

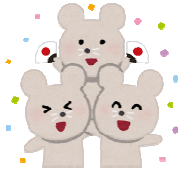


てんとうむし LETTER



TOTORIモデルクラブ
正会員店

皆様、明けましておめでとう御座います。本年もどうぞ宜しくお願い致します。
アサミハウジングでは、リモデルに関する疑問やお悩みなどを随時受け付けております。
小さな修理から大規模改修まで、お住まいについてのお悩みや疑問などがありましたら、
お気軽にお問い合わせください。



佐々木の部屋

こんにちは。アサミハウジングの佐々木です。
ついに令和最初の新年を迎えましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
今年の元旦は天候に恵まれ、初日の出を拝む事が出来ました。
段々と明るくなってくる空を見ながら、今年も1年、アサミハウジングに関わる
皆様の幸せと健康(最近、本当に健康第一を痛感しています)を願いました。



初日の出。良い年
になりますように。

正月休み中に読んだ新聞に、1982年に公開された映画『ブレードランナー』の世界は2019年をモデルに製作されたという記事がありました。車が空を飛ぶ世界ですが、現実にはまだ実用化されていません。やはり映画は夢物語、現実にはそんなに甘くないと思って読んでいましたが、その記事には空を飛ぶ車に挑戦しており、しかも30年後には空を飛ぶ車は当たり前になると書かれていました。企業を独立し、夢に向かって研究開発をしている技術者の話を読み、何だかワクワク、元気をもらいました。
好きなことをやり続けるのも難しい世の中ですが、夢を持って前に進んでいる方も大勢いると思います。私も年を重ねるごとに、年齢や色々な言い訳が先にくるようになりましたが、改めて自分に出来る事をコツコツとやり続ける事の大事さを再認識しました。

さて、私の正月休みですが、前々から興味があった陶芸を体験してきました。
ずっと一度は体験してみたいと思っていましたが、一緒に行った子供が窯元に着くなり講師の先生に「お父さんはNHKのスクーレットを見て流行に乗ってきたんだよ!」と言い、爆笑されました。
ろくろでの製作は初心者には難しいとの事で、手びねりで湯呑みやお皿を作ることに。
講師の先生も好きな陶芸をずっとやり続けてきた方なので、色々教えて頂きました。
気が付けば子供以上に夢中になり、時間があっという間に過ぎていました。
先生もまだまだ沢山話したい事があると言われ、次回も何う約束をして帰りました。
焼きあがったら連絡がくるのですが、今から待ち遠しく、考えるだけでソワソワしてきます。
そうそう、今回お世話になった窯元ですが、信楽の土を取り寄せて使用しているとの事でした。
その話を聞いた時は思わず「スクーレット!」と叫んでしまい、やはり爆笑されてしまいました。
まだまだ私は好きな事をやり続けるより、流行に流される人間のようなようです。笑
そんな私ですが、令和の時代も宜しくお願い申し上げます。



焼き上がりが楽しみです♪



佐々木 貴光
携帯電話 090-4455-7314
メールアドレス takamitsu-s@asami-housing.com

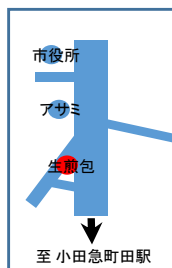
★町田駅徒歩3分! 持ち帰り小籠包のお店OPEN★

先月、アサミハウジングの近くに焼小籠包のお店がOPENしました(^^)
OPEN翌日、早速購入! 皮はもちもち、下の部分はカリッと香ばしく、中から溢れ出るスープも美味しい~♡♡♡ 1人で4個ペロッと食べちゃいました! 22時まで営業しているので、遅い時間でも買えるのが嬉しいです♪



焼き小籠包専門店
(テイクアウトのみ)
店名:生煎包
住所:町田市森野1-22-1
営業:11時~22時
(水曜休み)

◀皮を割るとスープがじゅわ~っ!



★スタッフインタビュー★ 今回のテーマ 2020年の抱負 教えてください!



(担当・田代)

ただひたすらに、
まっすぐ自分に合った
道を歩いていきます。
自然体ですネ...



(担当・佐々木)

・『感謝』と『謙虚』を
忘れず毎日過ごす。
・アプリの歩数計で
北海道を一周する!
(2019年12月現在、
東海道をチャレンジ中)



(担当・田牧)

令和時代に合う
仕事に取り組みたい
と思います。



(担当・井上)

事故無く、怪我無く、
健康で...!!



(担当・柏木)

人間万事
塞翁が馬



(担当・傳田)

幸せになる!!



(担当・井野)

2019年の抱負
『ダイエット』が未達成
なので今年こそは!



(担当・江口)

自分に厳しく、
確実なスキルアップ!



(担当・工藤)

現状維持!!



(担当・S)

出不精なので
積極的に外出するよう
心掛けたいです。



(担当・大久保)

何か資格を取りたいと
思っています。
実用的なボールペン字
講座とか。
(資格じゃないですが^^;)

暮らしの知恵袋 家をキレイに保つアイデア術

「常に家を美しくキープしたい」と思っている、毎日ていねいに掃除するのは大変です。ましてや、汚れてしまってから元通りにするのはさらに大変。ちょっとしたアイデアで、キレイにキープ!

●下駄箱の湿気取り
ニオイや汚れが発生しやすい下駄箱。新聞紙を敷いて除湿や汚れ防止に活用している方もいらっしゃると思いますが、実は、湿気を溜めやすい新聞紙は、月日が経つと変色してしまします。変色を防ぐために、少量の酢をたらしたバケツ1杯の水で雑巾をしぼり、拭き掃除をしてみてください。酢の殺菌作用がイ草の変質を遅らせてくれます。

●畳の変色を防止
青々として清々しいイメージの畳ですが、時とともに変色してしまします。変色を防ぐために、少量の酢をたらしたバケツ1杯の水で雑巾をしぼり、拭き掃除をしてみてください。酢の殺菌作用がイ草の変質を遅らせてくれます。

★きょうの晩ごはん★ ~梅つくねの玄米茶うどん~

材料4人分
●ゆでうどん 4玉
●水 2L
●玄米茶パック 1~2個
●白だし 80ml
●酒 50ml
●長ねぎ 1/3本
●鶏挽き肉 250g
●万能ねぎ 大さじ4

[A] 梅干し 2個
■大葉(みじん切り) 4枚分
■しょうが(すりおろし) 1かけ分
■長ねぎ(みじん切り) 10cm分
■みりん・片栗粉 各大さじ1
■酒・しょうゆ 各大さじ1/2

鶏肉のビタミンAは粘膜の強化に効果的!

- 【1】梅干しは種を抜いて包丁でたたき、長ねぎはななめ薄切り、万能ねぎは小口切りにする。
- 【2】ボウルに挽き肉と[A]を加え、粘りが出るまでよく混ぜる。
- 【3】鍋に湯を沸かして玄米茶を煮出す。白だし、酒を加え、長ねぎと【2】を丸めたものを入れ、火が通ったらうどんを入れて煮る。
- 【4】器に盛って、万能ねぎを散らしてできあがり!
●料理作成: チーム服部
●参考資料: 「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)

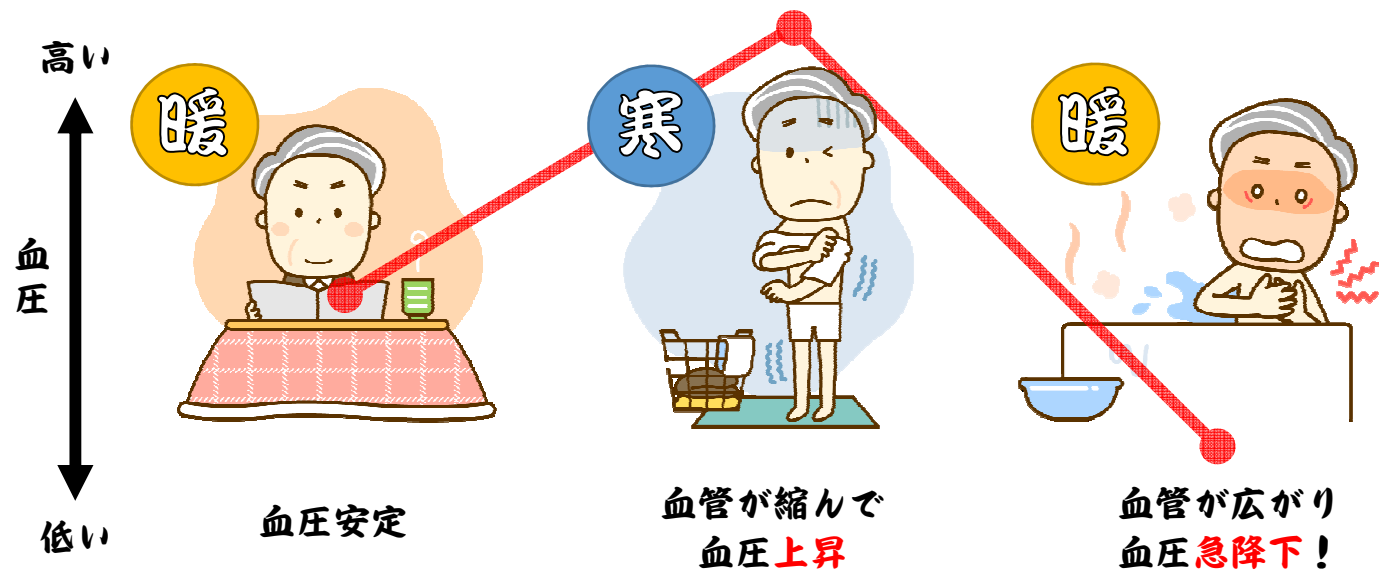


★ヒートショックに要注意！！★

参考：
TOTO「ティドビット」

お風呂に入っている時に亡くなる人の中で、お年寄りの占める割合がとて多く、東京都の例で8割が**65歳以上の高齢者**。特に75歳以上になるとその数は激増し、また、入浴中の事故が最も多く起きている月は12月となっています。このように、冬にお風呂での事故が多いのは**寒さ**が原因です。

お風呂に入る為の一連の動作の中で急に寒くなったり暖かくなったりすること（**ヒートショック**）が人の血圧を急に上げたり下げたり変動するため突然死に至るのです。暖かい部屋から一変、寒い脱衣所で服を脱ぎ、さらに寒いお風呂場に入り冷え冷えしながら体を洗う。この時、**血圧はどんどん上がって**いて、その後バスタブのお湯に浸かる（冬場は42度の熱いお湯を好む人が多い）と、その刺激でいったん**血圧がピークに達した**後、今度は体が温められるので血管が広がって**血圧は急降下**します。このように**血圧が急上昇すると脳出血**など、**血圧が急降下すると血液の流れが滞って心筋梗塞や脳梗塞**になる恐れがあるのです。



対策としては「**脱衣所やお風呂を暖かくしておく**」これに尽きます。急に寒くなったり暖かくなったりするのが危険なので家の中を均一に暖めておけば良いのです。例えば、脱衣所にヒーターを置いたり、浴室換気暖房乾燥機でお風呂場を暖めておくのもお勧めです。

手っ取り早く費用のかからない方法では、事前にバスタブを開けたままお湯を沸かしたり、シャワーでバスタブのお湯を張ったり、洗い場にシャワーを流して床を暖めるだけでも効果はあります。

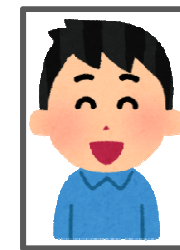
冬場はお年寄りに一番風呂を勧めるのはやめて、**誰かが入った直後に入ってもらう方が安全**です。また、熱すぎるお湯に入ることが体に大きな負担をかけるので、38度くらいのぬるめのお湯から入り、**徐々に湯の温度を上げていく**という方法もあります。長い時間肩までお湯に浸かったりお風呂に入るのも、たくさん汗をかいて血圧がドロドロになり流れが悪くなる為、半身浴や水分補給をするようにしましょう。



クリナップの壁付き暖房器具『Hotウォール』
壁付きなので狭い洗面室でも場所をとらず、ヒートショック予防にも◎！！

★アサミ会インタビュー！！★

アサミハウジング協力業者様で構成される【アサミ会】。このコーナーでは、いつもお世話になっているアサミ会の皆さんをご紹介します！



とみインテリア
富山 真樹さん

気づけばもう第6回！今回は、クロスやCF貼りなどの内装工事をお願いしている、とみインテリア富山さんにお話を伺いました！

■お休みの日は何をしていますか？？趣味など教えてください。
家族と買い物やレジャーなどに出掛け、楽しんでいます。

■仕事のこだわりを教えてください。
仕上げる工事なので、丁寧に・キレイに仕上げるよう心掛けています。リフォーム工事なので新築工事のような100%の仕上がりは難しいですが、100%の仕上がり出来るだけ近づけるよう、常に心がけて仕事をしています。お客様に「キレイになったね」と言われるよう、日々努力しています。

■では最後に、お客様（施主様）へ一言お願いします！
「ありがとう、リフォーム工事をして良かった」と言われるよう、一現場一現場頑張って作業していきます。

いつも丁寧・キレイに作業して頂き大変助かっています！！
富山さん、今後ともよろしくお願い致します。

★みてみて！我が家の可愛いペットご紹介★

アサミハウジング会長・田代の愛犬
「お超運（おちゃん）」



🐾🐾🐾🐾🐾🐾🐾🐾

写真はいつものお店でカットした時です！
（結構気に入ってるかな）
家族対応がそれぞれ違ってなかなか賢いです。
ちなみに私へは、ジーンズを履いた時「散歩に連れていけ」という指令がでます。
寄り添う“おちゃん”を取り合う家族です。笑（田代）

🐾🐾🐾🐾🐾🐾🐾🐾

「我が家のペットも載せて欲しい」という方がいらっしゃいましたら、ぜひ下記メールアドレスまでお写真等お送りください（＾＾）♪
お待ちしております！！



株式会社アサミハウジング

東京都町田市森野1-9-20 第二矢沢ビル2F
Tel. 042-729-8817 Fax. 042-729-8818
ホームページ <http://asami-housing.jp/>
メールアドレス a.reform@asami-housing.com





てんとうむし LETTER



20年
冬号



皆様、明けましておめでとう御座います。本年もどうぞ宜しくお願い致します。
アサミハウジングでは、リモデルに関する疑問やお悩みなどを随時受け付けております。
小さな修理から大規模改修まで、お住まいについてのお悩みや疑問などがありましたら、
お気軽にお問い合わせください。



田代のつぶやき

皆様は年末年始どう過ごされましたか？
私の過ごし方は特別な事が無い限りワンパターンです。
(芸がないですネ・・・笑)

年末はイルミネーション観賞、
4年連続よみうりランドです。
観覧車・ゴーカー・お化け屋敷等、
童心にかえて楽しめます。今年は
オリジナルUFOやきそばを作りました。



好きな具材を
選んでいられ
れます。



ここでオリジナルUFOやきそば作りを体験



沢山の人で賑わっていました

極めつけは、40年以上続いている
1月1日午後2時からの初詣：川崎大師 大本山 平間寺です。
本堂の中に入り、お屠蘇をいただき、座禅を組み、年頭の
法話を聞き、厳粛な趣きでお祈りできます。何とも言えません。
それこそ、「無」になる時です。

外に出ると、屋台が沢山立ち並んでいるので、
正月気分を存分に楽しめます。いつも口にするのが
じゃがバターとお好み焼きか焼きそばです(笑)

皆さんはこんなワンパターンな過ごし方、どう思いますか？



★町田駅徒歩3分！持ち帰り小籠包のお店OPEN★

先月、アサミハウジングの近くに焼小籠包の
お店がOPENしました(^^)
OPEN翌日、早速購入！皮はもちもち、下の
部分はカリッと香ばしく、中から溢れ出るスー
プも美味しい～👩🏻💕 1人で4個ペロッと食べ
ちゃいました！22時まで営業しているので、
遅い時間でも買えるのが嬉しいですね♪



焼き小籠包専門店
(テイクアウトのみ)

店名:生煎包
住所:町田市森野1-22-1
営業:11時～22時
(水曜休み)

◀ 皮を割るとスープがじゅわ～っ！

