

地元の皆さまに支えられて  
リフォーム一筋 34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 会長のコメント」

春が来た

ダム湖や掘割の水辺で鯉やフナたちが「さぎって」（繁殖期になり受精すること）います。今年の桜の開花予想、佐賀は3月21日頃だそうで、よく見ると芽吹き始めています。本社は佐賀大学の隣に位置しているので、この時季は新入生の下宿選びや引越しが始まり、初々しさとウキウキ感も伝わってきます。

実はこの春、私もウキウキしています。それは先月号でもご紹介しました、佐賀大学医学部福祉健康科学部門の前准教授、松尾清美先生の研究室が、弊社のショールームの2階へ移転してこられるからです。思えば30年前、私が独学で福祉やバリアフリーの勉強をしていた頃、佐賀医科大学にはまだ福祉健康科学部門はありませんでした。そんなある日、車いすが沢山置いてある佐賀医科大学研究室の夢をみました。その後、友人を通して当時杖歩行をされていた佐賀医科大学の齊場前教授と知り合い、齊場前教授が福岡の脊損センターから松尾先生を准教授として招へいされました。松尾先生は宮崎大学時代に交通事故で脊椎を痛められ車イス生活になりましたが、建築士の資格を取得され、これまで2000件以上住環境の設計をされています。先生は、「住宅は身体を休め、朝、目覚めて生活動作や趣味・仕事などを行うための活力を感じて活動が始まる器です。低下した身体機能でも福祉用具と住環境の設計施工であれば自立生活ができます。移動・移乗を考えながら旅行や娯楽も楽しみましょう」と、まず「自立（律）支援」を検討されます。私たちもバリアフリー住宅（雨の日でも車イスで濡れずにお家に入出りできることなど）をご提案しています。先生と一緒に県民の皆様のお役に立つ仕事ができることを楽しみにしています。

弊社は平成2年にショールームを造りましたが、将来2階を活用するにはエレベーターが必要になると推測し、エレベーターのピットを準備していました。今回34年目にして想いが叶い、外部から直接乗り入れができる設計で、ホームエレベーターの設置を計画しています。これからホームエレベーターの体験もショールームで出来る予定です。正式にリニューアルが完了しましたら、また改めてご紹介いたします。



## 目次

表紙・会長コメント	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
リフォームQ&A	7 ページ
やさしいおうちの体験館ご案内	8 ページ



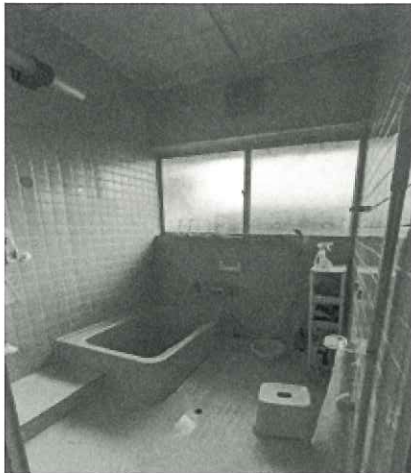
# リファインな「佐賀おうちの風景」



★浴室改修をされましたE様邸です。

## 【改修前】

壁や床がタイル貼りの為、冬場は冷たく寒かった浴室。



サイズが大きく出入り口から飛び出した洗面台。



## 【改修後】

ユニットバスになり、寒さが軽減されました。



薄型の洗面台に取替え、通路が広くとれるようになりました。



「築 50 年の家の浴室改修を検討している」、とのご相談をいただきました。これまでは、寒さや入りづらさも少々我慢すればいいと思われていたようですが、ご家族が骨折で入院されたことをきっかけに、「退院後も自宅で安全に入浴させてあげたい」と改修工事を決心されました。今回の浴室リフォームでは、日ごろのお掃除のしやすさも重視してパナソニックのユニットバス“ビバス”を選ばれました。汚れが付きにくく落ちやすいので、掃除しやすく、ひざや腰への負担も軽減できます。浴室内の段差も解消され、安全に入浴することができるようになりました。また、浴室改修に合わせて洗面台も取替えました。E様より「今まで浴槽からの出入りが大変でしたが、跨ぐのが非常に楽になりました。以前のような寒さも感じなくなり、工事をしてよかったです」とお言葉をいただきました。今回は補助金を活用してお得にリフォームされました。お風呂の寒さや入りづらさを感じられている方、ぜひお気軽にご相談ください。

E様、取材のご協力ありがとうございました!

# 今月のご案内

昨年大好評のキャンペーン、今年も継続！

## 「住宅省エネ2024キャンペーン」スタート！

### ◆子育てエコホーム支援事業

リフォームは全世帯対象！

《対象となるリフォーム工事》

対象のリフォーム工事で **補助金最大 20万円！**

A	①開口部の断熱改修(内窓設置・ドア交換 など) ②外壁・屋根・天井又は床の断熱改修 ③エコ住宅設備の設置(節水型トイレ・高効率給湯器 など)	①～③いずれかの工事が含まれていることが必須	①～⑧の工事に応じて補助額を設定 補助額が合計5万円以上で補助対象
	B		

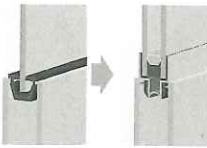

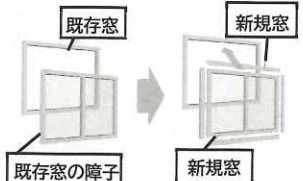
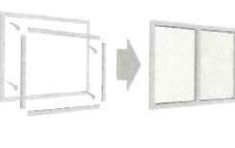
### ◆先進的窓リノベ2024事業

窓の高断熱化リフォームで

**補助金最大200万円！**

窓断熱と同時に行う  
高断熱玄関ドアの  
改修も対象！

《窓断熱改修の例》

ガラス交換	内窓設置	外窓交換(カバー工法)	外窓交換(はつり工法)
既存窓のガラスのみを取り外し、既存枠をそのまま利用して複層ガラス等に交換するもの	既存窓の内側に新たに窓を新設するもの	古いサッシの枠に重ねて新たなサッシを取り付けるもの	古いサッシを枠ごと取外し、新しい断熱窓を取り付けるもの
			

### ◆給湯省エネ2024事業

一定の性能を満たす高効率給湯器の設置で

**補助金最大 20万円！**

《対象となる給湯機》※機能・性能で補助額が変わります

- ① ヒートポンプ給湯機(エコキュート)
- ② 電気ヒートポンプ・ガス瞬間式併用型給湯機(ハイブリッド給湯機)
- ③ 家庭用燃料電池(エネファーム)

①～③の導入と併せて④～⑤の撤去工事をした場合にも補助があります ④蓄熱暖房機 ⑤電気温水器

受付期間…令和6年3月中下旬～予算上限に達するまで(遅くとも令和6年12月31日まで)

※令和5年11月2日以降に工事に着手し、申請した方が対象です

期間中でも予算上限に達し次第終了いたします。まずはお気軽にご相談ください。



## ミネラル、足りてますか。

タンパク質、糖質、脂質、ビタミンとともに、生きる上で欠かせない5大栄養素の一つが「ミネラル」

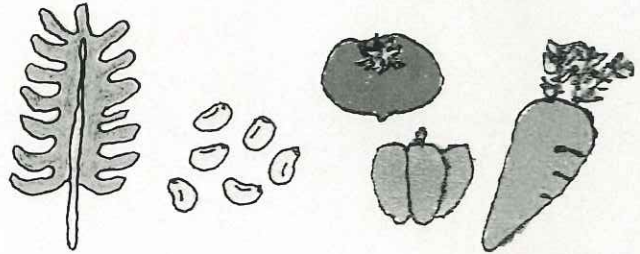
### ミネラルの役割

- ・骨、歯、血液など人体の材料になる
- ・新陳代謝やエネルギー代謝を促す
- ・筋肉や神経の働きを良くする

## 鉄

役割：体内の組織や細胞に酸素を運ぶ「赤血球」を作る成分として欠かせない。

おすすめ：海藻、豆類、緑黄色野菜。



## 店長の訪問日記

店長の山口です。

今月より新築・リフォームの補助事業「住宅省エネ2024キャンペーン」の申請がいよいよスタートします。昨年と同様に、住宅設備を省エネ化するリフォームや窓の断熱化、高性能の給湯器を設置などで補助の対象となります。特に窓や給湯器の改修に対しては大きな補助金となっており、弊社でもすでに対象となる工事を行っております。昨年は特に窓のリフォームのご依頼が多かったのですが、改修をして非常によかったとお声をいただき、今回追加でリフォームされるという方も多くいらっしゃいます。リフォームをお考えの方には大変お得な事業となっておりますので、ぜひお早めにご相談ください。

## 365日という本

「へえ、きょうはそんな日！」  
知らなかったことが多々あり、  
朝読めば、その日の雑談の  
ネタとしても重宝。また1日1日、いろんな  
人の言葉やエピソードに触れて、元氣や勇氣を  
もらえることでは価値あります。



『365日 なつとう 納豆 ナットウの本』

読売連合広告社

結構強引なものや、かぶっているようなものもありますがそれでもこれだけそろえたのは素晴らしいと思います。

朝の納豆や夜やデザート、セレブ風など色々あるので（笑）納豆好きの方は、一読すれば参考になるところが多いのでは

365日  
なつとう  
納豆  
ナットウ  
の本



WE LOVE  
FERMENTED  
SOY BEANS  
This book is introducing the new world of  
"FERMENTED SOYBEANS" to you.  
We wish you to enjoy making the delicious  
and original "FERMENTED SOYBEANS"  
with your own hands.

## 略語の「タイパ」「スペパ」って何？（趣味-教養）

ウォンバット君の  
ホッとコラム



「コスパ(=コストパフォーマンス)」と同様、近年になって若者を中心に使われ始めた略語です。

### ●タイパ(=タイムパフォーマンス)

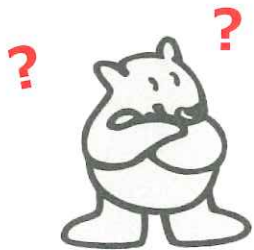
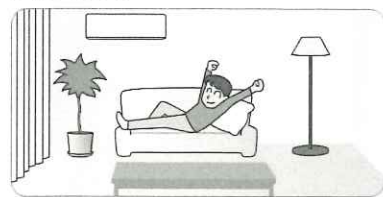
一定時間で高い満足や効果が得られること。例えば、短時間で調理できるカップ麺や冷凍食品などを「タイパ飯(めし)」などと呼びます。

また、ネットの調べもので利用する「まとめサイトの閲覧」や、動画の「倍速試聴」、音楽を「サビだけ聴く」といった生活行動にも「タイパが良い」などと使われます。

### ●スペパ(=スペースパフォーマンス)

空間を効果的に使える、多機能で収納性の高い家具や家電、モノや生活スタイルに対して使われます。

例えば、潰しやすい「ペットボトル」、「小型文具」、「壁面収納」、部屋に必要な最小限のモノしか置かない「ミニマムな暮らし」などが挙げられます。

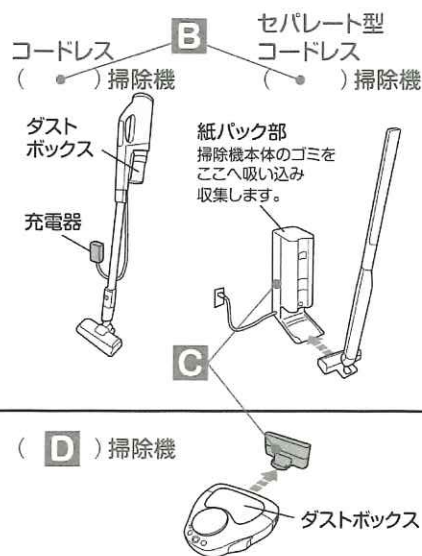
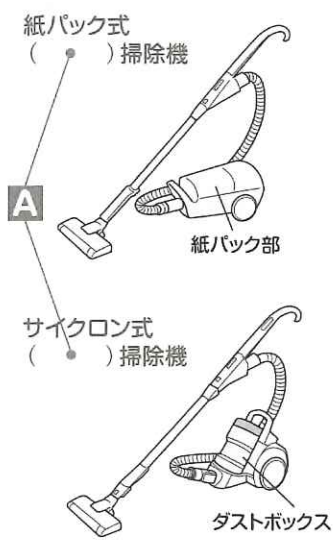


## 《Quiz》クイズでリフレッシュ！

**\* 正しく名前を当てはめよう \***

下は、掃除機のタイプや付属品などを示したイラストです。

それぞれA~Dに入る名前がわかりますか？ヒント：右の①~④がそれぞれ入ります！



### ① スティック

形状が細いことからこの名前に。部屋に置きやすいデザインで、サッと取り出せるのが魅力。

### ② ロボット

自動で掃除してくれる人気タイプ。各種センサーを搭載し、ハウスダストもしっかりお掃除！

### ③ キャニスター

本来は「ふた付き容器」の意味。吸引力に優れ、長時間使用できるのが最大の強み。

### ④ 充電台 (ホーム・ドック)

掃除機の基地のような役割。充電のためにここへ立てたり、掃除機が自分でここへ戻るタイプも！

※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



## ちくわとキャベツの和風パスタ

### ■ 材料 / 4人分

- ・パスタ(1.6mm・半分に折る) 360g
- ・ちくわ(斜め輪切り) 4本
- ・キャベツ(一口大) 80g
- ・桜えび 20g
- ・万能ねぎ(斜め薄切り) 20g
- ・麵つゆ(2倍濃縮) 100mL
- ・水 1000mL
- ・ごま油 大さじ2
- ・塩 4g



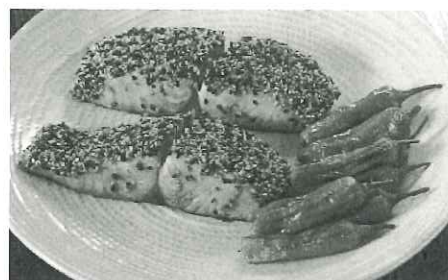
### ■ 作り方

- ① フライパンに麵つゆ、水、ごま油を入れて  
【加熱】メニューで火力[9]に合わせて煮立てる。
- ② パスタを加え30秒ほぐした後、ふたをし、火力[3]で5分煮る。
- ③ パスタがやわらかくなったら菜ばしでほぐし、桜えび、ちくわ、キャベツ、万能ねぎを加える。
- ④ 混ぜながら水分を飛ばすように火力[6]で4～6分煮る。
- ⑤ 水分がほとんどなくなったら塩で味を調える。

## さわらのごま焼き

### ■ 材料 / 4人分

- ・さわら(1切れ約120g) 4切れ
- ・サラダ油 適量
- <A>(混ぜ合わせる)
- ・しょうゆ 大さじ2
- ・酒 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1/2
- ・みりん 大さじ1/2
- <B>
- ・白ごま 大さじ2
- ・黒ごま 大さじ1



### ■ 作り方

- ① さわらを<A>につける。(片面約15分ずつ)
- ② <B>を混ぜて、さわらの身の方に付ける。
- ③ 【焼き物】メニューで【200】℃に合わせ、フライパンを予熱する。
- ④ 「予熱」表示が消えたらサラダ油を引き、②を並べる。(ごまの付いた面が下になるように)  
※ フッ素加工のフライパンでは、サラダ油を引かなくてもよいでしょう。
- ⑤ ふたをして4～6分焼き、裏返してさらに4～6分焼く。

※さわらの代わりに、さば、さごしでもおいしく召し上がれます。

※ 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。)

# <リフォームQ&A>

リフォームについて多くの方が持たれる基本的なQ&Aをご紹介します。  
ぜひ今後の参考になさってください。

**Q：トイレのリフォームはどれぐらいの日数がかかるの？**

**A：トイレ本体の取り替えの場合、半日から1日程度で可能です。**  
位置を大きく変えたり、手洗いを新設する場合に、内装工事などを伴うと工事日数が増えることも考えられます。

**Q：トイレの嫌な臭いを解消したいけど、壁紙や床も一緒に交換できるの？**

**A：可能です。**  
トイレの嫌な臭いは、壁や床に染み付いたものである場合があります。  
壁紙や床を一緒に交換することで、快適な空間に生まれ変わることができます。

**Q：トイレの交換タイミングはいつ？**

**A：およそ20年を目安に交換するとよいと言われています。**  
陶器製の便器はヒビ割れなどしない限りは100年以上使用可能ですが、タンク内に使用されている部品やパッキン、配管などが10年～20年ほどで寿命がきます。水まわりのメンテナンスに合わせて、トイレを最新型やライフスタイルにあったものに変更することをおすすめします。



## ～ 編集後記 ～

♪あちこちのお宅の玄関に介護保険(?)での手すり設置が増えてきました。まだ寒く、手すりも冷たいですけど姿勢保持・転倒防止のためにもしっかりと捕まえて活用してください。

by ダイエット中の地球防衛隊員

♪長男が今月卒園となり、来月から小学校へ入学します。幼稚園に入園してからあつという間の3年間だったとしみじみとしました。

by ぐっさん

♪娘も来月からいよいよ保育園デビューです♪お友達と仲良くできるか心配ですが伸び伸び育てね。

by えが

♪昨年末にすっきりと剪定してもらった「枇杷の木」からもう新芽が出始めています。3年もたてばまた立派な枇杷の実がなることでしょう。植物の力を改めて実感しています。

by ペこり

♪ずっと気になっていたキッチン用品「みじん切り器」をついにゲット。餃子作りがはかどる!使うのが楽しくて“超みじん切り”になってしまうこともあります(笑)買ってよかったです!

by sakky

♪ダイエットしたいのですが、食べたいという欲望がとまりません。会社の皆さんにお菓子をいただいています。とてもおいしいです。ありがとうございます。

by さやえんどう



# 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

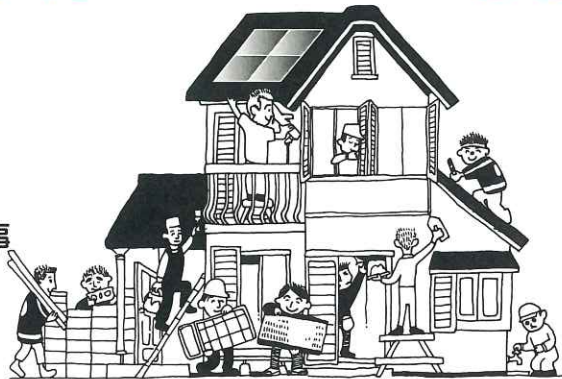
■ 営業時間…9:00～18:00 ■ 店休日…お盆・正月

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4,000円が必要です。エプロンをご持参下さい。

3月12日(火) 午前10時～午後2時 ご予約は0120-168-234まで。

4月 9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設備機器ショールームに展示中！

★3月16日(土)・17日(日) リフォーム相談会 リファイン佐賀ショールームにて

### 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						

【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】



### ＜ポストイングレディ募集＞

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-4)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。

