



てんとうむし LETTER

21年秋・22年冬合併号



当社は国土交通大臣登録団体の会員です



TOTORIモデルクラブ 正会員店

明けましておめでとうございます。アサミハウジングです。従業員一同、本年も全力で皆様の快適な住まいづくりのお手伝いをさせていただきます。ちょっとしたことでもご遠慮なく、アサミハウジングまで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。まだまだ寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。私は今年の元旦も天候に恵まれ、初日の出を拝むことができました。



美しい初日の出

庄巻の91基の鳥居 福岡 稲荷神社にて



昨年はオリンピックも開催され、世界中で日本人が大活躍する年でしたね。松山英樹選手の日本人初のマスターズ優勝も感動しましたし、眞鍋淑郎先生の地球気候変動モデルの開発によるノーベル物理学賞受賞にも日本中が沸きました。私はNHKの「おかえりモネ」を見ていましたので、余計に驚きました。(気象予報を題材にしたドラマだったので)

その中でも一番最初に皆様が思い出すのは、大谷翔平選手の二刀流による大活躍ではないでしょうか。私も毎日、大谷選手が今日もホームランを打ちましたというニュースを楽しみに聞いていました。よく、武術やスポーツの世界では心技体という言葉を使いますが、大谷選手はあの若さで全て兼ね備えていると思います。若くして成功すると自分は特別なのだと慢心しそうですが、大谷選手のインタビューからはそのような事は微塵も感じません。それどころか、「次に向けてしっかり準備します」と、聞いているこちらが大事なことを教わっているような気がします。大谷選手の映像が流れると、ホームラン・ピッチングの映像とともに、球場に落ちているゴミを拾う映像も流れます。これは高校生の頃に作成したOW64の項目の一つに「運」と書かれており、その運を手に入れる為に書かれた8項目【ゴミ拾い・挨拶・部屋掃除・道具を大切に使う・審判さんへの態度・プラス思考・応援される人になる・本を読む】を今も実践していると思われます。今、改めて書きましたが、生活していく上で大事なことが全て書かれている感じですよ。大谷選手は著書にて、僕は他人がポイッと捨てた運を拾っているんですと語っています。高校生でそのことに気づき、今も高いレベルで実践している大谷選手の偉大さに感服するばかりです。

私もまだまだ人間的に成長できるよう、大谷選手を見習い、実践していきたいと思っています。これからも「戒驕戒躁」で頑張っていく私とアサミハウジングを宜しくお願い申し上げます。



健康に気を付けて今年も頑張ります！

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

★ スタッフインタビュー！ 今回のテーマ 2022年の抱負 を教えて！

| | | | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|  (担当・田代) | 一年一年を大事に生活する年代に入ったので心身ともに健康で！ |  (担当・佐々木) | かいきょうかいそう『戒驕戒躁』どんな時もおごらず、焦らず、堅実に取り組みます。 |  (担当・田牧) | 会社が現状維持 |
|  (担当・井野) | 休肝日をつくる！せめて週一！！暴飲暴食を控えるよう努力します！ |  (担当・井上) | 自然体で自分を大切に！ |  (担当・傳田) | ダイエット！！ |
|  (担当・江口) | 前向きにチャレンジ！ |  (担当・工藤) | 自分が現状維持 |  (担当・田澤) | 現場でケガなどしないよう注意する。 |
|  (担当・中村) | 体力づくり！筋力UP！！ |  (担当・村山) | 無事故安全運転 |  (担当・S) | QOLの向上！ |
|  (担当・大久保) | 健康第一！運動不足なのでウォーキングでもしようかな・・・？ |  (担当・Y) | 運動不足解消のため、1日30分歩く！ | <p>暮らしの知恵袋</p> <p>効率よく解凍するコツ</p> <p>料理をすると、使い切れなかった食材や、多めに作った残りを冷凍庫で保存することがよくあります。冷凍したものを再利用するとき上手に解凍するにはどうしたらよいか、その方法を紹介します。</p> <p>●時間によって方法を選択 さまざまな解凍方法がありますが、使う時間にちょうど解凍できるように方法を選ぶとよいでしょう。5～6時間あるなら冷蔵庫へ移してゆっくりと。2～3時間なら室温、1時間なら流水にさらして解凍を。すぐに使いたいなら電子レンジの解凍機能がオススメ。冷蔵庫のほうが上手に解凍できますが、時間がかかるので、予定に合わせて選択してください。</p> <p>●ぬるま湯を使って時短 ボウルに37℃程度のぬるま湯を用意して、その中に袋ごと入れます。まわりが溶けたら取り出してあとは室温でもどすと、短時間で解凍できます。</p> | |

★きょうの晩ごはん★ ～れんこんバーグ～

ビタミンCや食物繊維が豊富なれんこんは美肌や便秘の改善にも◎！



- 材料4人分
- れんこん 1節(300g) [A]
 - 合挽き肉 200g
 - 卵 1個
 - 塩 少々
 - パン粉 大さじ4
 - サラダ油 少々
 - 砂糖 大さじ2
 - しょうゆ 大さじ6
 - みりん・酒 各大さじ4

- れんこんは皮をむき、適当な大きさに切って袋に詰め、すりこぎでたたく。
- ボウルに合挽き肉・卵・塩・パン粉を入れ、粘りが出るまで混ぜ、れんこんを加えて、さらに混ぜる。
- 2を8～12等分にし、丸形にする。
- フライパンにサラダ油を熱し、れんこんバーグを焼く。焼き色がついたら裏返し、中まで火を通したら取り出す。
- フライパンに[A]を入れて煮詰め、そこへハンバーグを入れて汁を絡めたら、器に盛り付けて完成♪

●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)

★施工事例 / Before・After★

①玄関ドア塗装工事

木製の玄関ドアを塗り替えました。染み込んだ汚れを取り除く「灰汁洗い」作業後、ニス塗ってから保護塗料で仕上げ。新品のような明るい玄関ドアに蘇りました！



作業前 灰汁洗い作業中 灰汁洗い完了 塗装仕上

②タッチレス水栓交換工事

キッチン水栓をタッチレス水栓へ交換。ACタイプなので既存電源を切り回してコンセントを設置しました。
このKVKの水栓は水や油を弾く撥水膜コーティングが施されているので、汚れにくくお手入れもしやすいのが特徴です♪



作業前 作業後

★オススメ！町田の鰯料理専門店、喜Doi楽★

この度、弊社近くにある料理店「喜Doi楽」さんが鰯専門店にリニューアルしたのでご紹介します(^_^) 16歳から鰯料理店で修行した店主・藤崎さんは、創作料理が得意！決まった宴会メニューは無く、予算など希望を伝えればアラカルトでなんでも作ってくれます。鮮度抜群の鰯料理の他、豆腐・湯葉・しらすなどヘルシーなメニューも多く、女性のお客様にも大人気♪ お店は隠れ家のように貸切利用もしやすく、少人数の宴会も大歓迎とのこと。ランチ・ディナーの他テイクアウトもやっています。皆さん、ぜひ足を運んでみてください〜(^_^)ノ



地域によって特徴の違いイワシ。それぞれ調理法を変えることで美味しさを最大限に引き出します



落ち着いた雰囲気の外観 廻りごたつでまったり♪

「てんとうむしレターみたよ！」
と言ってくれた方へ、お得なクーポン！

ランチ・・・ソフトドリンク1杯無料♪
ディナー・・・お会計から10%オフ♪

町田市森野1-10-9サンシティハギワラビル1F
☎ 042-729-4082
不定休（予約があれば営業します♪）
※イワシ未入荷の場合は季節の魚をご提供いたします



少しの工夫で
おうちが快適！

住まいのスッキリ!! “収納”術

いざという時に備えて上手にストックを

長引くコロナ禍、近年多発する自然災害など、日常生活に不安を感じるが増えているように感じます。いざという時に自宅で数日過ごすことができるように、日持ちのする食品や日用品をまとめ買いするようにしているという方も多いでしょう。

家にストックがあることはとても心強いと思いますが、困るのが収納です。床に積んでおくと、散らかった印象に見えるだけではなく、災害時にぶつかってケガをしたり、避難時の妨げになるなど、防災対策のはずが、逆に安全を脅かすことにもなりかねません。

購入したものは、まず収納する場所を確保することが大切。余裕がない……とお困りの場合は、収納のものをすべて取り出し、今の暮らしに必要なものから優先順位をつけて、本当に必要なものを選び出しましょう。自然と収納に余裕が生まれるはずです。

食品には「ローリングストック」という考え方が有効です。備蓄用の食料という乾パンのような非常食を思い浮かべる方もいらっしゃると思いますが、缶詰や乾麺、レトルト食品など日常的によく食べるものの中で、日持ちのするものもストックに向いています。収納できる量を把握したうえで、いつもより少し多めに購入し、ストックしてあるものを毎日の食事の中で消費したら、なくなった分を新たに買い足していきます。そうすると定期

的にストックが入れ替えられていくので、賞味期限切れの心配もなくなります。普段の食品と非常時の食品を兼用できるので、収納する量も減らすことができます。

このストック方法は、電池や置き薬など使用期限のあるものや、トイレトーパー、マスク、ウェットティッシュなどの日用品にも応用できます。上手にストックして、いざという時に備えましょう！



イラスト：福井典子

野村高子 Home&Family代表。整理収納アドバイザー。親・子の片づけマスターインストラクター。自宅を公開しての収納セミナーや、お客様のお宅へ伺ってのお片付けサポートを実施。ホームオーガナイザー、ライフオーガナイザー2級。オフィシャルブログ：https://ameblo.jp/nomunomuuk/

INFORMATION

TOTO洗面化粧台 ドレーナ

ココがすごい！
自分のスタイルに合う空間を
造作家具をつくるように
自由に、手軽に実現！



使いやすくおしゃれなデザインを 木のぬくもりを感じて

施工取付のご用命は当社まで!!

ココがすごい！

暮らしのどんな場所にもフィット！
玄関やガレージ、寝室の横などにも設置可能。生活スタイルや趣味など、こだわりや希望に、多様に
応えます。



玄関へ ガレージへ 寝室の横へ



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 <https://asami-housing.jp/>
メールアドレス a.reform@asami-housing.com





てんとうむし LETTER



明けましておめでとうございます。アサミハウジングです。
従業員一同、本年も全力で皆様の快適な住まいづくりのお手伝いをさせていただきます。
ちょっとしたことでもご遠慮なく、アサミハウジングまでお気軽にお問い合わせください。

田代のつぶやき

熊野神社で初詣

年末年始の過ごし方、皆様いかがでしたか？
それぞれの想いを胸に過ごされたことと思います。
私は除夜の鐘を聞きながら、近くの神社にて初詣ができました。
そして美味しい甘酒をいただき感無量でした。皆さん、ソーシャル
ディスタンスをとり、そしてマスクをしながらの状況でした。



また、今回は「岐阜」の和の世界を思う存分堪能することができました。
世界遺産のひとつである美濃市「和紙」で有名なうだつの町並み通りの街並み、そして
雪景色の「白川郷」を散策。久しぶりに楽しい素晴らしいひと時を味わうことができました。

風情のある街並みに感動しました



美しい雪景色。圧巻でした

しかしながら今年もウィズコロナでスタートです。「油断大敵！」
日常生活・モラルを守りながら、前向きに「健康第一」で公私ともに過ごしていきたいと思えます。
皆様、今年もご支援の程よろしくお願い申し上げます。