

キタセツの笑顔をお届けします♪

今月の一問一答



【営業】冷水 圭吾

このコーナーは社員から社員へ質問をするコーナーです！皆様からの質問も募集中です！！
今回のお題は私、冷水から『皆さんのアカン飯(ありえない食べ方)または、オリジナルおすすめレシピを教えてください』です。私は『シーフードヌードルにマヨネーズ』最初から入れて混ぜ混ぜ～シーフード味がベストマッチです♪



【社長】北川 拓
「じゃがバターに塩辛をのせて食べる」



【常務】遠藤 祐司
「焼いてない食パンにバナナを1本挟んでグニューと潰し食す」



【営業部長】鳥羽 克夫
「納豆チーズ飯」(醤油味) by娘



【営業】田中 和幸
「森永のホットケーキ+バターをたっぷり染みこませる+カナダライフのメープルシロップをずっしり重くなるまで+ハーシーのチョコシロップをかけて完成」
5枚は食べたい！
今は糖尿なので禁止です(T_T)



【営業】竹浪 智美
「日清シーフードカップヌードルにマヨネーズ」
半分位食べた頃に入れると違った味が楽しめます♪



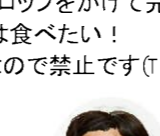
【営業】高橋 拓人
「鶏肉、じゃが芋、チンゲン菜玉ネギにこれでもか！という位生姜を入れて作ったスープ」
温まります。



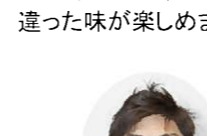
【営業】山口 菜緒
「カステラに牛乳をかける」
甘さが増して、しっとりして美味しさ倍増(^u^)



【営業】伴野 詠司
「カレーだけは、冷ご飯にかけて食べるのが好き」



【工事部長】野平 博之
「フランスパン片手に朝食にバターまるごと1箱完食！」



【工事】野口 武志
「クリームシチューと白米」
カレーライスみたいで美味しい！



【工事】石川 善和
「TKG(卵かけごはん)にシャケフレーク」



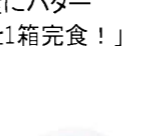
【工事副部長】本間 勝慶
「あり得ない程の早食い」



【工事】高橋 清
「白米にマヨネーズ+わさび+醤油」



【プランナー】菅原 光友希
「パン粉を牛乳でしとらせる程度で平たくしてピザ生地にする」
中はしっとりフチはサクリ！



【プランナー】廣瀬 雅子
「鶏肉に塩コショウ、両面をこんがり焼き、オレンジマレードとつゆの素で煮る」
子供が大好き！冷めても美味しくお弁当にもオススメ！



【経理事務】渡部 雅美
「カレーに納豆をかける」
メジャーですが、友達にはあり得ないといわれます。



【ショールーム】清水 久恵
「天ぷらにソース」
何にでもソースをかけていた父の影響です。



【ニュースレター・広報担当】鈴木 多佳子
「シェイクにフライドポテトをつけると焼き芋の味になる」
娘がよくやっています(-"-)

～みらい市バスツアー開催決定～
7/28(土)、抽選で80名様無料ご招待 ※詳細は別紙参照
東京ビッグサイトのみらい市展示会&神保町花月で「よしもと落語会」を一緒に楽しみましょう♪(出演者：山崎邦正他)

工事、イベント、ニュースレターに関する皆さんの率直なご意見、ご感想、ご近所の話題、知りたいこと…どんなことでも結構です。緑色のアンケートはがきに書いて送ってくださいね！
美味しいものを抽選でプレゼントさせていただきます♪
お便りお待ちしております！！

アンケートハガキをお送りくださった方の中から
毎月抽選で5名様に**おいしい品をプレゼント**
(締切7/5 消印有効)

今月のプレゼントは
栃木県『宇都宮餃子 元祖宇味家の餃子40個』

アンケートハガキのご返信ありがとうございました！！
先月のプレゼント茨城県『水戸黄門漫遊記ほしいもゴールドラベル』をお送りさせていただきました。

ご当選者5名様！
西大井 K様 南馬込 Y様 山王 M様
大森南 O様 中央 T様 **ご当選おめでとうございます♪**

★正社員急募(工事部)★
学歴経験不問/20歳まで
いちから工事を学びたい
やる気のある方を探しています！
詳細は担当 遠藤まで。



各種お問合せはこちらへ↓
編集発行：株式会社キタセツ
建設業許可(般)20第108750号
〒143-0022 東京都大田区東馬込2-12-1
通話料無料 **0120-81-4415**
(受付時間9:00～19:00) Fax 03-3774-9577
ホームページアドレス <http://www.kitasetsumi.co.jp>
メールアドレス info@kitasetsumi.co.jp **キタセツ**

The information letter which sends a comfortable life to you しあわせ色

この町の皆様が、安心・快適・しあわせに暮らすために私たちがキタセツはガンバります。

リフォームと困った時のお手伝い
キタセツ
0120-81-4415
編集・発行 〒143-0022 大田区東馬込2-12-1

- ### 今号の話題
- ・ 今月のご挨拶『感謝の気持ちを伝えましょう！』
 - ・ イベント報告『自分で予防！セルフケア講座』
 - ・ リフォーム現場中継！狭いトイレのお悩み解消！！
『奥行き20センチ延長でゆとりのトイレ空間へ』
 - ・ 収納教室開講/大田区住宅リフォーム助成金など…
 - ・ 今月の一問一答『アカン飯またはおすすめレシピを教えてください！』



こんにちは、北川です。先日、妻の退職祝いで箱根旅行に行ってきました！
初日の昼食は昔からある強羅の餃子センターで懐かしい味を満喫し、宿は創業明治11年の有形文化財に登録されている富士屋ホテル。ホテルでは熟練のコンシェルジュが館内を案内してくれるサービスがあり、仕事柄古い建造物に興味があったのでとても楽しめました♪ホテルのカレーパンが人気でTVでも紹介されていますが、もともと外国人専用ホテルとして開業したためなんだそうです。翌日は箱根定期観光バスで小涌園、箱根関所や芦ノ湖の遊覧船、ロープウェイで大涌谷、早雲山からケーブルカーで強羅、その後バスで甘酒茶屋、鈴廣かまぼこの里…などほとんどの名所を巡り、思い出深い旅になりました♪長年、仕事をしながら家事をこなし、私のお弁当を毎日欠かすことなく作ってくれた妻には感謝してもしきれません。旅行の話をした時に、妻の目が潤んでいたのがとても印象的で、感謝の気持ちを相手に伝えることの大切さを感じました。これからも周囲の人たちにきちんと感謝の気持ちを伝えていきたいと思えます。では、今月の『しあわせ色』スタートです！

自分で予防！セルフケア講座

こんにちは、ショールーム担当の清水です。4月に開講したセルフケア講座をご紹介します！講師はフィットセラピスト※1の瀧野智恵先生。ストレッチやトレーニング、マッサージなど身体の「外」からのケアから、日常の食生活など「内」からのケアに至るまで健康の為に様々なセルフケアをご提案する講座です。第1回目は『自分の身体を知ろう！』と題して、自分の姿勢や足裏、指の使い方などから、自分の身体をチェックしました。

※1植物の癒しの力を用いて、自然治癒力に働きかけて病気を予防したり、心身の不調和を改善し導く療法をフィットセラピー(植物療法)といいます。その資格を有した人をフィットセラピストといいます。

講座で学んだ動きを自宅でやってみました。普段から身体を動かしている方なのですが、自分の身体が思うように動かないことに大ショック！筋肉もバランスのとれた使い方をしないとダメなことを知りました。今後の講座がとても楽しみです♡

ご挨拶もそこそこには、皆さん身体のお悩み相談を開始。簡単に出来るハズのいろいろな動きを行いました。想像以上に自分の身体が動かないことに愕然とされ、2時間少々時間でしたが、予定していたお茶を飲む時間も惜しみ、真剣に取り組まれていらっしゃいました。

足の指が使えているかチェック
身体の重心は足指含め足裏全体で支えます。足指が使えると足のぐらつきや転倒もしくくなります。

まずは正しい姿勢を学びましょう！

ヒラメ筋、ヒフク筋のトレーニング
身体が前に倒れている方は、ここを鍛えてバランスを戻しましょう。

瀧野先生

腰痛、肩こりなどをお持ちのお客様と接していると障害予防のためには自分の身体の特徴やクセを知ること、自分の身体に興味を持ってセルフケアを続けてみるのが大切だと感じます。講座では、トレーニング、ストレッチをはじめ、冷えやむくみを取るオイルトリートメントなども生活の中に取り入れられるプログラムにしていこうと考えています。ご自身にあった身体が楽になる方法を、ぜひ見つけてくださいね。～瀧野智恵～

腰痛予防の運動
骨盤と筋肉を使って、前後に動かすことでストレッチとトレーニングが出来ます。



リフォーム現場中継！狭いトイレのお悩み解消！！ 『奥行き20センチ延長でゆとりのトイレ空間へ』

こんにちは！リフォーム現場中継初登場の山口です！学ぶことが多く、日々新鮮でやりがいのある仕事にワクワクしています♪昨年末からアパートの1階でひとり暮らしをはじめ、寒さに耐える冬でした。冬暖かく、夏涼しいお部屋の断熱リフォームの重要性を、只今体感中です^_^；
今回、ご紹介させていただくのは、大田区の築40年の戸建にお住まいのK様。トイレの改修工事をご希望され、お嬢様がホームページをご覧になり、お問合せをくださいました。

～ お悩み ～

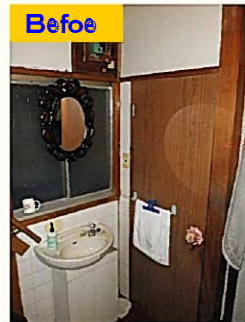
- ・トイレに座ると、ドアに膝がぶつかってしまうほど窮屈。
- ・薄暗くて清潔感がない。
- ・トイレに行くたびに水の使用量が気になる。

～ 解決策 ～

- ・現在のドアと壁を撤去し、20センチ廊下側に壁を新設しドアを取付けて、奥行きをだす。
- ・空間を広げ、壁紙を白くすることで、照明器具などは変えずに、清潔感のある明るい空間を生みだす。
- ・節水トイレに変更。



Before
奥行98センチのトイレ
床はタイル。足元がピンヤリし、目地も掃除しにくいです。



Before
トイレの前にあった手洗い場は撤去。ドア横の窓を基準にドアの位置に注目してください。



新設する壁の柱
新しい壁とドアを取付ける為の下地作り。K様邸はトイレが一箇所なので3日間の工事中、生活にご不便がないよう新しいトイレを先に取付け、工事中は傷がつかないようにビニールをかぶせ養生もしっかりとしました。



黄色い部分が壁紙を貼る前の新設した壁。トイレに20センチ奥行ができました。



After
K様邸に設置したのは「TOTOピュアレストQR」
今までのトイレと比較すると水の使用量は1/4とかなりの節水力です。
ご家族の多いご家庭には特におすすめです！

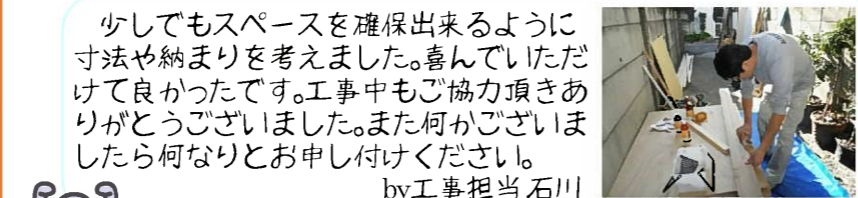


After
床には清掃性の高いクッションフロアを採用。手すりも取付け、老後も安心です。
奥行120センチのゆったりトイレの完成です！



トイレの前が階段で、手摺りが出っ張っている為、トイレのドアは狭いスペースにも対応できる「中折れ戸」を採用しました。

K様のご感想
工事前は壁を壊すことに少し抵抗がありましたが、もうひとつお部屋が増えたみたいで、工事して良かったと思います。
夫婦で暮らしているので工事中も賑やかで刺激がありました。



少しでもスペースを確保出来るように寸法や納まりを考えました。喜んでいただけ良かったです。工事中もご協力頂きありがとうございました。また何かございましたら何なりとお申し付けください。
by工事担当 石川

「工事して良かった♡」と言っていただけで嬉しかったです。また、工事スタッフの出入りにも、ご理解あるお言葉、ありがとうございました。今後もどんな小さなお家の悩みでもお気軽にご相談ください！
by営業 山口

「リフォームって、実際よくわからない…」そんなお客様の声に、イラストと簡単な文章でわかりやすく解説します。住まいの疑問が多くてなかなかリフォームができない皆様必見です！

『なるほどリフォームトイレ・バス編』資料請求はこちらまで
0120-81-4415

ホームページでは、さらにわかりやすい各種施工事例やしあわせ色バックナンバーがご覧いただけます！！
キタセツ 検索
プチッ

住空間収納プランナーによる収納教室(ワークショップ)開講 ～キッチンまわり編～ **参加費無料**

キタセツの住空間収納プランナーと一緒に、楽しくお片付けの方法を学びませんか？

なかなか片付かない…スッキリしない…ひとりで悩むより同じ悩みを共有できる仲間と前に進みましょう！

★お悩みの部位のお写真をご持参ください！★

(吊戸棚、引出し、作業台上、食器棚など、キッチンまわりの片付かない部位の写真)

収納されている品物が具体的に見えるお写真をご持参ください。具体策をアドバイスさせていただきます。

～ワークショップの流れ～

- ①なぜ、片付かない！？まずは頭で理解→
- ②お写真をもとに簡易診断→
- ③整理収納のプロによるアドバイス→
- ④参加者でお悩みを共有し、皆様のお悩みを一緒に考えてみる→
- ⑤作業をしてみる(ワーク) ※作業はキタセツでご用意した品で、部分的な整理収納を試してみたり、キッチン用品に見立てたカードを並べたりしながら身に付けていきます。

開催日時
6/23 (土) 10:30~12:00
7/7 (土) 10:30~12:00
ご都合の良い方のご参加OK。
両日ご参加も大歓迎です！

持ち物
■キッチンのお悩み部分の写真
(ご用意いただけない場合は当社のビフォー・アフターの写真などを参考にさせていただきます)



参考写真

※要事前申込み **お申込みは 0120-81-4415 キタセツ 廣瀬まで**

大田区にお住まいの皆様限定!!

大田区住宅リフォーム助成金

～概要～
大田区内の中小事業者の施工によるリフォーム費用の一部(工事費用の最大10%/上限額20万円)を区が助成します。※その他の区の助成制度や保険給付制度との併用も可能ですが助成金額が変わりますので詳しくはお問合せください。お客様にメリットが多い助成制度をご提案させていただきます。面倒な手続きもキタセツが代行させていただきますのでご安心ください！

～条件～

- ◆バリアフリー(手すり設置/段差解消/廊下幅拡張など)・環境配慮(珪藻土や調湿壁紙を使用した内装工事/節水型トイレの設置/窓の断熱改修/高断熱浴槽の設置など)・防犯・防災対策(防犯ガラス/家具転倒防止器具の設置に伴う壁の補強工事など)に該当するリフォーム工事
- ◆大田区民であること
- ◆工事対象住宅に居住していること
- ◆工事対象住宅の所有者または借借人であること
- ◆工事費用が10万円以上(税抜)であること
などがあります。その他詳細につきましては、当社担当の廣瀬までお問合せください。

～工事期間～

平成25年3月末までに完了するもの **～締切～** 助成総額(2,000万円)に達し次第、受付終了

トイレは現在ほとんどの商品が節水タイプ、人気の二重窓も対象です。かなり多数のリフォーム工事が該当しますのでリフォームをお考えの方は是非この機会にご検討ください。この夏の節水・節電対策をお早め！！

お問合せは 0120-81-4415 キタセツ 廣瀬まで

住宅ローンをお持ちで、リフォーム資金にお困りの方に朗報です！

現在、新築時の住宅ローン返済をされている方、リフォーム資金がなく、不便な生活をガマンされていませんか？

★キタセツからのご提案★

現在ご返済中の**住宅ローンとリフォームローンを一本化してご返済が可能**なんです！さらに、今ならお取引内容に応じての金利優遇が受けられ、低金利での借り入れが可能です。月々のご返済額が、現在の新築住宅ローンだけの時よりも下がり、より快適な生活がおくれるかもしれません♪
まずは、お気軽にご相談ください！

ご相談は 0120-81-4415 キタセツ 北川まで

