

(株) 関工務店

ニュースレター

vol.52

2023.
冬号

住まいのお役たち

朝晩の冷え込みも厳しくなり、防寒対策は万全ですか? 暖かいお部屋作りを工夫してみましょう。

暖かい部屋作りのヒント

・暖色系の照明を配置

手軽に変えられる小物類で暖かい部屋にチェンジ。

・熱の流出を防ぐ

暖かい部屋作りの近道は、窓やドアなどの開口部からの熱の流出を抑えることです。

窓用断熱シートや隙間テープなどを利用して、熱が逃げにくくする工夫をしましょう。

・カーテンは冬物に衣替え

カーテンを厚めのものに変えるだけで、室内温度に差が出ます。

・温度をキープ

体感温度を上げるのに重要なのは湿度。加湿器を稼働したり、洗濯物を室内干しにして、快適な湿度に調整しましょう。



快適な空間実現のために

家作りの準備期間に決めること①

家作りに関する決めること

- ・理想の家のイメージを固める
- ・おおよその間取り、家の形状など決める
- ・大まかなスケジュールを決める
- ・資金計画を立てて予算を決める
- ・施工会社を決める(仮契約をする)

住宅ローンに関する決めること

- ・住宅ローン借入れを行う金融機関を決める

土地探しに関する決めること

- ・理想の土地について条件を決める
- ・土地購入の予算を決める
- ・土地を決める(購入する)

理想の家を作りたいと考え出してから、実際に家作りの準備をはじめ、施工をお願いする会社と契約を結ぶまでの期間は、平均3か月～半年程度ですので、焦らずひとつずつ進めていきましょう。

関工務店

善博のつぶやき



明けましておめでとうございます。

お正月はゆっくり過ごせましたでしょうか?

本年は新型コロナウイルス感染症が落ち着いて、安心・安全な日常生活ができるよう心から願っています。

そして、仲間の存在に感謝しながら、共に仕事を頑張っていきたいと思っております。

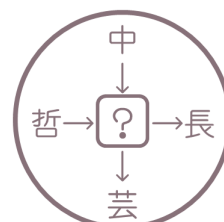
どうぞ本年も宜しくお願い致します。

皆様にとって、実りの多い一年となりますよう、お祈り申し上げます。



今月のナゾトレ

?に漢字を1つ入れて2字熟語を4つ作れ



※答えは来月号で発表します!
先月号の答えは、「color」でした。



今月の現場レポート！

3月完成を目指して進行中です。
フルリノベーションの家、随時構造見学会開催中です。
中古住宅の購入アドバイスも行います。
是非お気軽にお問い合わせください。



魚沼市根小屋地内 H様邸



関工務店は、雪国新潟の気候風土に耐える丈夫な住まいづくりをしています。



家を建てることは最終目的ではなく、あくまでもスタートと考え、建ててからも地域の皆様にご愛顧いただいております。

季節の快適 冬を快適に過ごそう！



豚バラとれんこんのキムチ鍋

寒さ・冷えは、血行不良をはじめ、腸の活動や免疫機能を低下させるなど、様々な健康障害を引き起こす要因のひとつです。
寒さ対策を実践して、健康的な暮らしをしましょう。

体の芯から温め、腸内環境を整える

・体温調節を整える最適な食事を

体温調節の乱れは、タンパク質不足が一要因。
脂肪酸の燃焼を高めるカルチニンを豊富に含む羊肉がとくにおすすめです。

・湯船に浸かる習慣づけ

入浴はシャワーで済まらず、湯船に浸かるのが鉄則です。毎日、40℃前後のお湯に10分ほど浸かるだけで、血のめぐりや腸内温度も格段にアップ。

・腹巻パワーで内臓機能を健やかに

お腹には胃腸、肝臓、腎臓などの臓器が集中。
お腹周りを温めることで臓器の血流が良くなり、体全体の体温も上昇。優れた効果が期待できる腹巻を活用しましょう。

冬場に増える浴室での事故は、温度差によるヒートショックが原因です。ヒートショックを防ぐには、リビングなど暖かい居室と浴室など寒い水回りの温度差を緩やかにすることが大切です。

材料

豚バラ薄切り肉	200 g
れんこん	1/2節（約100 g）
にら	2/3わ
白菜キムチ	100 g
ピザ用チーズ	60 g
酢	少々
ごま油	大さじ1
水	2カップ
酒	大さじ2
しょうゆ	大さじ1
鶏ガラスープの素	小さじ1/2
塩	少々



作り方

- ① れんこんは7mm厚さの半月切りにします。
酢少々を入れた水に約2分さらし、水洗いして水けをきります。
にらは3cm長さに切ります。豚バラ薄切り肉は3cm幅に切ります。
- ② 鍋にごま油大さじ1を中火で熱し、白菜キムチを入れて弱めの中火で約2分炒めます。
れんこん、水2カップ、酒大さじ2、しょうゆ大さじ1、鶏ガラスープの素小さじ1/2、塩少々を加え、煮立ったら約3分煮ます。
- ③ 豚肉を加え、色が変わるまで煮ます。
ピザ用チーズ、にらを加え、ふたをしてチーズを溶かしたら完成です。

新潟県魚沼市根小屋1337

今日を築いて明日をつくる

（株）関工務店

TEL:025-794-4161 FAX:025-794-5357



住まいのお悩みご相談ください。

関工務店 魚沼

検索