

リフォーム便利

～あなたのための日々でありたい～

Day for You Vol.24



三井のリフォーム町田中央店
〒194-0014
町田市高ヶ坂684-1
電話 0120-56-3139



昨年中は大変お世話になりました。
今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

営業設計 眞崎 行博



明けましておめでとうございます。
旧年中は大変お世話に成りまして有難うございました。2011年はまさに激動の一年でありました。特に東日本大震災、大津波、原発事故は、私共に自然の脅威と技術革新の未熟さ等を、原点に戻り考えることを教えてくれました。2012年も、環境にやさしく、快適、安全な住まいのリフォームを探索して参りたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

営業設計 及川 愛



あけましておめでとうございます。
昨年は重くなっていたお尻ですが、今年はフットワーク軽くなると色々な情報を仕入れ、たくさんのアイデアに繋がるように努力していきたいと思っております。本年も宜しくお願いいたします。

工事監督 佐藤 暁人



明けましておめでとうございます。
皆様により良い住まいをご提供出来るよう頑張りたいと思います。今年もよろしくお願い致します。

営業設計 須崎 艶子



あけましておめでとうございます。
昨年は大変お世話になりました。町田中央店へ異動して早5ヶ月。土地勘のない町田にも大分慣れてきました。こちらで心機一転、頑張っていく所存です。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

今月の記事 【2012年1月】

- ◆ 新年のご挨拶
- ◆ 歳時記～七草粥～
- ◆ 今年は外まわりのECOと防犯
- ◆ インフォメーション 他

～歳時記～

人日の節句 「七草粥」

お正月はやはり特別な行事です。年に一度のお正月を日本古来の風習で味わいたいものです。今年は、七草粥についてお届けします。



七草粥のいわれ

人日の節句(1月7日)に、一年の豊作と無病息災を願い食べるのが「七草粥」です。古くは、年の初めに雪の間から芽を出した若菜を摘む「若菜摘み」という風習がありました。この風習とは別に、平安時代には中国の年中行事である「人日」(人を殺さない日)に作られる「七種菜羹/ななしゅさいのかん(7種類の菜が入った吸い物)」の影響を受けて、7種類の穀物で作る塩味の利いた「七種粥」が食べられるようになりました。そして、後にこの「七種粥」は「若菜摘み」と結びつき、7種類の若菜を入れた「七草粥」になったと言われています。

歴史

七草粥の前身、七種粥は『延喜式』に、餅がゆ(望がゆ)という名称で登場します。餅がゆは毎年1月15日に行われ、米・粟・黍(きび)・稗(ひえ)・みの・胡麻・小豆の七種でした。食すれば邪気を払えと考えられていた穀物です。餅がゆについての由来はわからないことが多いのですが、宇多天皇が自ら寛平年間に民間の風習を取り入れて宮中に導入したとされています。また、この風習は『土佐日記』『枕草子』にも登場します。その後、春先(旧暦の正月は現在の2月初旬ころ)に採れる野菜を入れるようになりましたが、その種類は諸説あり、また、地方によっても異なります。現在の7種は1362年頃に書かれた『河海抄(かかいしょう)』(南北朝時代の「源氏物語」の注釈書)の「芹、なづな、御行、はく(こ)べら、仏座、すずな、すずしろ、これぞ七草」が初見とされています。

七草の力

旬の生き生きした植物である七草は、自然界から新たな生命力を与えてくれると言われています。かつては前日に野山で菜を摘み、年棚(歳神を祭った棚)の前で七草嚙子(ななくさばやし)を喰いながら、刻んでいたそうです。こうすることで七草の力をさらに引き出すことが出来ると考えられていました。このよう

に丁寧に細かく刻まれた七草粥は、正月のご馳走に疲れた胃腸をいたわり、ビタミンを補う効果もあります。また、七草の日は、初めて爪を切る日とも言われ、セリなどを浸した水に指を入れてから爪を切れば一年の間、爪の病から逃れるとも言われています。

【効能】

- ()は現在の名称
- せり(セリ) …………… 消化を助け、黄疸をなくす
- なづな(ナズナ) …………… 視力、五臓に効果
- ごぎょう(ハハコグサ) …………… 吐き気、痰、解熱に効果
- はくべら(ハコベ) …………… 歯ぐき、排尿に良い
- ほとけのざ(コオニタビラコ) …………… 歯痛に効く
- すずな(カブ) …………… 消化促進、しもやけ、そばかす
- すずしろ(ダイコン) …………… 胃健、咳止め、神経痛

七草粥の作り方

地方によって、多少異なりますが、現在スーパー等で販売されている七草は、セリ・ナズナ・ハコベラ・ホトケノザ・ゴギョウ・スズナ・スズシロが一般的です。七草粥の作法は少し変わっており、「七草なづな、唐土の鳥が日本の土地に渡らぬ先に…」と七草嚙子を喰いながら、まな板に乗せた七草をすりこ木や包丁でたたきます。米は4・5倍のお水に30分間浸し、強火にかけます。吹いてきたら弱火にし、20～30分炊き、火を止める直前に刻んだ七草を入れ、塩で味をつけて完成です。

ちなみに秋の七草は…

「おみなえし・おばな(ススキ)・ききょう
なでしこ・ふじばかま・くず・はぎ」と、
どれも観て楽しむ植物。春の七草が
すべて食用なのに比べると面白いです。



ナズナ スズシロ ハコベラ セリ ホトケノザ スズナ ゴギョウ

今から春の準備始めましょう...

今年、エコでも素敵なガーデン・エクステリア

年が明ければ、春はもうすぐ！
春に向けて、家の外まわり『ガーデン・エクステリア』で出来る、ECO対策
をご紹介します。そして、加えて考えたいのが防犯対策。防犯に効果
的なリフォームアイテムも併せてご案内いたします。
今年も昨年引き続き、節電対策が必要になりそうです。

エコな庭

今すぐに始められるエコガーデン。身近なところからECOを始める方は、グリーンカーテンや雨水タンクが手軽です。

グリーンカーテンで覆って おしゃれにエコを演出しましょう。

昨年の夏の節電で、プランターにゴーヤや朝顔を植え、グリーンカーテンを作った方もいらっしゃるはず。今年は、おしゃれにエコをしませんか。ツル性植物をはわせるために、メッシュパネルがお勧めです。ツルが自然にはい広がっていきます。

夏は植物の断熱効果によって、室内の温度は5℃前後も変化が表れます。また、水を含ませた発砲ブロックパネルを仕込むと、気化熱効果によってさらに涼しい風邪を呼び込んでくれます。



立体的なくぼみがあしらわれているため、植物が莖葉を絡めやすく、のびのび育ちます。

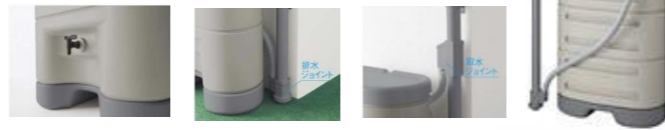
ウォールメッシュパネル
柱や壁面に面つけするだけでいい、自由度の高いパネルです。

エコに役立つ雨水タンクは 災害時にも重宝することに...

雨水を貯めておく雨水タンクは、屋根に降った雨を集めるため樋に、取水ジョイントと排水ジョイントで結んで、水を貯めておくものです。ガーデニングの水やりや、うち水などに利用でき、水道代の節約になるエコアイテムです。サイズはいくつかありますが、80ℓ程度貯めておける大型タイプがおすすめです。大型なら、非常時など、断水した場合に備えることができます。飲料水としては使用できませんが、トイレの排水などには使用できます。



雨水タンク
水道代の節約になる雨水タンク。光を通しにくい素材を本体に使用しているものは、藻の発生を抑制します。



小さな空間でエコなグリーンを楽しむには 縦のスペースを生かしましょう！

エコグリーンとは言っても、植物を観て楽しむことも忘れたくないです。ツル性植物をはわせる縦の空間を最大限に生かすアイテム、パーゴラ、ハイパーテーションをご紹介します。

これらのアイテムにツル性植物をはわせたり、植物を寄せ植えしたハンギングバスケットを飾ったりすれば、ガーデニングスペースが地植えの2倍・3倍にも広がります。構造物を取り入れた縦の空間を彩るには、ツル性植物の他に、下に向かって枝垂れる植物や、這い広がるように枝葉を広げる食物(クレーピングタイプ)が向いています。

注意したいのは、構造物も植物もミニサイズを選んでメリハリをつけること。目の錯覚により、ミニマムな広がりを持った空間が出来ます。

また、面と面がジョイントする部分を植物で隠すのもひとつの方法です。広さを確認する、視線の行き止まりの部分を隠すことで、実際よりも広く感じることができます。



パーゴラ
棚状の高い枠組みのことで、藤棚もこの一種です。



緑のメッシュ
ガレージやカーポートの柱などに取り付け、緑を立体的に演出できます。縦にも横にも施工できます。



ハイパーテーション
隣家や道路からの視線を遮る目隠し替わり、背景を変えることもできます。



屋根パネル
パーゴラの天井部に設置します。ツル性植物をはわせれば、グリーン密度がより濃くなります。

エクステリアも防犯対策

エクステリアでぜひ考えたいものが防犯対策。住宅侵入の発生時刻は、昼の10時から夕方4時位が多いというデータがあります。防犯対策をしていることを不審者にアピールすることが何より大切！ここでは防犯アイテムをご紹介します。

カラーカメラドアホン

インターホンはカラーカメラドアホンにするのが、防犯の第一歩です。侵入犯は徹底した下見を行い、約45%の侵入犯はインターホンを鳴らすとされています。そして、カラーカメラドアホンがついているだけで、約半数の侵入犯があきらめるのだそうです。セキュリティ対策には来訪者の様子を録画・録音できる機能がついていると、より万全といえるでしょう。



ボタンひとつで録画・録音できます。



防犯防止ポスト

郵便物を盗んで個人情報を得ようとする、郵便物盗に対しては、セキュリティ機能を搭載したポストをお勧めします。特にハガキや封書用の投函口と郵便物の投函口を分けているものは心強いもの。ハガキや封書用の投函口は小さい作りになっており、道路側から郵便物を盗みにくくするからです。ポストの敷地側からの取り出し口にはプッシュ錠を装備した、より安全なものもあります。



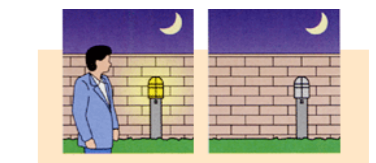
プッシュ錠で暗証番号を押して解錠するので、敷地側からも開けにくくなっています。

セキュリティライト

常夜灯として、夜間には門灯を点灯しておくことが、セキュリティを強化するための大きなポイントです。暗くなったら点灯して、明るくなると消灯する明るさセンサのあるものは、つけ忘れ、消し忘れがなく便利です。また熱線センサユニットを搭載したものは、人が近づくと明りがつくシステム。外の不審な動きを知らせるうえ、不審者を威嚇する役割を果たしてくれます。



明るさセンサが動き、人が近づくと100%の明るさで点灯し、人がいなくなると自動的にきえます。



車庫まわりのアイテム

防犯カラーカメラ スポットライト 防犯センサ・センサボイス

熱線センサで侵入者を感じるとライトが点灯。録音・録画もできます。



動きを感知すると点灯します。暗がりや死角につけます。



侵入者を感じると室内に通報します。



§ エコに役立つ植物図鑑 § ツル性植物で育てやすいものをお馴染みのゴーヤや朝顔以外でご紹介します。



ツルニチソウ

枝垂れるようにツルを伸ばす性質で、高い場所に飾ると莖葉のやわらかなラインを楽しめます。春から初夏にかけて青紫色の花を咲かせます。



トケイソウ

7~9月に、ユニークな形状の花を咲かせます。暑さに強く、ツルをぐんぐん伸ばして生長するので、広い面を彩りたい場合に重宝します。冬には枝を整理しておきましょう。



フウセンカズラ

小さく白い花が咲く様子は可憐で涼しげ。フウセンのような実をつける姿もかわいらしく、黒い種には白いハートの柄が入るので、子供たちにも人気の植物です。



アイビー

葉の美しさを鑑賞するカラーリーフプランツ。見映えのよさは格別。よく枝葉をのびし、丈夫。冬でも葉を落とさないで、壁にはわせれば暖房効果にもひと役買ってくれます。

Column 防犯についての豆知識

I 洗濯ものは最大の情報源

洗濯ものの干場が外から丸見えのお宅は要注意。泥棒は洗濯物から家族構成、現在留守かどうか等の情報を得られるためチェックしています。夜になっても干しっぱなしの場合、家族が誰も帰宅していない、平日いつも夜遅くまで洗濯物が出ているようなら、夫婦共働き、といった具合です。洗濯物は外から見られない干し方をする工夫が必要です。

II フェンス・生垣の落とし穴

塀やフェンス、生垣は不審者が敷地内に侵入するのを防ぐのに必要です。ただし、外からの見通しを確保しておかないと、いったん敷地内に侵入してしまえば、絶好の隠れ場になってしまいます。外周には、周囲から見通せて足がかりにならない「縦格子」のデザインがお勧めです。フェンスの高さは1.4mが目安のひとつです。住んでいる人に圧迫感を与えず、外から乗り越えにくい高さといえます。

「復興支援・住宅エコポイント制度」が再開されました。

「復興支援・住宅エコポイント制度」のリフォームに関する概要をお知らせします。

対象：平成23年11月21日～平成24年10月31日に工事を着手したものの。

工事内容：①窓の断熱改修 ②外壁、屋根・天井 または 床の断熱改修
これらに併せて、バリアフリー改修(手摺の設置、段差解消、廊下幅等の拡張)、住宅設備(太陽熱利用システム、節水型トイレ、高断熱浴槽)の設置、リフォーム瑕疵保険への加入、耐震改修を実施する場合は、その分ポイントが加算されます。

発行ポイント：一戸あたり300,000ポイントを上限とします。(前回の住宅エコポイント制度での、発行ポイントを含みます)
◆省エネ改修(窓・外壁・屋根・天井・床の断熱改修)……工事内容に応じて2,000～100,000ポイント
◆バリアフリー改修 ……工事内容に応じて5,000～25,000ポイント(上限 50,000ポイント)
◆住宅設備設置(太陽熱システム・トイレ・高断熱浴槽) ……一律20,000ポイント
◆リフォーム瑕疵保険への加入 ……一律10,000ポイント
◆耐震改修 ……150,000ポイント (30万ポイントの上限とは別にポイント加算)

ポイント交換：復興支援商品 または エコ商品等と交換できます。
◆復興支援商品 ◆ ○被災地の産品・製品 ○被災地の商品券等 ○東日本大震災への義援金および募金等
◆エコ商品等 ◆ ○省エネ・環境配慮商品 ○環境寄付 ○エコリフォームを行う場合の追加工事
※発行されるポイントのうち1/2(半分)以上は、被災地の特産品や被災地への義援金など復興支援商品に交換

なお、詳しくは復興支援・住宅エコポイントホームページか当店担当までお問い合わせください。

*** 年末年始休暇のお知らせ ***

三井のリフォーム町田中央店は、1月3日まで年末年始休業とさせて頂いております。新年は **1月4日(水)** から営業いたします。ご迷惑をお掛けしますが、よろしく願いいたします。

*** 中学生職場体験のご報告 ***



昨年、11月21日(月)～25日(金)までの一週間、町田市「中学2年生 職場体験事業」の受け入れをいたしました。今年は女子学生さん2名が当店で実習し、店舗のクリスマスの飾り付け等をして下さいました。この冬は節電対策として、イルミネーションもLED商品に変えています。女子生徒さんらしく、店舗をとっても可愛く飾ってくれました。



季節のクッキング

冬と言えば白菜。鍋に漬物にと、いただくことが多い季節ですが、今回は主菜としての献立をご紹介します。

白菜と鶏肉のスープグラタン



【材料】4人分

- 白菜 ……1/2株(1000g)
- 鶏もも肉・大 ……1枚(約300g)
- 塩 ……少々
- こしょう ……少々
- バター ……大さじ1
- コンソメ(固形) ……1個

- ローリエ ……1枚
 - 水 ……1カップ
 - 白ワイン ……大さじ3
 - 塩 ……小さじ1
 - こしょう ……少々
- } A

ピザ用チーズ ……80g

作り方

- ①白菜は長さを3～4等分に切り、芯の部分はタテ3cm幅に切る。鶏肉は2～3cmに切り、塩・こしょうをする。
- ②鍋にバターを溶かし、①の鶏肉をほぐすようにして炒める。肉の色が変わったら①の白菜を加えてさっと炒め、「コンソメ」と「A」を加えて煮る。
- ③煮立ったら、弱火にしてフタをし、20～25分、白菜がやわらかくなるまで煮る。
- ④耐熱容器に③を入れてチーズをふり、オーブントースターで焼き目がつくまで焼く。

白菜は95～96%が水分ですが、微量ながら色々な栄養素がまんべんなく含まれています。また食物繊維やミネラルが豊富です。捨ててしまいがちな芯と外葉の部分に、実は栄養が凝縮されています。

～編集後記～

明けましておめでとうございます。
毎年、1月号を作っていると、この『Day for You』をまた1年続けることができ良かったとしみじみ思います。
昨年は大きな震災もあり、感じる事、考えることがたくさんありました。
今年は、そのことを忘れずに、一日も早い復興を祈りながら前に進んでいきたいと思ひます。
本年も町田中央店をどうぞよろしくお願い致します。