

ホットとひといき

MIYAMOTO GUMI

2020年 9月 発行
2020年 秋号 VOL19
ホットとひといき編集部

GREEN DAYS

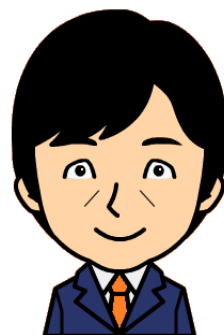
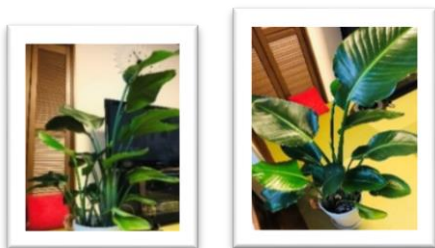
いつもお世話になりましてありがとうございます。
ここ数年は、夏になると猛暑や酷暑と言われていますが、今年は気温40度を超える地域もあり、スーパー猛暑などという言葉も生まれました。
その上、マスク着用で更に暑さが増すという...
まさに「マスク越しに消えた夏」といった感じでしたね...
9月に入っても、まだまだ暑い日が続いていますが、今回は秋号ということで、少しでも涼しげになっていただければと思います。

さて、我が家の庭先では、タイム・バジル・レモンバーベナ・カモミール等の各種ハーブを育てています。虫よけや料理に使ったり、お風呂に入れたり、何かと重宝しています。

また、このようなご時勢なので、いろいろと自宅での楽しみを増やしていきたいと思い、先日より新たに室内で観葉植物を育て始めました。
「ストレチアオーガスタ」という南アフリカ原産で大きな葉が特徴的な、インテリアとしても大変存在感のある観葉植物です。
植物のグリーンによるリラックス効果はもちろんですが、このような葉っぱが大きい植物は、葉っぱあたりの蒸散作用が他の植物に比べて大きくなるので、冬場は「生きた加湿器」の役割もしてくれます。

葉が乾燥してくると、カイガラムシという白い綿のような小さな虫が付くので、希釈した木酢液を葉や茎に塗ったり、葉が乾燥しないように霧吹きでせつせと水を吹きかけています。

その甲斐あってか、葉は日に日に大きく、そしてグリーンは濃くなっていきますし、新芽も出てきたりと、日々の成長を見るのが毎日の日課になっています。
比較的育てやすい植物でもあり、どこまで大きくなるのかを楽しみにしながら、愛情をこめてしっかりと世話をしていきたいと思えます。



代表取締役 宮本 武蔵

イベント情報!

外出不要! オンライン相談会

弊社では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するために、インターネットを活用したオンライン相談会を始めました!
ご自宅でゆっくり宮本組のスタッフとお家づくりについてじっくりお話してみませんか?
PCやスマートフォン、タブレットがあれば、どなたでもご参加頂けます。ご希望の日時の3日前までにホームページからご予約頂くか、お客様専用ダイヤル(0120-939-941)にお問合せ下さい★
スタッフ一同お待ちしております!

キャンペーン情報!

クリナップショールーム / イエナカ充実フェア

クリナップのショールームにて、「イエナカ充実フェア」が開催中です。期間は、9月1日~12月25日までとなっております。
今なら、ご予約来場と対象商品のお見積りで、素敵な「イエナカ充実グッズ」がもらえます。平日のご予約とお見積りで、さらにジェフグルメカードも!
プレゼント対象商品は、クリナップの新商品のキッチンやユニットバスとなっております。
リフォームや新築をお考えの方は、この機会にクリナップのショールームへ行ってみませんか?
詳しくは、お気軽に宮本組までお問い合わせください。
お待ちしております。



株式会社 宮本組

〒526-0033 滋賀県長浜市平方町837
TEL: 0749-62-6874 FAX: 0749-62-6900

【E-mail】info@miyamoto-gumi.com
【HP】https://www.miyamoto-gumi.com
特定建設業 滋賀県知事(特-2)第60812号
宅地建物取引業 滋賀県知事(6)第2489号
日本住宅保証検査機構登録 A5200460

お客様専用ダイヤル

0120-939-941

宮本組

検索

- 知らないで損する「住宅マネーシミュレーションサービス(無料)」
- 「エコ地盤改良」で安心安全+エコな家づくり

MIYAMOTO GUMI 公式HP QRコード

facebook 更新中★ QRコード

Instagram 宮本組 検索★

宮本組アプリ が出ました! MIYAMOTO GUMI 無料ダウンロードできます。

Miyamotogumi Photo



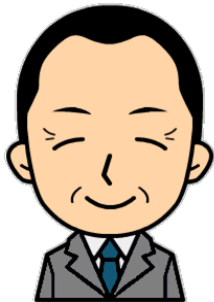
編集部だより

まだまだ暑い日が続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。去年とは夏の過ごし方が変わったという方も多いと思います。
私は基本的には変わらず、暇な時は音楽・ゲーム・漫画・テレビを見て過ごしていますが...
どれもまるような趣味が見つからず、スランプ状態です。(一年前のQueenが懐かしい...)
今は暑さで動けないので涼しくなったら、生活の中に運動を取り入れる等して、秋の過ごし方は意識して変えていけたらと思います。

(ホットとひといき編集部 木原)

試してみました！ お取り寄せ！

私の母は高齢であり堅いものが咀嚼できません。なので、食事はなるべく柔らかいものを作るようにしています。どの位の堅さなら良いかと申しますと、ロールパンはOKですが柔らかいフランスパンはNGです。お造りではイカ・タコ・タイ等は堅いようです。缶詰は柔らかく食べやすいようですが、なるべく元の形のままの方が食事の楽しみがあり、何を食べているのか判りやすいと思っています。いつも時短で食事の準備をしているので、手の込んだ料理は出来ていません。そんな時たまたまTV番組の中で「骨まで食べられる干物」を紹介しているのを見て、ネット検索しお取り寄せしました。商品名は「まるとつ」というもので、あじ・さんま・いわし・ほっけ・真さば・にしんがあります。今回は、あじをお試しで買いました。送られてきた商品は、加熱処理されており、真空パックになっていました。食べた食感は干物にしてははずいぶん柔らかく本当に

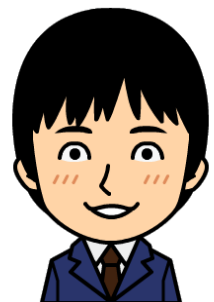


おがわ 逸夫

に骨まで食べられ、おいしかったです。通常の干物よりカルシウムが多く、塩分50%カットととても健康的です。母がもくもくと食べている姿を見て、試してよかったと思っています。

恒例行事

みなさんこんにちは。今年の夏も異常気象で暑い日が続いており、過ごしにくい毎日を過ごしています。みなさんは、どのように過ごされていますでしょうか？さて、今回は少し汚い話になりますが、大切なお話です。みなさんは、下水樹の掃除をされていますか？私は、お盆と年末の年2回掃除することをルールにしております。特にキッチンの樹の汚れは油なども流れ、半年の間でとても汚れます。ずっと掃除しないままですと、排水出来ずに逆流してきたり、樹から溢れたりしてしまいます。そうすると、配管や樹の高圧洗浄をしなくてはいけなくなり、無駄な出費が掛かってしまいます。(この作業は、思っている以上に高額です。)掃除をすることは、面倒だとか、汚いなど、なかなか気が乗らないですが、こまめに掃除をすることで、そういった無駄な出費がなくなるので、できれば年2回掃除をされることをオススメします。



まるおか 恵輔

掃除の前は、なかなかやる気が起きないのですが、掃除後は清々しい気持ちになるので、ぜひみなさんも挑戦してみてくださいね！

© 2013 NIGAOE MAKER. All Rights Reserved.

おうち時間を豊かに過ごしてみませんか？

体をほぐしたり、楽しい時間を過ごすヒントをご紹介します。

家で過ごす時間が長い今、心と体を整えて快適に過ごしたいですね。

●めい想をしてみる

テレビなどを観ていると情報過多になって、頭が休まらないことがありますね。目を閉じてゆったりとした時間を少し過ごすだけでも、頭の中や、気持ちを整理できるそうです。どの時間に取り入れても良いですが、朝と夜寝る前、1〜5分ほどから始めてみましょう。

●ストレッチで体をほぐす

簡単なストレッチをご紹介します。10回を目安にやってみて下さいね。

◎足を肩幅に開き、両腕を前に出して手を組み、そのまま上に上げます。手を組んだまま、左右にゆっくり倒します。

◎椅子などにつかまり、かかとを上げる、下ろすを繰り返します。

◎仰向けに寝て片足を曲げて胸に抱きかかえるようにし、胸に引き寄せます。もう片方も同じように。

◎出来上がりの達成感が得られることを楽しむ

◎大人のぬり絵を楽しむ

大人のぬり絵は、複雑で、美しく、ぬり絵集も豊富に見られるので、色鉛筆などで自由に塗ってみると、意外と集中できて、出来上がりの達成感も得られて気分が上がりやすくなります。インターネットで検索してプリントアウトして塗ったり、スマホのアプリを使って楽しむこともできますよ！

◎写真の整理をしてみる

デジタル化が進み、スマホなどに写真がたまっていますか？それらを整理してみましょう。プリントアウトしてアルバムにまとめるのも良いですし、インターネットでフォトブックの制作依頼するのもおすすめです。

イメージキッチン

今話題のIoTなニュースをご紹介します！

カラーや素材使いが鍵を握る 秋らしいインテリアへ衣替え！

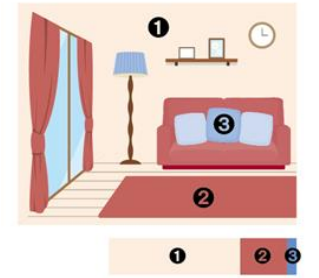
住まいの快適レポート

秋風が吹き始め、ファッションと共にインテリアも衣替え。ファブリックや小物などの色や素材を工夫するだけで、温もりある理想の空間が簡単に完成！

カラーの配色黄金比(70:25:5)を守って、センスよい空間づくり！

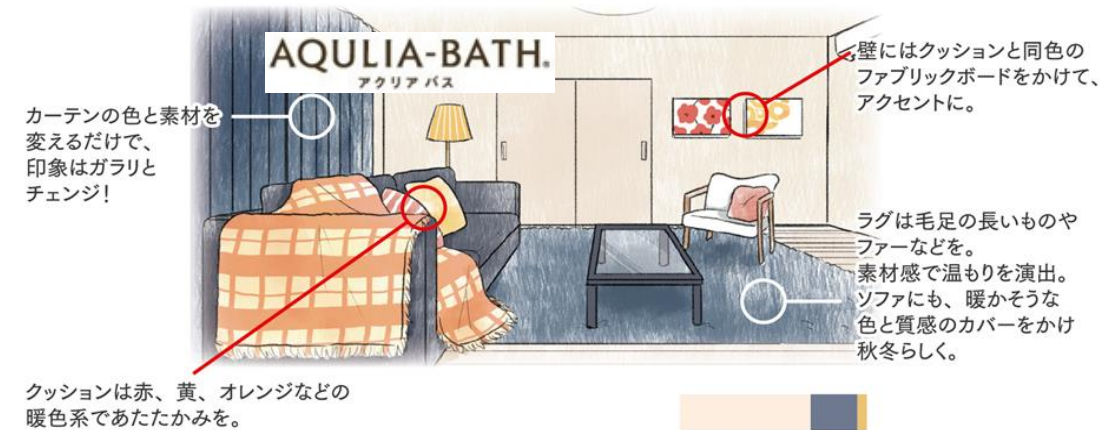
パッと見て、センスのよい空間には、カラーの配色黄金比が鍵を握ります。

- ①ベースカラー 70
壁や床など全体のイメージを作り上げる、一番面積を占める基調色
- ②アソートカラー 25
家具やカーテンなどベースカラーに次ぐ面積を占め、かつ補う役割の従属色
- ③アクセントカラー 5
小物など部屋全体のイメージカラーとは異なる小面積で、引き締める強調色



秋冬空間はダークな色味と暖色系でまとめて、温もりとくつろぎを演出

- ・多くの色の組み合わせはちぐはぐな印象に。3色くらいまでまとめてバランスよく見せるとセンスアップ。
- ・ラグやカーテン、カバーなどアソートカラーは、落ち着いたダーク系に。素材感を重視。
- ・クッションや小物などのアクセントカラーは、赤・黄・オレンジなどの暖色系に。



クリナップ **ますます充実！クリナップの新商品ラインナップ** **NEW**

Kitchen キッチン

最高級ステンレスキッチン。暮らしの真ん中に置きたくなるデザインと、革新を求め続けた素材と機能。



清掃性、デザイン、収納力を追い求め進化した暮らしの中で輝き続けるステンレスキャビネットキッチン

Bath バス

あったか、あんしん、きれいで進化する家族思いのシステムバスルーム

