

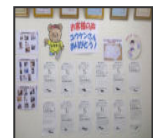


大切なお客様に毎月お届けします。 かしこい住宅リフォームの知恵より

リフォームの仕事をしておりますと、とても大きな喜びを感じることがあります。それはなんといっても、工事完了した時に、お客様のあるれるような笑顔が見られることです。その笑顔も裏切ることにはできない、その気持ちで私達は仕事を続けてきました。住まいに対して誠実な思いでリフォームを考えておられる素晴らしいお客様に支えられたからにはほかなりません。企業努力で、少しでもコストを安くすることはとても大切です。しかし、無理をしてまでコストを下げることによって、最終的にはかえってお客様に迷惑をかける可能性が出てきてしまいます。このこともお客様側が理解して頂けなければ、私達のようなやり方は続かなかつたでしょう。最近低価格を前面に出し、安かろう・悪かろうの工事業者が多くなりました。簡単で、ラクで、安ければOKという風潮が、リフォーム業だけでなくこの世界にも蔓延してしまっている気がします。しかし、私達人間に絶対に欠かさない衣食住、とくに食事と住まいだけは、決していい加減であってはならないと私は思うのです。残念ながらリフォーム業界には、黒に近いグレーな業者がたくさんいます。業者の選択は慎重にさせていただいて、どうか住む人々を守っている大切な住まいのリフォームを成功させて頂きたいと願っています。

住宅リフォームの達人。大手企業の業者会の会長
山鼻 忠氏

しあわせ掲示板 全国一のリフォーム会社に！



ユウケンさんのチラシを取っておき、何かあったときに、連絡しようと思っていた。父親がユウケンさんのチラシを含めて数社のチラシがあったが、金額だけを全面に出している会社は省きました。ユウケンさんのチラシで惹かれたことは、小さい字で書かれている公的団体加盟と資格です。私も仕事柄、多種多様な業種と取引していますが、これだけ、しっかりとした加盟と資格を持っている会社はどこにもないと思います。私も自宅が近ければ、ユウケンさんには是非頼みたかったです。ユウケンさんにはこれから今のような他社にはない信念とポリシーを持ち続けて下さい。必ず、全国一のリフォーム会社になると確信しております。ありがとうございました。

(札幌市東区N様邸)

お客様の声
customer voice

工事をさせて頂き誠にありがとうございました。
毎日届くお客様の喜びの声が
当社の何よりの財産です！

知って安心 屋根リフォームの基本

雨風や紫外線から家を守る屋根は、常に過酷な環境に置かれています。劣化が進みやい場所だけに、メンテナンスの重要性やメリットを改めて考えてみませんか？

屋根の劣化は雨漏りの原因に

夏には強い日差しや台風などの雨風、冬は寒さや雪にさらされる屋根。劣化しやすい場所なので、定期的なメンテナンスが欠かせません。劣化が進んで色あせやコケ、カビなどが発生すると、見た目の印象もダウン。さらに、ひび割れなどを放っておくと雨漏りの原因にもなります。雨漏りは建物の内部まで傷めるので、結果的に住まいそのものの寿命を縮めてしまいます。

塗装の目安は10年に1回

屋根の、メンテナンスの方法は、大きく2つあります。1つは『塗装』、もう一つは『屋根材を新しくすること』です。塗装の目安は、スレート屋根、金属屋根、で**10年に1回**。新しい塗料を塗ることで、紫外線や雨風から屋根を守ります。

葺き替えなら屋根が新築同様に

屋根材を新しくするには、『葺き替え』が必要です！葺替とは、古い屋根を撤去して新しい屋根材に取り替えること。下地から新しくなるので、新築同様新しくなるので、新築同様の屋根に生まれ変わるのが最大のメリットです。

※屋根は一般的に**30年**を目安に葺替は本格的なリフォームが必要とされています。住まいの条件に合った方法で検討してみましょう。



塗装 屋根に塗料を塗る



葺き替え 屋根を取り替える



内窓で外からの騒音を低減

外から聞こえる騒音のほとんどは、窓から侵入してきます。そのため、騒音対策には窓を見直すことが肝心です。おすすめの対策は、内窓をつけること。内窓とは、既存の窓の内側につける新しい窓のことで、二重窓とも呼びます。既存の窓と新設した内窓との間にできる空気の間が、音を伝わりにくくします。また、内窓には窓枠とサッシの隙間がほとんどないので、外から入ってくる騒音を低減できます。交通量の多い道路が近くても、内窓を付けると部屋の中はとても静かになります。騒音から解放されて、ゆっくりと過ごせます。



住まいの4コママンガ



住ごんまの工事をしています。住まいのユウケンは

- 外壁工事
- サイディング
- 屋根工事
- 雨漏り・すがもり
- スノーダクト
- 屋根改修
- 増改築工事
- 間取り変更
- 断熱・結露
- 耐震工事
- 浴室工事
- 台所工事
- トイレ工事
- 給湯ボイラー
- 配管工事
- 排水工事
- 塗装工事
- 窓サッシ取替
- 玄関ドア
- 玄関フード
- 内装工事
- 内部改修工事
- バリアフリー
- 左官タイル
- 建具工事
- エクステリア
- 断熱サンルーム
- 防水工事
- 舗装・土木
- 建具一式
- 網戸取替
- 営繕工事
- 門塀・土留
- 物置工事
- 他の工事

◎小さな工事・大きな工事まで工事を承っています！！

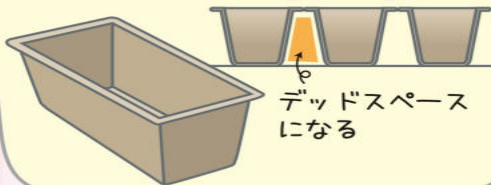


住まいの スッキリ!! “収納”術

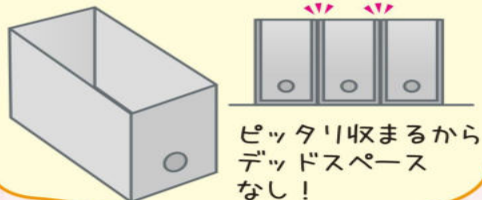


少しの
工夫で
おうちが
快適!

使いづらい形



使いやすい形



イラスト：福井典子

野村高子 Home&Family代表。整理収納アドバイザー。親・子の片づけマスターインストラクター。自宅を公開しての収納セミナーや、お客様のお宅へ伺ってのお片づけレッスンを実施。ホームオーガナイザー、ライフオーガナイザー2級。オフィシャルブログ：<http://ameblo.jp/nomunomuuk/>

片付けやすく、キレイがキープ “収納用品”の上手な選び方

収納用品を選ぶ際に、手近なもので済ませてしまいがちですが、実は何を選ぶかで使いやすさに大きな差が生まれます。ぜひ選び方のポイントを押さえて、ムダのない効率的な収納計画を!

【ポイント①】四角い形 四角く直角のものが、もっとも使いやすい形です。上から見ると四角くても、底がすばまっているものは、見た目よりも収納量が少なくなります。底まで四角い入れ物はデッドスペースを作ることもなく、スペースを有効に活用できます。

【ポイント②】シンプルなもの シンプルな形・色・構造のものが使い勝手が良く、置き場所を選びません。色はできるだけ同じか同系色でまとめると、見た目が統一されてスッキリとした印象に。ただし、兄弟の持ち物をしまうなど中身を区別したいときは、あえて色を変えて、外見で見分られるようにしておく方法もあります。

【ポイント③】重すぎないもの しつかりとした造りの収納用品は、頑丈な分、そのものの自体が重い場合があります。その中に物を入れるとさらに重さが加わり、出し入れするのもひと苦勞。中身を取り出す・戻す作業を考え、重すぎない入れ物を選びましょう。

【ポイント④】計測する 「収納用品を買ったものの、置こうとしたら入らなかった!」または「入れ物が小さくて入れたいものが入らない!」という経験はありませんか? 置き場所を決めたら、どのくらいのサイズのものが入るかを、必ず測ってください。ひと手間がかかりますが、買ったものをムダにせずに活用できるコツです。

【ポイント⑤】お店の定番商品を選ぶ 100円均一のお店などでは、短い期間で商品が入れ替わることがあり、買い足したいときに、もう販売されていないことも……。できるだけ、お店の定番商品を選ぶようにすると、後から追加もしやすくなります。どれが定番かわからないときは、お店の人に聞いてみると良いでしょう。

今日の晩ごはん

豚肉のピカタ



材料(2人分)

- | | | | |
|-------------|----|-----------|------|
| ●豚薄切り肉(ロース) | 8枚 | ●オリーブ油 | 大さじ2 |
| ●塩、コショウ | 適量 | ●ブロッコリー | 1/4株 |
| ●バジル | 4枚 | ●ミニトマト | 8個 |
| ●スライスチーズ | 2枚 | 【A】 | |
| ●小麦粉 | 適量 | ■トマトケチャップ | 大さじ1 |
| ●卵 | 2個 | ■マヨネーズ | 大さじ1 |

- ブロッコリーは小房に分けて塩ゆでに。【A】は混ぜ合わせておく。スライスチーズは半分切り、卵は溶きほぐしておく。
- 豚肉の両面に塩、コショウをし、バジル、チーズを挟んで小麦粉をつける。
- フライパンにオリーブ油を熱し、2を卵にくらせながら並べ、余った卵をかけて色づくように両面を焼く。ふたをして弱火で蒸し焼きにし、焦げないように中まで火を通す。
- 皿に盛り付けて【A】をかけ、ミニトマト、ブロッコリーを添える。

●料理作成：チーム服部 ●参考資料：「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)

知って
おきたい!

体の健康豆知識

たんぱく質をバランスよく取り入れよう

●筋肉も内臓も酵素も材料はたんぱく質

人間の体は、主にたんぱく質で構成されています。筋肉や内臓、皮膚、毛髪はもちろん、体の機能を調節する酵素やホルモン、免疫の抗体もたんぱく質が主な材料。神経伝達物質の成分でもあり、脳を活性化させたり、エネルギー源として使われることも。人間が生きていくためには、たんぱく質は不可欠な栄養素なのです。

人間の体を形作るたんぱく質には、およそ10万種類もあります。たんぱく質とは約20種類のアミノ酸で構成され、そのアミノ酸が50~1000個ほど結合した化合物です。実は、この約20種類のアミノ酸のうち、人間の体内で合成されないアミノ酸が9種類あります。これらは「必須アミノ酸」といわれ、下記のような9種類があり、それぞれ人間の体で大切な働きを担っています。

●必須アミノ酸は食品から摂取を!

たんぱく質の供給源は、動物性たんぱく質の肉、魚介、卵・チーズ、植物性たんぱく質の大豆とその製品に分けられます。理想は、4つのグループからバランスよく摂取すること。少なくとも動物性と植物性を均等に摂取するように心がけましょう。

また、体内で合成することのできない「必須アミノ酸」は、食品から摂取する必要があります。「必須アミノ酸」がバランスよく含まれる食品を「良質たんぱく質源」と呼びますが、動物性食品に多くあります。ただ、肉や魚介、卵・チーズは、カロリーの半分以上を脂質が占めるため、食べ過ぎないように気をつけてください。



9種の 必須 アミノ酸

- トリプトファン
不眠症やうつ症状の改善、不安や緊張を和らげる、更年期障害の症状の緩和など。
- フェニルアラニン
うつ症状の改善、精神高揚、血圧上昇作用、鎮痛作用、肝機能の向上など。
- リジン
肝機能の向上、疲労回復、成長促進、集中力の向上、ブドウ糖の代謝促進など。

- ロイシン
肝機能の向上、筋力の強化など。
- イソロイシン
成長促進、筋力の強化、肝機能の向上、神経のはたらきを高める、血管拡張作用など。
- バリン
成長促進、血液中の窒素バランスの調整、筋力の強化など。

- スレオニン
脂肪肝を防ぐ、成長・新陳代謝の促進など。
- メチオニン
うつ症状の改善、ヒスタミン血中濃度の低下、解毒・利尿作用など。
- ヒスチジン
成長促進、神経機能のサポート、関節炎の症状緩和、ストレス軽減など。

スムーズに開閉できる

バッグやポケットから鍵を出し、鍵穴に挿してまわす・当たり前の動作ですが、ときにはそれがストレスになることも。スマートキーなら鍵穴に挿す手間がなく、楽に鍵の開閉ができますよ。

★便利なキーシステム★



鍵の開け閉めは意外と負担?!

たとえば、荷物が多くて手がふさがっているときや子供を抱っこしているとき、雨が降っているときなど、玄関の鍵を開けるのが大変だと思った経験はありませんか。また、急いでいるときや暗くて鍵穴が見えない時も、鍵を出して開けるのを負担に感じることもあるでしょう。そんなストレスを解消する便利なスマートキーシステムがあります。



専用リモコンを持ってボタンを押すだけ

スマートキーは、玄関で鍵を取り出す必要はありません。バッグやポケットの中に専用のリモコンを入れておけば、ドアについているボタンを押すだけで鍵を開けることができます。『鍵はどこだったかしら……』と鍵を探すわずらわしさがなくなります。両手が荷物でいっぱいでもドアに近づいてボタンを押すだけ。手軽に鍵を開けられ、とても楽チンです。小さな子供でも簡単に鍵が開けられます。



床下を収納スペースにしませんか?

床下のスペースを活用した収納を取り入れてみませんか。部屋の広さを変えずに収納場所を増やせるのが大きなメリットです。リビングなら、小上がりタイプの床下収納も便利です。

部屋を狭くしないで収納力アップ

収納場所が足りないけれど、家具を増やすスペースもないといった悩みがあれば、『床下収納』はいかがですか。床下のスペースを収納にすることで、部屋の広さを変えずに収納力をアップすることができます。ただし、気を付けなければならぬのは、物を出し入れするためにかがまなくてはならないこと。重たいものをしまうのは、あまりおすすめできませんし、頻繁に出したりしまったりするものの収納にも不向きです。お正月のときだけ使う重箱のように使用頻度が低く、大きくて軽いものの収納に快適です。かさばる日用品のストックなどにもぴったりです。



小上がりを作って床下を収納に

リビングは意外と物があふれてしまう部屋。もっと収納できる場所があったらいいですね。リビングに床下収納を取り入れるなら、小上がりを作るという方法も。これなら、くるるぎの畳スペースと床下収納が同時に手に入ります。リビングに畳の小上がりがあるとごろりと横になることもできますし、ベンチのように腰かけることでもできます。生活スタイルの幅が広がり、十分な収納場所も得られるというプランです。

床下に大容量の収納を確保できる床下収納。ストック品や季節の物をしまっておける。



畳の下が収納スペースになった小上がりもリビングに→



■企画・編集・発行■

株式会社 住まいのユウケン

〒007-0850

札幌市東区北50条東7丁目7-8 第2北舗ビル1F

無料通話 0120-770-071

F A X (011)-743-6405

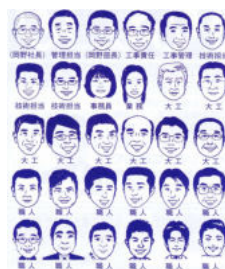


住まいのユウケン

検索



感謝状



今月も読んで頂きありがとうございます。今年もお役に立てる情報誌にしていきたいと思っておりますので、宜しくお願いします。