

(株) 関工務店

vol.62

2025
秋号

ニュースレター

住まいのお役たち

衣替え季節に上手に断捨離する

衣替えの季節です。「まだまだ着られそう」と思ってため込むと、服はどんどん増えてしまいます。どんな服でもいつかは劣化します。

例えば、合成皮革の寿命は3年前後だと言われています。ウールや本革などの天然素材はお手入れや保管状況によってはかなり長持ちしますが、紫外線や摩擦・虫食い・カビなどによって、やはりいつかは劣化します。これらの痛みが目立ってきたら、思い切って処分しましょう。

2年以上着ていない服は、今後も着る可能性は低いでしょう。きれいなうちに手放せば、リサイクルショップやフリマサイトなどでお小遣いにもなります。他にも身内や友人に譲る、ボランティア団体に寄付をするなどの方法があります。服を上手に断捨離して、収納スペースを増やしましょう。

快適な空間実現のために

キッチン天井照明の選び方

明るさの種類と選び方

キッチンの照明は、作業のしやすさを左右する重要な要素です。明るさは「ルーメン（lm）」で表され、数値が大きいほど明るくなります。一般的には、キッチンの畳数×400lmが目安とされています。しかし、これはあくまでも目安です。

例えば、作業スペースだけを重点的に明るくしたいという場合は、全体を明るくするよりも少ないルーメン数でも十分かもしれません。

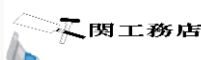
また、照明器具と作業場所の距離も明るさに影響します。明るすぎる照明はまぶしく、逆に暗すぎると作業しにくいので、適切な明るさを選ぶことが大切です。

色温度と雰囲気づくり

照明の色味は「色温度」で表され、ケルビン（K）で表示されます。色温度が低いほど暖色系で温かみのある雰囲気になり、高いほど寒色系で明るい雰囲気になります。電球色は2700～3000K程度で、リラックスした雰囲気に。昼白色は5000～5500K程度で、作業に集中しやすい明るさに。温白色はその中間で、自然な色合いです。

リビングやダイニングとの調和も考慮し、好みに合わせて色温度を選びましょう。

最近では、色温度を調整できる調色機能付きの照明も増えています。



善博のつぶやき



長かった夏の暑さがやっと和らぎ、秋が一段と深まってきましたね。9月の残暑とは異なり、10月は一気に秋らしい気候へと変わり始め、共に1日の寒暖差が気になる季節になります。

山間部では10月後半から紅葉が色づき、紅葉狩りに出かける人も多いと思います。

日本最大紅葉名所と呼ばれる京都「嵐山」栃木「日光」大分「耶馬溪」が数ある紅葉の名所の中でも特に有名だそうです。嵐山は、歴史的建造物と紅葉が調和した景観が楽しめ、日光は、ドライブをしながら紅葉が楽しめ、耶馬溪は、彩豊かな紅葉と岩峰群とのコラボレーションが楽しめるそうです。1か所は訪れてみたいですね。



今月のナゾトレ

$$\frac{10}{26} \frac{16}{26} \frac{14}{26} = \text{日本}$$

$$\frac{9}{26} \frac{20}{26} \frac{1}{26} = \text{イタリア}$$

$$\frac{21}{26} \frac{19}{26} \frac{1}{26} = ?$$

※答えは来月号で発表します！
先月号の答えは、「カルビ」でした。



今月の現場レポ！

魚沼市地内 S様邸
住宅新築工事
GX志向型住宅申請物件
4月より着工し9月に完成しました。
第一種換気による熱交換型吸排気を採用
気密測定C値0.2を達成し、
断熱等級6による省エネ住宅となりました。



魚沼市堀之内地内 S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 10月



とうもろこしとじゃがいものエスニック
バター

10月は、乾燥が始まり、肌や喉の乾燥に悩む時期でもあるため、保湿対策が欠かせません。
また、朝晩の気温差が大きいいため、体調を崩しやすいのも10月の特徴です。風邪や冷え対策をしっかりと行う必要があります。

秋の寒暖差疲労対策としては、

- ・ぬるめのお湯にゆっくり浸かり、リラックスする。
- ・軽い有酸素運動（散歩など）を行い、代謝を活発にする。
- ・バランスの良い食事を心がけ、温かいものをとり体を温める。
- ・睡眠時間を確保する。

気温に合わせた服装

【20～25℃】

日中はまだ暖かさを感じる日もありますが、朝晩の冷え込みが始まります。

薄手のニットや長そでシャツに軽いジャケットやカーディガンを合わせるのが◎。

【15～20℃】

段々と肌寒さを感じる季節。日中でも薄手のアウターが必須。

トレンチコートや薄手のジャケットが活躍し、特に朝晩はストールやスカーフで首元を温めると効果的です。

【10～15℃】

下旬になると、秋というよりも冬の気配が漂い始めます。朝晩は特に寒く、コートが必要になります。

厚手のニットやウール素材のコートを取り入れて、暖かさを確保しましょう。



材料

とうもろこし	1本
じゃがいも	2個
片栗粉	大さじ2
油	大さじ3
Aバター	15g
Aおろしにんにく	小さじ1/2
Aナンプラー	小さじ2
A砂糖	小さじ1/2
Aこしょう	少々
しょうゆ	適量
バジル	お好みで

作り方

- ① とうもろこしは皮をむき、横3等分に切って縦十字に切ります。じゃがいもは食べやすい大きさのくし切りにします。耐熱皿にとうもろこし、じゃがいも、水（大さじ1）を入れ、600Wのレンジで5分ほど加熱します。
- ② ポリ袋にとうもろこし、じゃがいも、片栗粉を入れ、軽くふります。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ熱し、とうもろこし、じゃがいもを入れ、表面がカリッとするまで揚げ焼きにします。
- ④ ボウルにAを入れ混ぜ、とうもろこし、じゃがいもを加えてバターを溶かしながら混ぜます。

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