

令和8年3月11日大安

誕生石 アクアマリン

花 菜の花、沈丁花、雪柳、蓮華

アセビ、桃、スマレ、

釣 ハヤ、モロコ、サワラ、

カサゴ、サヨリ

クロダイ (アタリ小さめ)

★

可愛い妹

日本花ことば協会

—花ことば—

なりたいな—

はーやく おどなに

桃色ゆれて

かんざし キラキラ

姉さん達のお話を
頬杖ついて みていたの

もも

★

こんにちは！

このお手紙は、住宅に関することや、その時々のお話などを取り入れお話しさせていただきます。

毎月1度だけ皆様にお届けしています。よろしければ、暇なとき、お読み下さい。

今月の目次

- 弥生の便り
- けんじのチョットいいかも
- けんじの現場奮闘記
- 奥様のお料理教室
- 予約制完成見学会案内



弥生の便り

★ こんにちは、気温が暖かくなったり、寒くなったり、雪が降ったりでなかなか、落ち着かない気候ですね。

皆様、体調は如何ですか？体調管理の方、気を付けて頂けると嬉しいです。

花粉の季節がやってきましたね、車のボディーがいつも花粉だらけになり、雨が降ると、まだら模様になり、洗車が大変な時期です。花粉症の方には、大変な時期ですね、健司も、大変そうです…

「私も今年はもしかして？」と、毎年、ヒヤヒヤしていますが、今のところ大丈夫です。

卒業式・卒園式、の季節ですね。牛久市柔道協会も、卒団する中学3年生が20人います。3/21(土)牛久市運動公園内武道館で、牛久市市長大会が有り、私は、審判をしてと依頼があったので、試合に行きます。

中学3年生も試合に参加できるようになったので、入試も終わり、中学3年生の子供達も、久しぶりの試合で、中学生、最後の試合になるので、楽しんでもらいたいです。

そして、22日(日)は、中学3年生の卒団式と卒団式前に中学3年生のお別れ稽古です。

今月は、牛久市で、完成見学会を行います。完全予約制なので、ご連絡頂けると嬉しいです。

鈴木 将央でした。

けんじのチョットいいかも

皆さんこんにちは。

3月にないだいが暖かくなってきましたが、そうすると花粉の季節がはじまりますね…。もうすでに症状がでていますが、これからがピークです…。花粉症の皆さん、今年も頑張って乗り切りましょう！！

皆さん、薬を飲む時、正しくのめていますか？

薬は間違った飲み方を続けていると、せっかくの効果が半減したり思わぬ副作用が出てしまうこともあります。

薬の効果が改めて薬の正しい飲み方を学んでおきましょう！

忙しい朝など、つい手元にある珈琲やお茶、牛乳や

ジュースなどで薬を飲んでいませんか？

これらの成分の中には一部の薬の効果を壊してしまうものがあります。

薬の飲み方の基本は、コップ1杯（150ml～200ml）の水かぬるま湯で服用することです。

これで薬が確実に胃まで届き、適切に溶けて吸収されるのです。ベッドに横になって飲むのも誤嚥や薬が食道に停滞するリスクがあるので避けましょう。

飲んだ後もできれば30分程度は起きていることをおすすめします。

薬には砕いてはいけないものがあります。大きくて飲みにくい場合は医師や薬剤師に相談してみてください。

処方箋に書かれている「食前」は食事の30分前、「食後」は食事後30分以内、「食間」は食後2時間程度（空腹時）、「就寝前」は寝る30分～1時間前のことです。

薬を飲むタイミングが指定されているのにはちゃんとした理由があるので、守るようにしましょう。

うっかり飲み忘れることもたまにはあるかもしれません。

その場合「2回分まとめて飲んじゃおう！」と考えるのは絶対にやめてください。

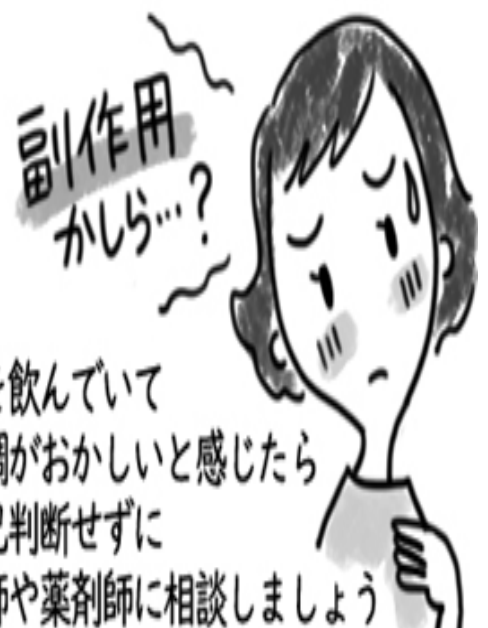
薬の種類によっても違いますが、基本的には「気づいた時点で1回分を服用」「次の服用時間が近い場合は、飲み忘れた分はスキップ」「2回分をまとめて飲まない」と考えますが、不安な場合は薬剤師に相談しましょう。

飲み忘れ防止にはお薬カレンダーの活用、一包化サービスの利用、家族間での声がけ体制づくりなどが考えられます。

他にも、自己判断で複数の薬を併用しない、処方された期間は飲み切る、適切に保管することなどに留意してください。

飲み残した薬は・・・

- 錠剤・カプセルは包装から出して可燃ゴミへ
- 液剤は新聞紙などに吸わせて可燃ゴミへ
- 不安なら薬の回収を行っている薬局へ持参



けんじの現場奮闘気

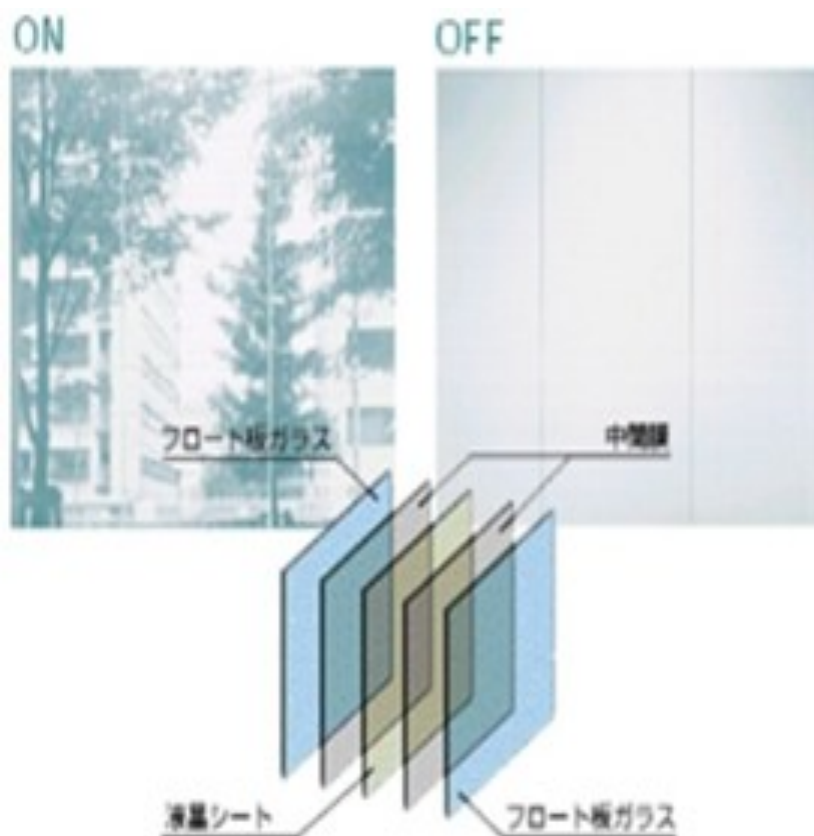
調光ガラスとは、スイッチひとつで、透明と不透明が切り替わるガラスです。

ガラス張りのおしゃれさと、隠したい時には不透明にできる実用性が手に入ります。

2枚のガラスの間に液晶シートと強靱な中間膜を挟み込んだ合わせガラスなので、万が一割れても飛散しません。

そのため、浴室まわりや外部に面した窓にも安心して使用できます。外部に面して使い、西日や直射日光を拡散させたり、室内の間仕切り、さらにはホームシアターの映像スクリーンなど、工夫次第でさまざまな用途が見つかるガラスです。

< 調光ガラス >

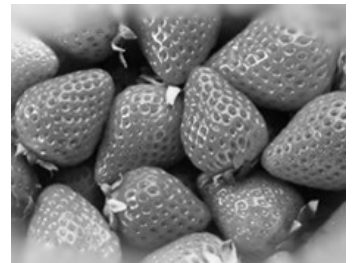


長い文章をお読みいただき、ありがとうございます。

奥様のための お料理教室

甘酸っぱい味わい、洗ってそのまま食べられるという手軽さ、何よりその赤くて可愛いフォルムから人気が増えることが無いいちご。沖縄では「いちゅび」、広島では「くいめ」という地方名でも親しまれています。美容や健康を気にする方ならぜひとも積極的に摂りたい栄養素であるビタミンCを豊富に含みますが、体内に蓄えておくことができない水溶性ビタミンなので、少しずつ食べることをおすすめします。

濡れると一気に傷みが進みます。洗わずにラップで包み野菜室で保存しましょう。日持ちはしないので2日以内に食べきってください。

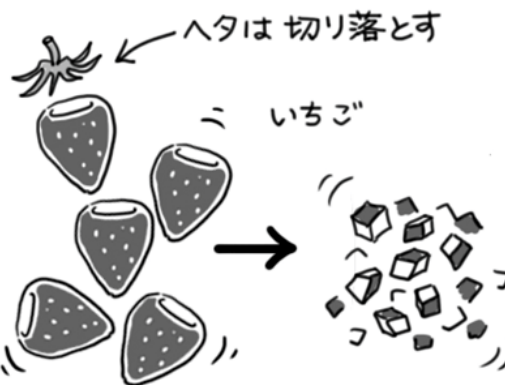


程よい甘酸っぱさがたまらない♪ 「いちごの生クッキー」

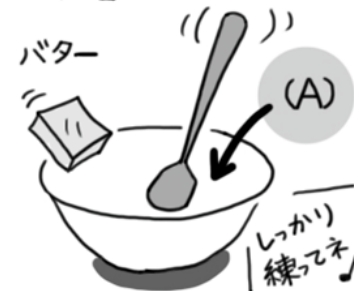
材料 (15コ分)

いちご(小): 10コ
 バター(食塩不使用): 50g
 (A) グラニュー糖: 20g
 塩: 1つまみ
 (B) 薄力粉: 50g
 ベーキングパウダー: 1g

- ① いちごは 5mm 角に切る。 ② 常温に戻したバターを



ボウルに入れ、クリーム状になるまで練る。(A)を加えて全体を均一に混ぜ合わせる。



- ③ (B)をふるいにかけてながら半量加え、ゴム棒で混ぜる。均一に混ぜたら残りをまたふるいにかけてながら加え、さっくりと混ぜ合わせる。



- ④ ①のいちごを加え、つぶさないように気をつけながら全体をしっかりと混ぜ合わせる。



- ⑤ 直径3cmの球状にしてオーブン用の紙を敷いた天板に並べる。180℃のオーブンできつね色になるまで15分ほど焼く。



【参考】 みんなのきょうの料理 <http://www.kyounoryouri.jp/>

檜乃アットホーム OBのお客様へ

エアコンを増設する方

ブレーカー等が飛ばないように、電気のアンペア等が、解らない場合は、ご連絡を。

「当社の造る建物は、高気密高断熱とまでいきませんが、気密性がよく、高断熱のお家なのです。

(特にサーモウール(羊毛)を使用しているお客様)ですからあまり大きなエアコンは、どちらかという
と必要ではないかもしれません」(過去お客様アンケートによると)

フルオート便器をお使いのお客様へ

フルオート洋式便器、またはリモコン付便器をご使用のお客様、リモコンの乾電池は、交換されていますか？お引渡し後2年～4年位で交換してください。乾電池が弱くなってくると誤作動や機能ストップいたしますので、一度ご確認して頂けると嬉しいです。

サーモ付蛇口について

サーモ蛇口は、稀に狂う事があります。お湯を使う際には、必ず手で確かめてからお使い下さい。

室内建具、アルミサッシの調整について

建具は、ユニットドアのネジの緩みや無垢ドアの反り等から、完成後必ず、微調整が必要になります。

同様、アルミサッシも狂いが出る場合がありますので、完成後必ず、微調整が必要になります。

ご自身で簡単に出来る場合がありますが、謝ってネジ山を壊してしまうと調整できなくなりますので、解らないときは、遠慮なく連絡下さい。

照明器具の電球、蛍光灯交換について

お引渡し後、電球、蛍光灯は、消耗品なので必ず切れます。その際交換方法が照明器具によっては、わかりにくい場合があります。無理に外すと壊れる事が有りますので、解らない時には、遠慮なく連絡下さい。

玄関ドアの鍵が回りにくくなった！場合について

玄関ドアの鍵の動きが悪い場合、鍵穴に潤滑油(CRC556、オイルスプレー、油等)は、

つけないで下さい！鍵穴に潤滑油をつけると、最初は、良く動くのですが、だんだんホコリが油に

くつきホコリや塵で動き難くなります。鍵の動きが悪くなったら「エンピツで鍵を黒く塗ってください！」

鉛筆の芯が潤滑材になり動きがスムーズになります。

鍵穴は、精密なものである所以要注意です！（動きが悪くなったらまず私達に、ご連絡を下さい！）

リフォーム工事について、お客様に良く言われるのですが「檜乃さんは、新築しかしてないの？」

と良く聞かれますが、リフォーム工事もしています。特にチラシ営業は、していませんが、リフォーム工事も得意です。

特に、愛和総合病院さん総合守谷第一病院さん龍ヶ崎再生会病院さんの協力の下、介護住宅改修工事、病院内改修工事は、沢山行っております。そして、ひたちの牛久幼稚園、牛久幼稚園、みほ白帆幼稚園、阿見認定こども園、荒川沖幼稚園の改修・補修工事もしています。

1. ひのきは、自然のエアコン

ひのきの家は、人体の最適湿度（60%）を維持する機能を持っています

2. ひのきでストレスを和らげる

ひのきの香りに含まれるフィトンチドやヒノキチオールなどが神経を安定させ、ストレスを和らげてくれます。血圧を下げたり脳の働きの活性化などの効果もあります。

3. 殺菌作用のあるひのき

大腸菌やブドウ球菌をはじめとする病原菌や細菌の増殖を抑制する働きがあります。

4. ひのきの防虫作用

喘息やアトピーの原因となるダニやシロアリの繁殖を抑制する働きがあります。

5. 防臭・吸臭の強いひのき

ひのきは、アンモニア臭や腐敗臭・タバコの臭いなど不快な臭いに対し、防臭やマスキング効果で威力を発揮します。

◎ 吉野檜（よしのひのき）

吉野には、500年の歴史を持つ吉野檜の森林があります。日本三台美林のひとつに数えられる森林吉野の檜は、タツプリと肥えた土壌と豊かな自然環境（特に吉野地区は多雨地帯）の恵みを受けて育ち、その品質の確かさは全国的にも知られております。国産材の中でも特に油分が多く香りが強く赤身が多くピンク色の木肌が特徴です。世界遺産の法隆寺は、世界最古（1400年）の木造建築です。法隆寺もヒノキで造られています。一説によると吉野ヒノキではないかといわれています。

私共の建てたお家に、実際に住んでいる方のお家見学も出来ます。

只今建設中の現場、守谷市・牛久市中央

の工事現場も見学出来ます。

無料見積・無料敷地調査・無料プランニングをご希望の方は、

気軽にご連絡下さい！

鈴木 将央 携帯電話 090-3244-8129（現場に直ぐ連絡取れます。）

何か御座いましたら、お気軽に、ご連絡下さい！

ニュースレターの配布がご迷惑な場合または、

ご意見ご希望が御座いましたら下記にご連絡下さい。

製作 檜乃アットホーム株式会社

茨城県牛久市岡見町1234-1
ログ現場奮闘記はこちらからです。

TEL029-872-2721



出ていることが多いので、携帯電話でしたらQRコード
携帯電話を
お持ちの方は、
こちらからどうぞ
ご連絡してください



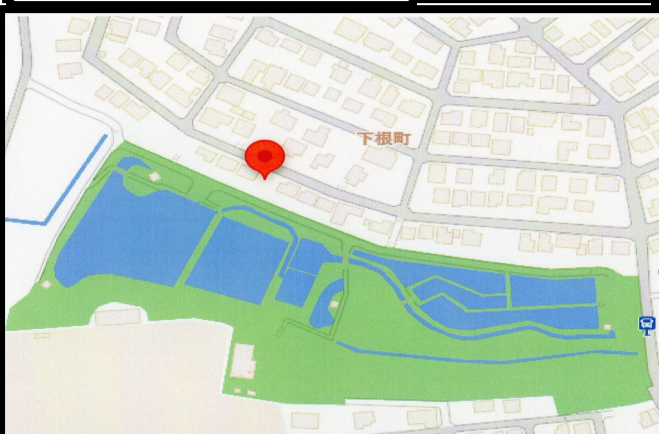
検索

檜乃アットホーム

完成予約制現場見学会会場



付近拡大案内図



もし、道に迷ったら

鈴木健司携帯 [080-1351-3610](tel:080-1351-3610)

鈴木将央携帯 [090-3244-8129](tel:090-3244-8129)

にお電話ください。

カーナビに、「茨城県牛久市下根町1313-30」と入力して
検索してみてください。近くまで、来れると思います。
近隣の方々に迷惑になる、駐車を避けるため、予約制にしております。
駐車場は、当日、会場で、ご案内いたします。
ご予約のっていない時間は、閉会している場合がございます。

完成予約制現場見学会(引渡後)

会場 牛久市下根町

日時 3月28日(土)29日(日)

時間 10時～16時迄



(※注意！予約の無い時間は会場を閉めている場合があります)

(ご見学ご希望の場合、必ず、メール、電話、FAXでご連絡をください)

お施主様のご好意で、見学会を行っておりますので、ご近所の方々にご迷惑な駐車を避ける為と、大切なお客様の個人情報なので不特定多数の方に、ご見学させたくないの、予約制にさせて頂いております。ご理解頂けると嬉しいです！

見学現場の見所

- フルオーダーお客様ニこだわり仕様です。
- 外観は、シックなデザイン・内装は、白をベースに本物のホ(檜)の調和がとても素敵なお家です。「必見！」
- キッチン・ダイニングの吹抜け・勾配天井「抜け感最高です！」
- 玄関框は吉野檜無垢耳付カウンターをL字にし間接照明！
- 階段は、広々1.2m幅、手摺は、2Fホール手すりと同じデザインの「アイアン手摺！」「素敵です！・必見です」
- キッチン・ダイニング・リビングの景観を生かすため大きな窓とハイサイド窓・トップライトを配置しました。
見下ろすと親水公園が見えます。「素敵な景観です！」
- リビング天井は「吉野檜無垢羽目板を使用して斜め天井です」
- 床は、もちろん「吉野檜無垢21mmフローアーです。
(檜乃オリジナルフローア)綺麗なピンク色が特徴の吉野檜です」
- 2階のお部屋は、全て勾配天井で、「広々空間です。」