした。地区のお世話役を繋げていけることはとても有難く、ご先祖様に感謝します。  
by ダイエット中の地球防衛隊員

♪光栄なことに伊勢会の101代の地区小神をさせて頂くことになりました。本番は来年ですが、今年は見習いとして大祭に参加します。  
by ぐっさん

♪あけましておめでとうございます。今年は穏やかな1年を送れたらいいなあ。  
by えが

♪明けましておめでとうございます。(暮らしの広場)配布させて頂き、本当にありがとうございます。本年も為になる情報、沢山届けたいと思っています。  
by blooming moon

♪新年あけましておめでとうございます。今年も(暮らしの広場)配布させて頂きます。宜しくお願い致します。年女の今年は、赤い物を何かしら買い揃えたいと思います。(o^—^o)☺  
by みずたま

♪新春のお慶び申し上げます。今年は「壬寅」年だそうです。厳しい冬を越え、芽吹きの新春を迎えるという光を感じるような年。心晴れやかな一年となりますように。  
by ペこり

♪あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。今年の目標も「健康第一」!笑顔で元気に1年過ごせますように!

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

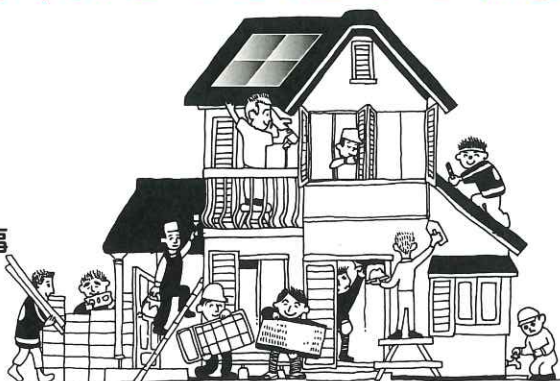
■ 営業時間…9:00～18:00 ■ 店休日…お盆・正月

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。

1月11日(火) 午前10時～午後3時 ご予約は0120-168-234まで。

2月8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!

★1月22日(土)・23日(日)新春初売りフェア ※リファイン佐賀ショールームにて

### 1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					

【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  
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。

Panasonic  
リフォームClub

