

**地元の皆さまに支えられて
リフォーム一筋 33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」



あけましておめでとうございます

旧年中は私の「つれづれコメント」を読んでいただきありがとうございました。今年もどうぞよろしくお願ひ致します。

早速ですが、皆さん今年はどうのお正月をお過ごしですか？私事ですが、今年は娘夫婦と孫たちが一家で年末年始休暇を取ってシンガポールから帰省し、久しぶりににぎやかなお正月です。この時期、日頃空いている駐車スペースに県外ナンバーの車が駐車されている光景を見ると、何だか嬉しいですね。ようやく日常の生活にもどりつつある感じがします。

さて、話は変わりますが、読書好きな私が昨年末に読んだ文庫本をご紹介します。一冊目は近衛 龍春(著)「武士道 鍋島直茂」です。竜造寺家から鍋島家に代わった経緯が戦乱の下剋上ではなかったという、時代の流れに乗れなかった主家と家来の生きざまが書かれた本で、「取った・取られた」の縄張り戦から秀吉・家康の全国統一の中で外様大名が生きていくための立ち回りが面白く書いてありました。その中に佐賀の地名が各所に出てきて、いつもお世話になっている「本庄神社」さんの名前も見かけました。戦国の狭い日本、九州・佐賀の地政学や鍋島支藩の成り立ちなどがとても興味深く、のめり込んで読みました。もう一冊は茂木 誠(著)「日本人が知るべき東アジアの地政学」。地政学の観点から、なぜプーチン氏が領土をいっそう増やそうとするのかや、習近平氏が「一帯一路」の構想で世界を抑えようとしているのかなど、分かりやすく書いてありました。日本は島国の為、攻められることがなかった世界の地理的位置に感謝しつつ興味深く読みました。

本屋さんに行き、いつも題名や表紙絵で選んで購入し、以前読んだ本だった事を途中で気が付くなど、ちよくちよく失敗もやっていますが(笑)今回ご紹介した2冊、歴史や地理学・政治学に興味がある方にはお勧めですよ。今年も色々な面白い本との出会いを楽しみにしています。



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「佐賀あうちの風景」



★ キッチンとトイレの

改修をされましたS様邸です。

【改修前】

キッチン天板が低く、作業がしにくい状態でした。



【改修後】

キッチン天板が5センチ高くなり作業がしやすくなりました。



クロスの剥がれ等が見られたトイレ。



便器はタンクレストイレに取り替え、クロスとクッションフロアを貼り替えました。



”キッチンが低いので使いづらく、扉も剥がれが見られるのでリフォームを検討している。併せてトイレもリフォームしたい。”とのご相談を頂きました。キッチンは、システムキッチンへリフォームし、天板は高さをこれまでより5cm上げ、使いづらさを解消。収納は開き戸から引出し式になったことで、屈まず物が取り出しやすく、収納力もアップ。様々な調理器具も収納することができるようになりました。そのため高い位置にある吊り戸は無くなり、キッチン全体がすっきりとした印象となりました。トイレはクロスの剥がれの他に下地が傷んでいるところもあったので補修を行い、壁・天井のクロスと床のクッションフロアを張り替え、便器は隣付タンクトイレから Panasonic のタンクレストイレに取り替えました。S様より「キッチンが高くなったので使いやすくなりました。いまはどこに何を収納するか思案中です。トイレもきれいになりとてもよかったです」とお言葉を頂きました。

S様、取材のご協力ありがとうございました！

今月のご案内

設備でできるライフハック! みんなで楽しくクッキング

終わりがなくて大変な家事。ライフハックを駆使して、いかに簡単に効率よくするかが腕の見せ所!でも設備に任せるのもアリですよ。家族とシェアすれば、もっとラクで楽しく!

トレンドキーワード

「ライフハック」

暮らしの質や仕事の効率を上げるためのアイデアやテクニック。

囲めるキッチン&おまかせ設備で 料理を分担しやすく!

ライフハック

揚げ油に菜箸を入れて
大きめの泡が出たら
揚げる適温!



IHクッキング
ヒーターなら、最適な
温度・タイミングで
料理をサポート。

ライフハック

お刺身は表面だけ
凍らせた「微冷凍」だと
潰れにくく切りやすい!



対面式なら
作業スペースが広く
サッと手伝いやすい。

ライフハック

料理を
ワンプレートにすれば
洗い物が減らせる!



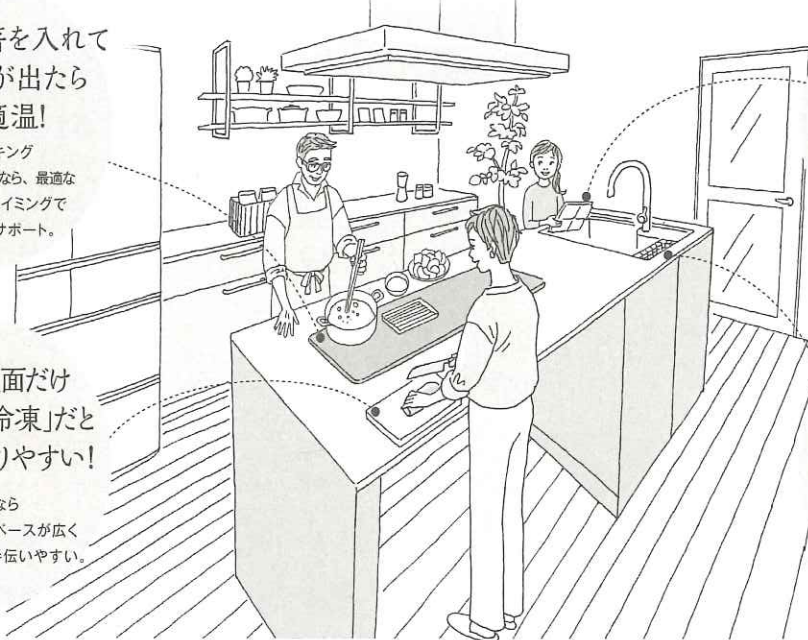
食洗機があれば
苦手な洗い物も
1人でもっとラクに。

ライフハック

三角コーナーを
なくせばシンクを
広々使える!



3方向から使えば
みんなで同時に
作業しやすく、
より手際よく。



囲炉裏のように囲んで
料理をみんなで楽しく。

Irori Dining

コンロ下がオープンなので、ダイニングテーブルのように座って食事できます。料理に参加したり、作りながら食べたりと、楽しみが広がります。



ほかにも、家族みんなで使いやすい
プランがたくさん!



お住まいに関するご相談はお気軽にリファイン佐賀へ!

店長の訪問日記

リファイン佐賀店長の山口です。

新年明けましておめでとございませう。本年も「暮らしの広場」を宜しくお願い致します。

昨年、新築・リフォームに関する補助金で「子どもみらい住宅支援事業」という補助事業がありました。しかし、昨年末より新たに「子どもE」すまい支援事業」という補助事業が開始されました。内容としては前回の補助事業とほぼ変わりなく、窓や浴室、給湯器など省エネリフォームが対象となっております。事業の名称としては「子どもE」すまい支援事業」となっておりますが、リフォームに関しては子育て世帯等関係なく、活用可能とするのが気になる方は是非お気軽に「E」相談ください。



ボタニカルがトレンド。

まずは

「ボタニカル・スイーツ」

から、かな？

「ボタニカル」とは「植物由来」という意味で、
自然の植物の力を取り入れて活力を得るトレンド。

お近くで出合うのも、楽しみ～

若返りスイーツ
ごまキューブ


GOMAJE
NARA-YAMATO

ippin サイトより



ゴマと蜂蜜というシンプルな材料で作られ、ほんのり優しい甘さで珈琲とも日本茶とも相性抜群。

癒しのひととき



自分に合った癒しの方法をみつけて、日々の疲れ、さまざまなストレスから自分を解放させましょう。
毎月テーマごとにご紹介します。今月は「睡眠」です。

● ぐっすり寝てみる

睡眠が不足すると、精神的に不安定になったり、自律神経やホルモンバランスなども乱れてしまいます。ぐっすり眠ることで体調も整い、癒し効果も得ることができます。なかなか寝付けない方は熟睡できる環境を整えてみましょう。雑音が気になる方は耳栓を使ってみたり、昼間に寝る必要がある方はアイマスクなどのアイテムを使いましょう。寝る前には緑茶やコーヒー、お酒などは控え、スマホやパソコンなどの光の強いものを避けます。事前に寝る準備をすることで、ぐっすり寝ることもできますよ。

加湿器を上手に活用しよう

(知恵袋)

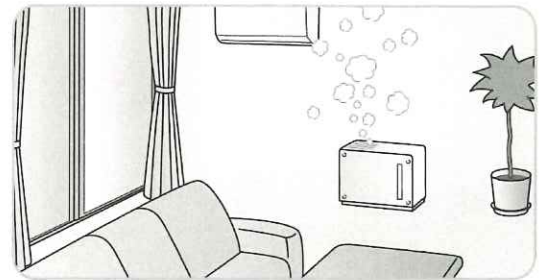
湿度が低い冬は、お肌の乾燥やウイルスの活動が気になりますね。そんな時期は加湿器を上手に活用しましょう。

- 理想的な湿度は 40~60%
これより低いとウイルスや菌の活動が活発になり、高いとカビやダニなどが繁殖しやすくなります。
- 窓から離れた場所に置く
外気で冷える窓の近くだと加湿器が結露し、故障の原因になることもあるので注意しましょう。

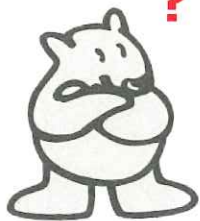
ウォンバット君の
ホッとコラム



- エアコンと一緒に使うと効果大!
実は人の体は湿度が高いと、同じ温度でも暖かく感じると言われています。加湿器を上手に使ってエアコンの設定温度が下げられれば、電気代の節約にもつながりますね。



? 《Quiz》クイズでリフレッシュ!



5つの間違いを探そう

下のイラストは、庭で突然始まった雪合戦のようす!
右の絵には間違いが5カ所ありますがわかりますか?



※答えは P.7 にあります

ワンバット君のIH簡単おいしいレシピ



ピータン風中華がゆ

■ 材料 / 2人分

- ・米 1/2カップ ・サラダ油 大さじ1 ・ゆで卵 2個
- ・鶏ガラスープ 600ml ・干しエビ 大さじ2
- ・しょうが 1片(大きめ) ・塩 少々
- ・焼売の皮(揚げたもの) 適量 ・パクチー 適量



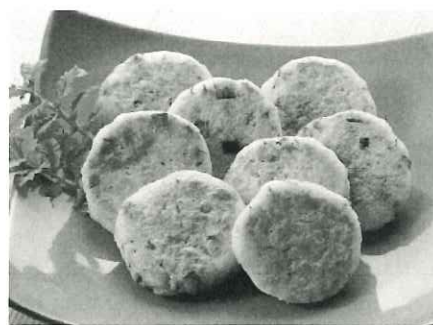
■ 作り方

- ① 米は研いでザルにあげ、水気がなくなったらサラダ油をかけて混ぜておく。
- ② 鍋に鶏ガラスープと米、干しエビを入れ、【加熱】メニューで火力[5](中火)に合わせて沸騰させ、火力を[1]~[2](弱火)に下げ、タイマーを30分に設定し米を炊く。様子を見ながらときどきかきまぜる。(フタは開けたままで炊く)
- ③ ゆで卵は1個を縦4等分のくし切りにして半分の長さに切る。しょうがは千切りにする。
- ④ 炊きあがったおかゆに、ゆで卵としょうがを入れてお好みで塩をふる。器に注ぎ、揚げた焼売の皮とパクチーを散らす。

大根もち

■ 材料 / 4人分

- ・大根 300g ・干しエビ(細かく刻む) 大さじ1
- ・ハム(細かく刻む※焼き豚でも代用可) 4枚分
- ・万能ねぎ(小口切り) 大さじ2
- ・かたくり粉 大さじ4 ・上新粉 1カップ
- ・塩・コショウ 少々 ・ゴマ油 適量



■ 作り方

- ① 大根はおろして軽く水気を切る。(汁は生地の高さ調節用にとっておく)
 - ② ゴマ油以外の材料をよく混ぜ、生地を平たい円形にまとめる。
(生地が固い場合は、大根の汁を少し加えて調節する。)
 - ③ 【焼き物】メニューで【180】℃に合わせ、フライパンを予熱する。
予熱が終わったらゴマ油をひき、②を並べてふたをし、焼き色がつくまで3~4分焼く。
 - ④ 裏返してふたをし、さらに3~4分焼く。
- ※お好みで、酢醤油につけてもよいでしょう。

※ 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。)

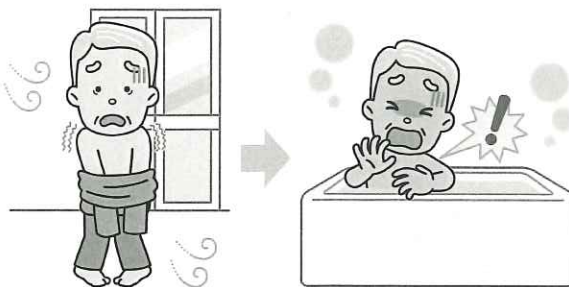
今月のバリアフリー

気温差が原因となる「脳血管障害」にご用心

『ヒートショック』という言葉をご存じですか？ 体温と肌を表す場所での気温差が大きくなった時、血管が収縮して細くなり、血圧が上昇したことで血管の弱いところが破裂したり、心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こし、身体へ悪影響を及ぼすことです。

急激な温度変化による影響を防ぐためには、家の中の温度差を小さくすることが重要です。

家の中で肌を表すところはトイレ・脱衣室・浴室です。暖房を付けたり、すきま風を止めたりして出来るだけ暖かくするように心掛けましょう。このような予防策のお手伝いをさせていただきますので是非ご相談ください。



～ 編集後記 ～

♪まだヒヨドリを見ません。温暖化で九州まで来ないのかな？しかしながら温暖化と言えども冬は冬、電気代も値上がりしていますね。重ね着など、省エネしながら暖を取りましょう。

by ダイエット中の地球防衛隊員

♪減量しなければと思っていた昨年でしたが、実行できなかつた為、今年こそは減量することを年頭の目標にしました。

by ぐっさん

♪昨年は料理のレパートリーは増えませんでした、干切りが人並みの早さで出来るようになったので成長しました！レパートリー増やしを頑張るぞ。

by えが

♪明けましておめでとうございます。本年も宜しくお願い致します。今年も健康管理しっかりと!! (一に食事、二に運動 (*^-^*))

by blooming moon

♪2023年明けましておめでとうございます。今年は世界中の人々が明るく元気になるニュースがたくさん聞けますように!

by ペこり

♪今年も運動不足を解消するべく、モチベーションを上げるために新しいスニーカーを買いました。形から入るとだいたい続かないですが(^_^;)継続できるよう頑張ります!

by sakky

P.5の答え… ①脚立の上の雪 ②奥の電柱の向き ③おじいちゃんが手にもつモノ
④男の子のマフラー ⑤転がるバケツの向き

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10日(火) 午前10時~午後2時 ご予約は0120-168-234まで。

2月14日(火) 午前10時~午後2時

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14日(土)・15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? 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

