

# 暮らしの広場

2023年  
2月号  
VOL.

地元の皆さんに支えられて  
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」

「バリアフリーを実証した義母」～備えあれば憂いなし～

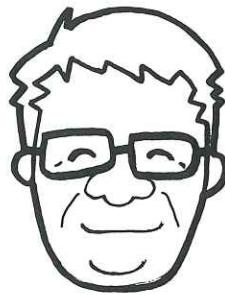
紀元節を境に春の日差しを感じますが、冬真っ盛りです。気温の変化(ヒートショック)に注意し、体調に気を付けてください。

先月義母の一周年が終わりました。髄膜炎発症ののち耳が遠くなり自立しての歩行が難しく車いす生活となりましたが、当時、老々介護でしたが義父が義母の介助をし、そのお陰もあり自宅で自立した生活が送っていました。義母は幸い両手で手すりを掴まえればトイレ移乗ができ、難聴でしたが自分の意志は発言できて都合の良い難聴でした(笑)。義父は軽乗用車に車イスを積み、義母と一緒にスーパー・マーケットへ買い物、季節ごとにドライブ散策とよく動いていました。お供だったパナソニックエイジフリーのアルミの車イス(現在=生産終了)は義母のお気に入りで、部品が無く壊れるまで使用しました。今思えば義父もきやしゃな体でしたので扱いやすかったと思います。

私は幸い30年前からバリアフリー・福祉を学んでいたので、義母が退院してすぐに自立した生活が送れるよう、駐車スペースから居間の掃出し窓を使って出入りができるように段差解消機とウッドデッキを設置しました。晩年、段差解消の操作も自分で行き上手に家の出入りも出来ていました。いつも午後に様子を見に行き、ウッドデッキから覗くと義父はソファーで義母は車イスで昼寝をしていました(ほのぼの)。

その後、義父が亡くなり、さすがに自分一人では自宅での生活は不安という事で、施設に入所しましたが、月に2日我が家に泊まりに来るのを楽しみにしていました。そんな中、2021年8月13日の大雨で入所施設が大浸水、急遽避難先の施設に転居、何も理解できないまま居住空間が変わり義母も動転したと思います。その後体調を崩しコロナ禍の為、窓越しでの面会が最期となりました。そんな義母から学んだことは「車イス生活でも排せつを自立して行えれば普通の生活が出来る」という事です。我が家の場合、義母が遊びに来られるよう義母の自宅のトイレと同じ場所に手すりを取り付け、車イスでも入りしやすいよう手洗いを移動しただけでした。我が家の事例が読者の皆様の参考となれば幸いです。

来月、弊社でバリアフリー相談会を行います。出来るだけ自分のお家で自立した生活が出来るような生活環境のご提案・ご相談を承りますので、是非ご来場ください。また、ご来場できない方は出前出張も致します。元気な時に転ばぬ先の杖を、そして衣・食・住、どのような状況でも動いて外出や社会貢献が出来ればいいですね。



## 目次

表紙・社長コメント	1 ページ	ウォンバット新聞	5 ページ
リファインな風景	2 ページ	I H クッキングレシピ	6 ページ
今月のご案内	3 ページ	今月のバリアフリー	7 ページ
ウォンバット新聞	4 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』



★ 空き部屋を畳から板張りに  
リフォームされたO様邸です。

【改修前】

畳も傷んでおり、空き部屋のままとなっていました。



【改修後】

畳から杉フローリング仕上げにし、併せて内装もクロスで仕上げました。



空き部屋になっている部屋を活用したいことと併せ、さがの木の補助事業を利用したいとご相談を頂きました。畳から板張りに変えたいというご希望もあり、床材には佐賀県産材杉フローリングを使用しました。佐賀県産材の杉フローリングを使用したことでのさがの木の補助事業を利用し、お得にリフォームする事が出来ました。床の改装に併せて、聚楽仕上げだった壁をクロス仕上げにリフォームしました。奥様が選ばれたクロスとお部屋との相性も良く、印象も大きく変わり明るいお部屋となりました。部屋への出入り口扉は自社職人お手製の無垢建具となっており、こちらに関しても、とても気に入っています。O様からは「見違えるほどにキレイになり、家族共々喜んでいます」とのお言葉を頂きました。佐賀県産木材を利用したリフォーム補助に関しては2023年度も実施が予定されていますので、興味がある方はぜひご相談ください。

O様、取材のご協力ありがとうございました!

# 今月のこ案内

もっと自分のために時間を使おう。  
ゆとり時間で心に潤いを。

最近、ちょっとした工夫や設備を取り入れて時間にゆとりをつくる「時産」が注目されています。  
毎日の家事を効率化して自分の時間を増やせば、毎日の充実感が変わりますよ。

トレンドキーワード

「時産」

家事を時短することで、新たにゆとり時間を使うみたして楽しむこと。

まるで温泉にいるような満足感!

ゆとり時間で、  
バスタイムを贅沢に。



潤いのバスタイムを叶える機能

大きなバブルでリゾート気分

勢いよく泡が噴き出す「リゾートバブル」。全身を包み込み、芯からボカボカに。



お家で全身しつとり体験

「オイルヴェール酸素美泡湯」なら、酸素を含んだミクロの泡とオイルで潤いケアOK。



エステ気分で肌まですつきり

空気の泡を含んだ「エステケアシャワー」は優しい肌あたりで、皮脂汚れを流します。



心とける幻想的な空間に

「水盤LED照明」が水面を優しく照らし、天井に反射した水紋が美しくゆらめきます。



例えば

時間を産み出す工夫は、さまざま。できることから始めてみませんか?

サービスを使う

ネットスーパー／食材配達サービス  
パソコンやスマホから注文でき、買い物の手間と負担を減らせます。

ミールキット  
新鮮な食材とレシピがセットに。  
献立を考える手間が省けます。



家電・設備を使う

調理家電／IH クッキングヒーター  
食材と調味料を入れれば、自動で料理を仕上げてくれます。

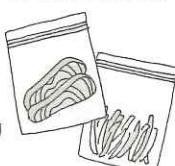
食器洗い乾燥機  
セットしてスタートするだけで、しっかり洗い上げて乾燥まで!



家事テクを使う

フライパン用ホイルシート  
油を引かずに焼けて、後片付けがラク。仕切りとして使えば、同時調理もできます。

下味冷凍  
下味がついているから、すぐ調理OK!  
そのまま冷凍するより長持ちも。



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。

1月の「新春初売りフェア」には多くの方にご来場頂き、誠にありがとうございました。この場を借りて改めて御礼申し上げます。

さて、食料品や日用品など各方面で値上げの波が来ています。私たちのこの住宅業界でも続いているおり、キッチン、お風呂、トイレなど設備機器が4月より値上げの予定となつております。値上げ前の駆け込みで3月は工事が集中する可能性がありますので、早めのご相談をお願い致します。またリフォーム補助金の「工事じどもすまい支援事業」もスタートしております。お得にリフォームできるチャンスですので、気になる方は是非ご相談ください。



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~

ドーナツなのに、ヘルシー?

「ラミ・ドゥ・バニュ」の「バニーユーリング」



小麦粉の代わりに米粉、バターの代わりにゴマ油を使用し、油で揚げずに焼いて作る、グルテンフリー・タイプ。優しい甘さなので、子供からお年寄りまで幅広い世代の方にも喜ばれると思います。

## 癒しのひととき



自分に合った癒しの方法を見つけて、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『飲み物』です。

### ● リラックス効果の高い紅茶を飲んでみる

少し疲れたと感じた時には紅茶を飲むことで癒しを感じることができます。紅茶にはテアニンというリラックス効果があるアミノ酸が含まれているのでリフレッシュしたい時にはおすすめの飲み物です。その他にもダイエット効果や美容に必要なミネラルやビタミン補給もできて女性に嬉しい効果も期待できますよ。紅茶の中でも①ダージリン②キーマン③アールグレイ④ウバ⑤ニルギリがリラックス効果が高いと言われています。

## 新たな手口「ポップアップ詐欺」に注意！(趣味-教養)

ウォンバット君の

ホッと コラム



最近は、メールによるフィッシング詐欺とは別の「ポップアップ詐欺」が増えています。

これは、スマホなどでサイトを見ていると偽のポップアップ・ウインドウが開き、「ウイルスに感染しました」「空き容量がありません」「〇〇を有効にしてください」とウソの情報を発し、表示したボタンを押させることで有害ソフトをインストールさせるものです。

最近では、ネットバンキングの画面上に、正規サイトそっくりのポップアップ画面が開き、IDや暗証番号、秘密の質問の回答を入力させる事例もみられ、総務省からも注意が促されています。

突然開くポップアップ画面から個人情報の入力を求められた場合は要注意！うっかり入力しないようにしましょう。



## ？ ? «Quiz» クイズでリフレッシュ！

### \*人気順に並べ替えクイズ\*



下のイラストは様々な種類のチョコレート。  
これを1~5の種類順に並び替えてみましょう。 ヒント：イラストの形や説明文にも！

Ⓐ ルビー



Ⓓ ロシェ



Ⓒ クーベルチュール



Ⓔ オランジエット



Ⓐ ルビー

チョコ①  
薄くのばしたチョコに、ナッツやドライフルーツなどが可愛く乗っています。

チョコ②  
砂糖漬けのオレンジピールにチョコをかけ、甘味・酸味・苦みある大人の味に。

チョコ③  
フランス語で「岩」を意味するチョコ。ナッツをまい、見た目もゴツゴツ！

チョコ④  
溶かして焼き菓子を覆ったり、飾ったりするためのチョコ。カカオが多めで香ばしい味わい。

チョコ⑤  
ミルク、ビター、ホワイトに続く第4のチョコ。カカオ由来のピンク色で、最近日本に上陸。

※答えはP.7にあります

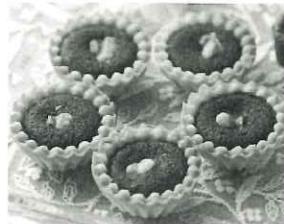
# ウォンバット君のIH簡単おいしいレシピ



## プチアーモンドショコラタルト

### ■ 材料／12個分

- ・タルトレット（直径5cm）（市販のタルトカップ） 12個
  - ・無塩バター（室温に戻す）40g ・砂糖 35g
  - ・卵（室温に戻す）1個 ・くるみ 35g
- 《A：・アーモンドパウダー 35g ・ココアパウダー 10g》  
《シロップ：混ぜ合わせておく ・水 小さじ1 ・砂糖 小さじ1 ・ラム酒 小さじ1》



### ■ 作り方

- ① グリル皿にアルミ箔またはオーブンシートを敷き、クルミを並べ、グリルメニューで140℃に合わせ、約15分焼く。
- ② トッピング用に6～7粒残し、それ以外を細かく刻む。
- ③ ボウルにバターを入れ、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜたら、砂糖を2～3回に分けて加え、白っぽくなるまで混ぜる。
- ④ ③に溶き卵を少しづつ加え、混ぜる。
- ⑤ ④にふるったAを加え、ゴムべらで混ぜる。さらに刻んだくるみを加えて混ぜ、生地が落ち着くまで冷蔵庫で冷やす。
- ⑥ ⑤を絞り袋に入れ、タルトカップに絞り入れる。表面を平らにし、トッピング用のくるみを適度な大きさに切って飾る。
- ⑦ グリル皿に⑥を並べる。180℃に合わせ、7～10分焼く。
- ⑧ 焼き上がったら、熱いうちにシロップを上から塗る。

## ごはんのお焼き

### ■ 材料／8枚分

- ・ごはん 200g ・ごま油 適量
- 《A：・卵 1個 ・さけフレーク 大さじ2  
・青のり（または黒ゴマ） 大さじ1 ・薄口しょうゆ 大さじ1》



### ■ 作り方

- ① ボウルにAを入れて混ぜ合わせ、粗熱を取ったごはんを加えてむらなく混ぜ合わせる。
- ②（焼き物）メニューで180℃に合わせ、フライパンを予熱する。
- ③ 予熱表示が消えたらごま油をひき、①をスプーンですくって入れ、丸く形づくり4～5分焼く。  
裏返し、さらに4～5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ってきます。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

佐賀県の『ふるさと木材利用拡大推進事業』で、現在おすすめしている「ウッドデッキ」も補助金の対象となりました。

50万円以上のリフォーム工事で、20 平方メートル以上木材が見えるようにすれば20万円の補助金があります。こちらの補助金は2023年度も実施が予定されていますので、計画は今がチャンスです。是非これを機会に洗濯物を室内から安全に干すスペースとしてや、その他ご家族の共有スペースとして「ウッドデッキ」の設置を検討されてみてはいかがでしょうか。



## ～編集後記～

♪昨年、愛犬のコーギーの「コッシー」が亡くなり寂しくなりましたが、新春に生後4か月の豆柴犬「お豆」が新たな家族となりました。孫たちが正月休みを終え、シンガポールに帰り静かになった我が家ですが、今は「お豆」中心、お世話で「あたふた」しています。 by ダイエット中の地球防衛隊員

♪2月10~11日に伊勢神社で行われる伊勢大祭に地区小神として出席します。昨年も見習いとして参加しましたが、当代ということもありドキドキしています。 by ぐつさん

♪先月に引き続き今年の目標の追加です！今まで斜め読みしていた新聞、(実際飛ばしが多かったです笑)をちゃんと読むことです。佐賀の欄ももちろん。(時事に少し強くなりたいな。と関心を！ フムフム) by blooming moon

♪佐賀駅北・南口がキレイに整備され、色々な催しが開催されるようになり楽しみが増えだした今日この頃です。今後も更に賑わいを見せてくれることでしょうね。 by ぺこり

♪今年の目標に健康第一を掲げていたのにもかかわらず、年明け早々に体調を崩し、寝込んでしまいました(>\_<)まだまだ寒い日が続きますので、皆様もどうかお身体にはお気を付けください。。。 by sakky

P.5の答え…チョコ①→B.マンディアン  
チョコ④→C.クーベルチュール

チョコ②→E.オランジェット  
チョコ⑤→A.ルビー

