

# INFORMATION

# 木ごころ通信

今年もやってきました!!  
親子で **木工教室**

毎年のごとだけど、親子の悩み  
のネタとなる夏休みの自由研究。  
みんなで楽しく済ませましょう!

**8/3土**  
AM10:00 ▶ PM12:00  
会場: 五泉愛宕小学校前店

収納ボックス  
をつくる予定です!

6組様限定

お申込み先 **0250-58-1277**

**リフォーム** **完成見学会**

新潟市西蒲区松山

8月中旬に完成見学会を開催  
する予定です。詳細はまた  
お知らせいたします。

**ボロい雑貨店**

端材もあるよ!  
DIYなど使い方  
いろいろ...♪

雑貨店の  
Instagram

かわいい季節の飾りなども  
製作しています!!

秋葉事務所 **住まいの相談ショップ**

【秋葉区山谷町3丁目35番24号(新津駅西口まつわら歯科医院隣近く!)】

毎週 月~金 オープン AM10:00 ▶ PM 4:00

毎月第3土曜日...  
住まいのお困りごと  
**無料相談会**  
AM10:00 ▶ PM 3:00

7月 **20日** 8月 **17日**

【お問合せはコチラ】 0250-47-3313

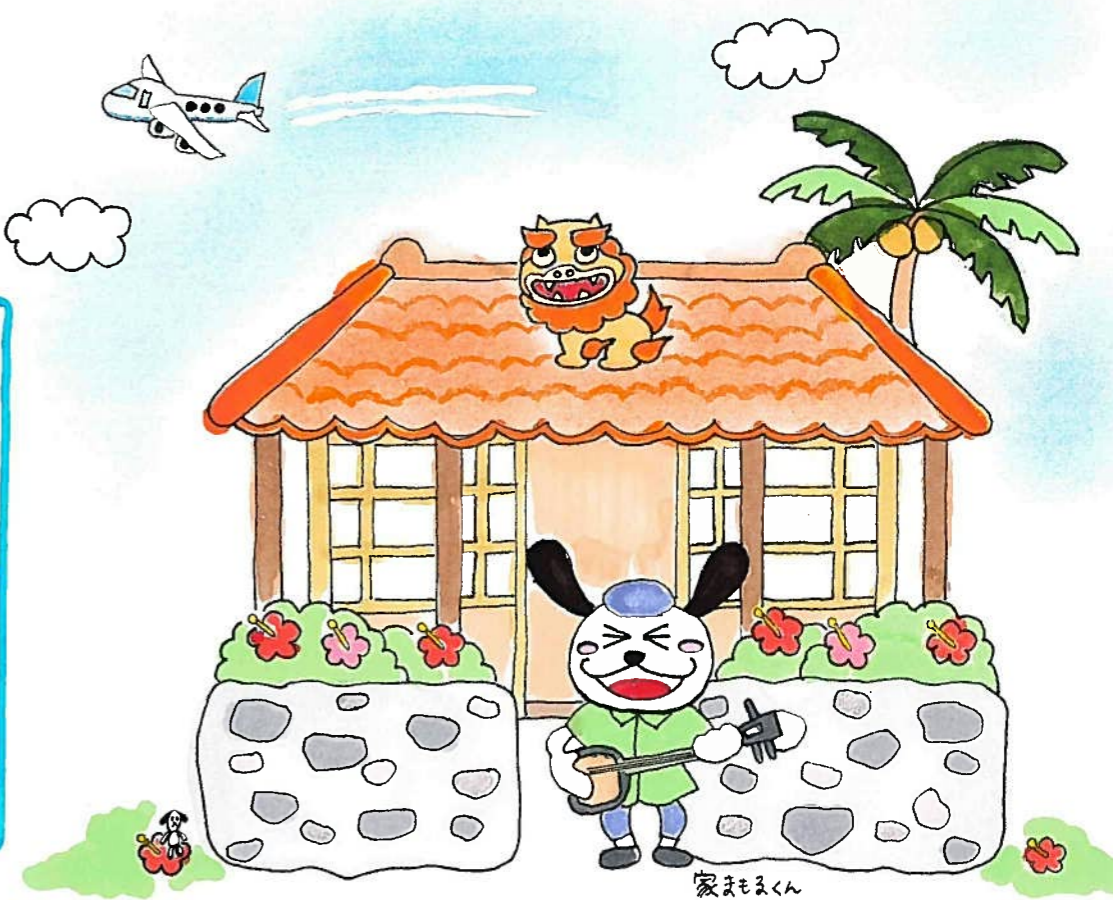
奥さん3倍元気になる  
**SNS**

Instagram YouTube

今日の **和菓子**

**7月 琥珀糖**  
江戸時代に生まれたお菓子。砂糖入りの寒天液を煮詰めて、シロップやリキュールなどで味や香りをつけます。まるで宝石のように透明感のある涼しげな見た目から、夏にぴったりなお菓子となりました。最近ではSNSで流行っているASMR(咀嚼音)で大定番のお菓子となり、カリカリとした音がいい。

**8月 ずんだ餅**  
8月1日八朔は収穫前の豊作祈願。きびや穀類の餅や団子を食べてきました。夏は枝豆のシーズン! 枝豆には高タンパクでありながら低脂肪、さらに美容や美肌に効果があるとされるイソフラボン、疲労回復や夏バテ防止のB1やB2などなど栄養が豊富。やっぱり夏は枝豆ですね!



家まもくん

ホームページ:    
または <https://www.kamiozaimoku.jp>

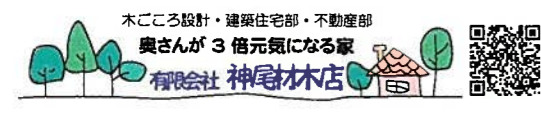
TEL: **0250-58-1277**

FAX: **0250-58-1278**

Mail: [okusans3bai@kamiozaimoku.jp](mailto:okusans3bai@kamiozaimoku.jp)

〒959-1701  
住所: 新潟県五泉市石曾根 7034

新築・リフォーム・増築・資金相談・土地探しなど、  
お家のことならなんでもお気軽にご相談ください。



木ごころ通信 **編集後記**  
No.138

木ごころ通信 138号も無事発行することができました。日頃よりご愛読いただき、心から御礼申し上げます。

5月・6月・7月は友人の結婚式や結婚パーティーで幸せいっぱい。そのためダイエットに励んだ3ヵ月間でもありました(※口だけではありませんか...笑) SNSでダイエット方法を見漁り、カラダを動かしたり、間食を控えたりと最初は意識高めて張り切りますが、飽き性で長続きせず...運よく暑い日が続いたことで、自然と体重は少~しだけ落ちてはくれましたが、見た目は全く変わらず、美ボディとは程遠い。後半は完全に諦めムードに入っていたがきなのでした。

ダイエット方法教えてください!!  
できれば簡単かつ効果的な方法で...汗

木ごころ通信編集長 板垣 朋美

**今月のかいたちよう**

暑中お見舞い申し上げます。  
今年も猛烈な暑さが続きそうですね。この時期は何ととっても緑が涼しさと癒しを与えてくれるグリーンガーデンなどが人気のおです。

夏と言えば海、川、山が大人気。特に緑豊かな森林には魅力がいっぱいです。リフレッシュの場として森林浴に少しでも興味がありましたら楽しんで頂きたいです。

森林浴には一般によく言われるストレス解消効果、自律神経を整える効果、血圧・心拍数の安定、気持ち落ち着く、免疫力を高めてガン予防、新陳代謝促進、疲労回復などに役立つ効果があると言われております。

リラックスすることにより興奮状態にある神経を鎮めることができ、イライラも解消できますし、運動不足も森林浴で解消できるのです。ゆつくりと森林を歩くことで良い運動にもなり、スポーツジムに通うより森林浴ならお金もかけずに日頃の運動不足も解消できるのです。日頃から悩んでいる冷え性の方もうまく解消することができると言われています。更に疲労回復もストレスを解消することで血流も改善され効果を高められます。

森林浴の期間や頻度などはあまり気にする必要は無く、自分に合った利用頻度で上手く森林浴の効果を得てはいいかでしょうか。ただ、森林浴の効果を得るためには、騒音や排ガスが少ない場所を利用することの方が良いとされています。

生活の中に森林浴を取り入れて、暑い夏にこそ健康維持に役立ててください。

神尾 すみ江



# 住まいのPOINT

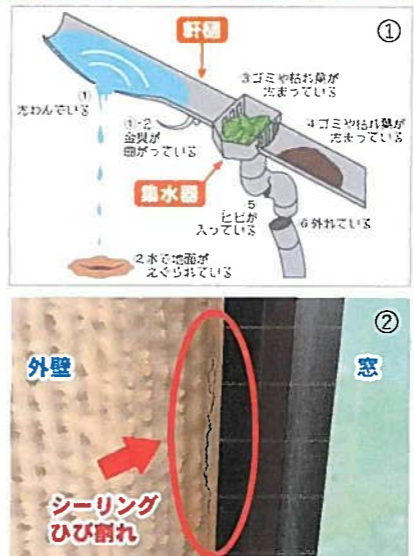
## 梅雨明けは、家のメンテナンスを！

今年も梅雨がやってきましたね。昨年はずっと曇って梅雨を全く感じない年でしたが、今年はしっかりと雨が降り続いていますね。

例年、新潟県の梅雨明けは7月23日前後。あと1週間ほどでジメジメとした嫌な季節が終わってくれそうです。そこで、梅雨が明けたら一度、お住まいの様子をチェックしてみたいかがでしょうか？

でも家のチェックといっても、何をすればいいのか困りますよね。

そこで、まずは最初に「雨樋」を見てみましょう。落ち葉やゴミが溜まってしまえば水がきちんと流れなくなってしまう。他にも破損や変形がないかどうか確認しましょう。(※左図①参照)



次に「窓まわりや玄関まわり」の点検です。外壁と窓などの開口部の取り付け部分は、もともと雨が侵入しやすい箇所です。シーリングの劣化がないか、外壁にひび割れがないか等、しっかりとチェックしておきましょう。室内側からも、壁や天井にシミやカビがないか定期的に点検しておくといいですね。(※右写真②参照)

家を大切に長く維持していくためには、「早期発見」が鉄則です！新築の家であれば大きな問題は少ないと思いますが、築年数の長い家にお住まいの方は、雪解け後や梅雨明けにはお住まいの点検を。そうすることで雨漏れやシロアリなどの被害を早期発見して、建物の寿命を延ばすことにつながります。ご自身の点検が難しい場所や危険をともなう箇所については、無理せず建築業者にご相談ください。神尾材木店でもご相談承っておりますので、ぜひご相談ください。

「点検をお願いしたい!」「ここにひび割れがあるんだけど大丈夫?」などどんなことでもお気軽にお声掛けください!

神尾健二までお気軽にお問い合わせください!

0250-58-1277

okusan3bai@kamiozaimoku.jp

## ケツパの育ち修行中

\*\*\* アルビ沼! \*\*\*  
こんにちは、ケツパです。  
前回初めてアルビレックス新潟の応援に行った話を書きましたが、私と長男は益々アルビの応援に熱が入っています。特に6月22日(土)にビッグスワンで行われた川崎フロンターレ戦が熱い試合で、私と長男はすっかりアルビの虜になってしまいました。もはやホームゲームを観るだけでは満足できなくなり、スポーツ配信チャンネルのDAZN(ダゾーン)に加入してアウェーゲームも家で観戦するようになりました。次男はというと、最初に行った試合でサポーターの応援の迫力に恐怖を覚えてしまい、一緒にビッグスワンに行くことは無くなっていました。ところが、夜の試合ではペンライトを振って応援することが分ると、自分もライトを振って応援したくなったようで、「次の試合は僕も行く!!」と気分十分。試合そっこのけでペンライトをポンポン振り回しているのですが...  
なんにせよ久しぶりに家族揃ってアルビの応援に行けるので楽しみです。まだホームゲームでの勝利を観たことがないので、『家族でアルビの勝利を観たい!』と短冊に書いてお願いするのです。Gin

## 「お客様の声」-ありがとうの声-

お客様より直筆でいただいた、工事をされたのご感想やご意見をご紹介します!

お聞かせください!!

リホーム工事の御礼 (2件、写し)

この度は、ほんとは何から何までよくいただき、ありがとうございました。体感、2年間の劣化がリホーム工事のおかげで解消されたこと、心なりの安心が感じられ、リホーム工事をお願いしました。完成後、息子家族とも同居でき、何気ない日常がとても心地よくて、あっという間に半年が経ちました。

いろいろな職人さんたちの笑顔が浮かんでます。

丁寧なご感想ありがとうございます。今回は息子様ご家族のご感想をご紹介させていただきます。

皆様よりいただいた貴重なご意見やご感想は、大切に受け止めます!!

感謝

## 七夕飾りましたよ!

村松事務所

プールで泳げるようになりたい

秋葉事務所

たくさんあそべますように

ウノとオセロが つよくなりますように

ご協力くださいました皆様 ありがとうございます。

## ありがとうの現場

西蒲区 I 様邸 **リフォーム工事**  
キッチンが組み立てられました。どんなごちそうを作ろうか想像が膨らみ楽しい日々ですね!

五泉市 H 様邸 **浴槽入替工事**  
1日の疲れを癒やしてくれ、お風呂がエリビエ良くてステキに変身☆

秋葉区 H 様邸 **馬車スペース工事**  
お庭の一部を削り、車1台分が楽々入るスペースになりました

五泉市 Y 様邸 **内窓取付工事**  
「住宅省エネ2024キャンペーン」補助金制度を利用して、とてもお得に内窓の取付けを行いました。

阿賀野市 T 様邸 **エアコンクリーニング**  
暑い夏、効率良く快適に過ごすためにおすすめです!「ゼロイアコンの交換が全然違いますよ!」とK様。

## ガッキーのモグモグペロリッ

アイスコーヒー / ソフトクリーム / リフトクリーム

先日友人とお出掛けしたときに教えてもらったカフェ **【Taibow!COFFEE&GELATO SOFT】** をご紹介♪ 西蒲区松山にあり実は今リフォーム工事をさせていただいている現場のすぐ近くなんです! 店内はコーヒーのいい香りに包まれとてもオシャレで落ち着いた雰囲気、窓からの眺めがすごく良く、おいしいコーヒーを飲みながらゆったりとした時間が過ごせます( 艸 )近くには上堰瀧公園があり、公園の行きや帰りに立ち寄り親子連れの姿も☆ただ休日はとても混んでおり、店内もあまり広くないので、テイクアウトがおすすめです!! 暑い夏はやっぱり冷たいものが食べたくなりませうね! 私は季節のソフトクリームとアイスコーヒーをいただきました!(^^)このときのソフトクリームはキャラメル味。ほんのりほろ苦さがある、美味しかった~(\*^^\*)皆様もぜひ!

Taibow! COFFEE&GELATO SOFT  
新潟市西蒲区松山56-4  
定休日 / 月曜日・不定休  
営業時間 / 平日 11:00~17:00 土日祝 10:00~17:00

Instagram

### 住宅用火災警報器

電池寿命 **約10年**

機器交換は設置後 **約10年が目安**

50秒おきに警告音鳴ったら、電池切れのサイン!!

新しい警報器への交換をおすすめします!!

### Twitter馬場 (ツイてる馬場)

はばしようた 2024/06/30

春に植えたじゃがいもは失敗しました... その後植えたミニトマトは元気に育っています!

333

## 爆笑夫婦の日常

ラーメンの上ののっかった豆つきもやし / シヤキシヤキして美味しいですよ

これが頭にあって、豆もやしをカゴに入れましたよ

不機嫌がずーと続いていたすみ江さん、少し軟化してきた模様です。それでも地雷を踏まないように。毎日、慎重に慎重にの小学生。

「これ、こうで来た!」と、くだんの豆もやしを出した。

ドカン

地雷を踏んだようだ

「なにほど、いいと思って買って来たんか知らんけど」

ドカン、ドカン」おめえさん料理しなせつ!!

いきなりの大きな怒声にただ唾然、悄然シユン。

豆つきは時間がかかる、出すタイミングが悪かった

すみ江さん料理中

一所懸命作ってる処へ、もっと作れと追い撃ちをかけたようだ。

(ふりだしへ戻った Mr. ターどん)

お料理中

どうぞ

すみ江さん

Mr. ターどんのInstagram