

**地元の皆さまに支えられて
リフォーム一筋 35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」



「元気で長生きは社会貢献、家庭内事故防止キャンペーン期間です」

11月になってようやく暑さがやわらぎ、“秋が来たぞ”と金木犀が香りだしました。続いてコスモス、菊など短日草秋の草花たちが咲き、目を楽しませてくれています。今月は久留米市草野地区から浮羽地区の散策を楽しみませんか。梨から柿へと晩秋の味覚も楽しめます。

さて、10月に弊社ショールーム2階に「福祉住環境支援センター」を開設しました。私も含めてですが、将来加齢とともに自宅での自立した生活が心配な方、例えば病気で手術され車椅子で自宅療養しなければならなくなった時に、トイレは？入浴は？食事は？外出して買い物は？等、今できていることができなくなったら、と不安を抱えている方がいらっしゃいましたら是非こちらへご相談下さい。私も40年近くバリアフリー建築に携わり、多くの事例に対処してきました。身内の話になりますが、義母が脊椎損傷で入院し、退院後に車椅子でも楽に入れるようスロープを設置し、段差解消機を用意してウッドデッキから居間に入れるよう改修すると、義父が93歳まで義母の介護をしながら生活ができました。退院してからだと新しい福祉生活環境をプランするのは遅すぎます。なので、もし車椅子生活になっても不安にならないように、ベッドやトイレへの移乗・入浴方法を事前に知り、必要最小限の住宅改修を元気な時に行っておくことが「転ばぬ先の杖」として必要になってきます。それ以前に、家庭内事故防止としてもズボンやパンツ・靴下などは椅子に腰かけて脱着する、バランスを崩して倒れそうになった時に掴まる手すりを設置しておく、2階への昇降は手すりに掴まり足元を確認しながら上り下りする、つま先が引っかかるような小さな段差は解消しておく、冬の寒い浴室・脱衣室は暖かくする、居室は熱が逃げないように暖かくする、など心がけておく事が大切ですね。元気で長生きは医療費の減額など、いろいろなことにおいて社会貢献につながります。そのためにも自分自身の健康に気を付け、福祉住環境の知識をつけて少しでも不安を解消しましょう。「転ばぬ先の杖」＝「福祉住環境支援センター」です。お気軽にご相談ください。

気が付けば2024年も幕を閉じようとしています。コロナはずいぶん落ち着きましたが今年もいろいろなことがありましたね。その中でこの「暮らしの広場」を毎月お手にとりいただき心より感謝いたします。来年も皆さまにとって実り多き年となりますようお祈り申し上げます。



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
福祉住環境支援センター便り	7ページ
やさしいおうちの体験館ご案内	8ページ

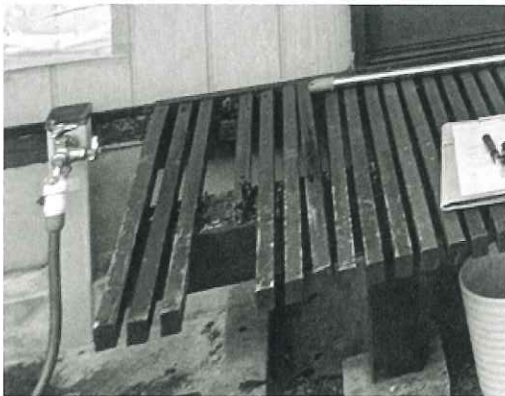
リファインな「佐賀おうちの風景」



★ 濡れ縁改修、浴室換気扇の
取替えをされましたS様邸です。

【改修前】

塗装が剥がれ、木の部分が痛んでいました。



【改修後】

耐久性が高い人工木のデッキ材になり、メンテナンスもラクになりました。



浴室換気扇が古くなり、動かなくなっていました。



以前の換気扇より薄型になり、動作音が小さくなりました。



「濡れ縁が痛んでいるので取り替えたい」とご相談をいただきました。現地を確認してみると、塗装が剥がれ、木部が痛んで外れてしまっているところもありました。木でつくられた濡れ縁などは足触りはいいですが、数年おきの塗装が必要なので今後のメンテナンスを考え、塗装が不要な人工木のデッキ材に取り替えることをご提案させていただきました。また、「浴室換気扇が動かなくなってしまったので取り替えたい」とのことでしたので、こちらの取替もさせていただきました。S様より「濡れ縁が安心して使えるようになりました。大きさを小さくしたことで、外水栓が使いやすくなり、倉庫からの物の出し入れもしやすくなりました」とお言葉を頂きました。毎日使うところだからこそ、使いやすくなりたいものですね。

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

12月3日は妻の日

「キッチン効率化」
を考える

作業がパツとはかどるポイントとは？ 夫婦で使いやすいキッチン

夫婦のどちらも働く今、キッチン仕事も2人で力をあわせて行いたいものですね。
ご主人だって自信を持って料理ができるよう、夫婦が使いやすいキッチンをつくりましょう！

＼使い勝手がいいと、キッチン仕事はもっと楽しくなる！／

Point1

男性でも使いやすい
高さ・広さを意識。

窮屈だと作業しにくく、キッチン
に立つことが億劫に。2人の体格
を意識したサイズを選びましょう。

Point2

どこに何があるか
分かりやすい収納に。

調理器具を探すのは、ストレスの
もと。ひと目でわかるよう収納で
きると、片付けも迷わずラクに。

Point3

調理器具は
2人で選んだものを。

夫婦2人が使いやすい器具を選び
ましょう。作業しやすくなり、器具
への愛着からやる気もアップ！



Point4

設備や収納の配置は
動線を考えて。

冷蔵庫・シンク・加熱機器の動
線のムダを減らせれば、料理は
もっと楽しく快適に！

Point5

調理家電を
積極的に取り入れよう。

自動調理を使えば、メニューの
幅を広げられます。面倒に感じる
気持ちを減らすことも。

Point6

お手入れしやすい
素材を選ぶ。

分担は、料理だけでなく後片付け
も！サッと拭くだけで済むなど、
汚れに強い素材を選びましょう。

設備の力で、料理をもっと気楽に。



サイズをミリ単位で調整できる
「Lクラスキッチン」。体格や好み
にぴったり合わせられます。



「スタンドイン収納」なら大きく
開いて、一目瞭然。取り出しも、
立ったままラクにできます。



「凍ったままIHグリル」で、解凍
の手間を不要に。専用プログラム
で、自動でおいしく焼き上げます。



面倒な洗ひ物は、食洗機に
お任せ。自動で、手洗い以上に
キレイに洗ひ上げます。

お住まいに関するご相談はお気軽にリファイン佐賀へ！

<リフォームQ&A>

Q: シンフォニーライティング（二室多灯）ってどういうこと？

A: 必要な照明を効果的に組み合わせることで快適な空間を実現することを行います。

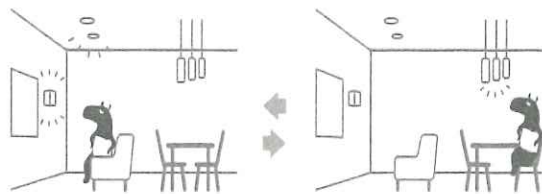
ポイント①
複数の照明を組み合わせること

床だけじゃなく、壁を照らすことで明るさ感を高められます。
また、照明を1カ所だけではなく、ほどよく分散させることで、くつろぎ感も深まります。



ポイント②
暮らしに合わせて照明を

照明を必要なきに必要なぶんだけ点けることで、暮らしにぴったりの雰囲気がつくれます。
上手に切り替えれば、節電にもなります。



店長の訪問日記

店長の山口です。

今年も「暮らしの広場」をご愛読頂きましてありがとうございます。来年も皆様のお役立ちが出来るようスタッフ一同努めてまいりますので、どうぞよろしく願っています。

最近物騒な事件が多く、その影響で防犯対策工事のご相談を多くいただきます。ただ全国的にこのような要望が多くなっており、一部メーカーでサッシの面格子取付の依頼が殺到し、商品の納期にかなりの時間がかかっております。弊社としても出来るだけ早く対応できるように色々なメーカー様と交渉を行っておりますが、以前よりも時間がかかるようになっておりますので、早めのご相談をお願いいたします。

『山野草を楽しむ』

山や野原など自然の中で自生する「山野草」。季節ごとに咲く山野草には自然な美しさがあり清楚で可憐な花姿がとても素敵です。園芸種としても流通しているものもたくさんあるので、自宅で楽しんでみられてはいかがですか。

《カタクリ(片栗)》

原産地: 日本・中国・朝鮮半島
花の色: 白・ピンク・黄・紫
開花期間: 4月
耐寒性: 普通 耐暑性: 弱

カタクリは早春の落葉樹林を飾る植物として季節の話題にのぼる球根植物です。主に低山から山地の落葉樹林、ときに亜高山帯の雪が遅くまで残るくぼ地などに生えます。根が片栗粉の原料となることで知られています。日差しが直接当たらない場所で育てます。



今ある寝具で暖かく寝る方法 (解決! 知恵袋)

ウォンバット君の

ホッと

コラム



寒い夜は何枚も布団を重ねてしまい、寝苦しかったりしませんか。今回はより暖かく寝る方法をご紹介します。

一般的に「中綿の掛け布団」は毛布の上に重ねますが、「羽毛布団」は直接体に触れるように使うのがおすすめです。羽毛は体温を吸って暖まると、その後は効率よく暖かさを保ってくれます。

寒いときは毛布を一番上に掛けるとよいでしょう。また、熱は下から逃げるので、体の下に毛布を敷くのも GOOD!

掛け布団は羽毛・中綿などに限らず、空気を含むと保温効果が高まります。ですので、普段からこまめに干して湿気を飛ばしておくのがポイント。

また、寝る直前に布団をパタパタ振って、掛け布団をふんわりさせると、空気を含んで暖かさがアップするそうです。



? <<Quiz>>クイズでリフレッシュ!



* 読めそうで読めない漢字 *

下は、お節料理を表す漢字ですが、何と読むか分かりますか？
下のお重の中に、全部入っています!

① 伊達巻	② 鮑	③ 菊花蕪
④ たたき牛蒡	⑤ 紅白脛	⑥ 金団



※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



白菜の茶巾煮

■ 材料 / 4人分

・油揚げ 4枚 ・白菜 3～4枚 ・だし汁 400mL

<A>

・鶏ひき肉 200g ・白菜(みじん切り) 100g

・長ねぎ(みじん切り) 20g ・しょうが汁 小さじ1

・薄口しょうゆ 小さじ1/2 ・塩 小さじ1/3

・薄口しょうゆ 大さじ2 ・みりん 大さじ1 ・酒 大さじ1



■ 作り方

① 油揚げは半分に切り、切り口から広げて袋状にする。熱湯をかけてざるに上げ、粗熱が取れたら水を絞る。

② 白菜(3～4枚)は食べやすい大きさに切る。

③ ボウルに<A>を入れよく混ぜる。8等分に丸め①の油揚げの中に詰め、口の部分を爪楊枝で留め茶巾にする。

④ 取っ手が取れるフライパンにだし汁と、③の茶巾、②の白菜を入れアルミホイルで落とし蓋をする。

⑤ グリル皿を外し、フライパンをグリル庫内中央に入れ、取っ手を取り外す。

グリル(オープン)メニューで【120】℃に合わせ、20～25分加熱する。

⑥ 器に茶巾と白菜を盛る。

●直径22cmの取っ手の取れるフライパン使用

餃子の皮で揚げチョコパイ

■ 材料 / 10個

・餃子の皮 20枚 ・板チョコレート 1/2枚(20g)

・水 適量 ・揚げ油(サラダ油) 適量

・砂糖 適量 ・ココア 適量

■ 作り方

① 餃子の皮は、ハート型にくり抜く。くり抜いた周りの皮もとっておく。

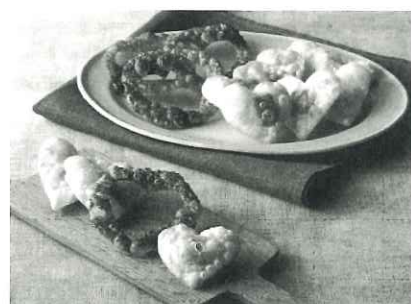
② チョコレートは10等分(約2g)ずつに分けておく。

③ 餃子の皮(ハート形)の真ん中にチョコレートを置き、周りに水を塗ってもう1枚の皮をのせ、周りをしっかりととめる。

④ 鍋に揚げ油をいれ、【揚げ物】メニューで【170】℃に合わせ、予熱する。

⑤ 「予熱」表示が消えたら③を入れ、皮がきつね色になったら取り出す。

⑥ くり抜いた周りの皮も揚げ、砂糖とココアをまぶす。



※ 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。)

福祉住環境支援センター便り

リファイン佐賀ショールーム2階に「福祉住環境支援センター」を開設いたしました。

それに伴い、今月より“センター便り”として、皆様へ色々な情報をお届けしたいと思います。

10月の「豊かな暮らし方」セミナーには多くのご来場をいただき誠にありがとうございました。今回は「高齢者となって身体機能が低下しても上手く生活する方法」として自分に合う車椅子の選び方、車椅子からベッド・トイレへの移乗が楽になる福祉用具（スライディングボード・スライディングシート）についてお伝えしました。これらの用具を使えば足が不自由になっても自分自身で排泄ができ、外出も気軽にできるなど、不安は払しょくされ、明るい未来が見えてきます。

現在も引き続き、転倒予防のための福祉用具の選定、車椅子対応のバリアフリー住宅改修のご相談を進行しています。当センターはいつでもオープンしていますのでお気軽にご相談下さい。



10月のセミナーの様子

福祉住環境支援センター TEL 0952-30-2112

～ 編集後記 ～

♪朝、散歩する道端に自動販売機があり、空のペットボトルや空き缶（この自販機にないもの）が、いつも道路に転げて落ちていました。その為かとうとう先々月、自販機は撤去されました。おかげでまわりのたばこの吸い殻もなくなりましたが、そこにあつて便利だと思うものであれば我々自身がルールやマナーを守っていく努力が必要ですね。 by 夏はパンツ1枚のおじいさん

♪今年も大変お世話になりました。来年も引き続き「皆様のお役に立てる会社」を目指して尽力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。 by ぐっさん

♪今年の夏が暑すぎて、鉢植えの草花が枯れてしまったので、今年中に土だけになってしまった鉢植えを片付けたいです(泣)。皆様よいお年をお迎えください。 by えが

♪来年の干支は私の干支。しかも年明けに〇曆!! よくここまで生きてきた!と現実にびっくりすると同時に、めでたい年になりそうでワクワク。まずは年末ジャンボに期待しよう(あ、欲は禁物ですね(笑)) 来年もよろしくお願いします。 by ペこり

♪今年も大掃除の時期がやってきました。もともとモノが多い我が家、今年、家の中の不用品をかなり処分しましたが、まだまだ頑張つて片付けるぞ!今年も1年ありがとうございました! by sakky

♪今年の春頃、南阿蘇の白蛇神社にて、本物の白蛇様に触ったり、お財布に乗ってもらったりして金運を高めていました。ご利益で年末宝くじ当たったりしないかなあ、なんて。。来年は、へび年だそうです。また白蛇様に会いにくいのもいいなと思つています。皆様良いお年を☆ 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…GW・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。

12月10日(火) 午前10時~午後2時

令和7年1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設備機器ショールームに展示中!

★12月1日(日)~28日(土)『冬の快適リフォームフェア』リファイン佐賀ショールームにて開催!

《年末年始休業のお知らせ:令和6年12月29日(日)~令和7年1月5日(日)まで》

12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。

