

# 「ピクニック」と「ハイキング」の話

小さなリフォームから  
大きなリフォームまで



暑さも少し和らいで来ましたね。9月はピクニックやハイキングに良い季節ですね。ところで、この二つの言葉、同じような意味で使いますが、同じ意味？それともまったく違う意味？



## 【ピクニック】

は「屋外で食事をする事」なので、移動手段は自動車でも徒歩でも構いません。公園でも山でも河原でも、自宅の庭でも屋外で食事をすれば「ピクニック」だそうです。

## 【ハイキング】

は「歩くこと」がポイント。軽い登山や高原の散策など、自然の中を歩き楽しむことをいうそうです。散歩より、距離は長く、登山ほどの本格的ではない歩きをいうようです。

共通点はどちらも屋外！あなたは「ピクニック派」？「ハイキング派」？

mainichi.jp より

## 我が家のキッチン★

## 海老しんじょの変わり揚げ ★

材料 2人分

作り方

材料	分量
海老	60 g
はんぺん	50 g
卵白	1/2個分
片栗粉	小さじ2
砂糖	小さじ1
塩	適宜
あられ	適宜
油	300CC

- ①海老を1cm角にきります。
- ②すり鉢にはんぺんを入れ、なめらかになるまで攪ります。
- ③海老を加えて全体に粘りが出るまで混ぜます。
- ④さらに卵白、片栗粉、砂糖、塩を混ぜます。
- ⑤乾いた布巾であられを包み、上から叩いて細かくします。
- ⑥④の海老とはんぺんを混ぜたものをひと口大に丸め、くだいたあられをまぶします。
- ⑦180度の油で5~10分揚げます。
- ⑧揚げたら油をきって、皿に盛り付けます。お好みで、すだちを加えるのもオススメです。



※しんじょとは真書と書き、魚のすり身に山芋と卵を混ぜて調理したものを言い、しんじょうとも呼ばれるそうです。

窓のことからエクステリアやメンテナンスまで住まいのお悩みご相談ください！



**株式会社 サンエー住建**

住所: 〒940-0029 長岡市東蔵王 2-1-13  
電話: 0258-33-1066 FAX: 0258-33-8219

URL: <http://www.saneijuku.co.jp>  
E-mail: [info@saneijuku.co.jp](mailto:info@saneijuku.co.jp)



# 住まいの瓦版

2019年 9月号

第243号



## 消費税



## 10月からいよいよ10%!

10月からついに10%に突入です。消費税です。家計に与える影響を考えると、今から引き締めて行かないと！とお考えの方も多いと思います。長岡市出身で節約アドバイザー、ファイナンシャルプランナーの丸山晴美さんは、今すぐすべきことは「家計を見直し、ムダ遣い体質から脱却することだ」と言います。ムダ遣いしたお金＝貯められるはずのお金」と認識し、少額でも月、年間で集計すれば大きな金額になり引き締め意識が沸くでしょう。

同じく、ファイナンシャルプランナーの西山美紀さんは、8%から10%に上がる訳だから、実質2%の増税、としたうえで、「お金の立て直し法」を3つ提案しています。

- ①大きな固定費を見直す・・・電気、ガス、スマホ、保険など安いプランを検討する。
  - ②家で料理する回数を増やす・・・飲料食品は8%に据置き→外食を減らし家で料理。
  - ③稼げ力を上げる・・・会社勤めの方は資格取得で手当の期待が。または副業で収入アップ。
- ただし、本業に影響するほど頑張るのは禁物！！と付け加えています。

10%になっても慌てることのないように、家計を見直すチャンスととらえ家族で話し合ってみましょう。

allabout.co.jp より

## 9月1日は防災の日★

防災

今年も、大雨被害が出ています。災害は、いつ、どこで起こるか分かりません。防災の日をきっかけに改めて防災用品を見直し、いざという時のため、準備をしておきましょう。

### 【災害に対する家庭での備え】 これだけは準備しておこう

- ①家具の転倒防止対策
- ②食料、飲料などの備蓄
- ③非常持出しバッグの準備
- ④家族同士の安否確認方法
- ⑤避難場所、避難経路の確認



災害用伝言板の使用法など日頃から確認しておくといいですね。

### 災害への「備え」チェックリスト

【非常用持ち出し袋】

<input type="checkbox"/> 水	<input type="checkbox"/> 貴重品 (現金、免許、印鑑、重要書類)
<input type="checkbox"/> 食品 (缶詰、パスタ、お菓子)	<input type="checkbox"/> 懐中電灯 (電池別売)
<input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット (防災ヘルメット)	<input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット (防災ヘルメット)
<input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット (防災ヘルメット)	<input type="checkbox"/> 防災用ヘルメット (防災ヘルメット)

【備蓄品】

<input type="checkbox"/> 食料 (長期保存可能な食品)	<input type="checkbox"/> 飲料 (長期保存可能な飲料)
<input type="checkbox"/> 衛生用品 (トイレ用品)	<input type="checkbox"/> 医薬品 (常備薬)
<input type="checkbox"/> 防災用品 (防災用品)	<input type="checkbox"/> 防災用品 (防災用品)

ほかにも、要項で必要なものは日頃から確認しておきましょう

kantei.go.jp より

※ お住まいのリフォーム・新築等をお考えの方、土地や建物をお売りになりたい方、お探しの方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。





# ちよつとためになる豆知識

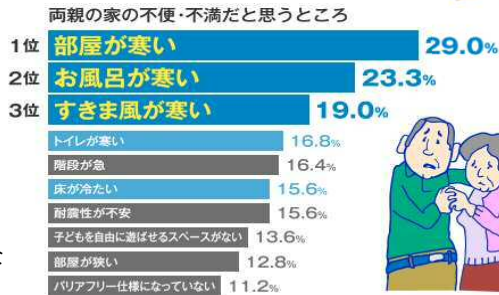


楽しかった夏休みも終わりました。遠方にお住まいの子どもさんやお孫さんが帰省され、賑やかに過ごされたご家庭も多かったのではないのでしょうか。次の帰省は年末年始になりますか・・・また、楽しく過ごしたいですね。ところで、次のデータをご覧ください。

## おいしいちゃんの家って寒くてイヤ！テータでわかる子や孫の本音！

断熱性が低いから、冬が寒い。お宅も、こんな家ではありませんか？

子を持つ親が自身の実家に対して不満に思うことのTOP3は、すべて寒さに関する内容で、4位以降も室温に関するものが続きます。孫も「暗い」、「寒い」トイレや浴室などを苦手な場所に挙げています。



出典：(一社)住宅リフォーム推進協議会「祖父母の家に対する意識調査」

## 断熱といえば、壁の断熱材とっていませんか？

一番重要なのは『窓』の断熱。窓は熱の出入りが一番多い場所。だから窓を替えて断熱性を高めると家全体の断熱性アップにつながり快適に生活できるんです。

## 窓は進化していますよ！

最新の樹脂窓に替えれば昔の窓と比べて断熱性能は7倍にアップします。



【工法】も進化しています。①今ある窓はそのまま、内窓を付ける。②壁を壊さず窓を交換する。③今ある窓はそのままガラスだけ交換する。YKKAPの『かんたんマドリモ』で窓リフォーム、快適な冬をお過ごしください。どうぞ、MADO ショップ・パートナー店のサンエー住建にご相談ください。

※ お住まいのリフォーム・新築等をお考えの方、土地や建物をお売りになりたい方、お探しの方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください。

# 見たい・食べたい 教えたい!!!

Vol.19

私がスイーツ大好きママです!



長岡市にもたくさんのパン屋さんがあり、いつも迷ってしまいますが、今回は大島にある小さなパン屋さん『タカナベーカーリー』さんを紹介したいと思います。

お店の中はお客さんが4~5人も入れればいっぱいになるような小さなお店ですが、ショーケースの中や棚の上にはパンがたくさん並んでいて対面式なのでお店の方に言って取ってもらうスタイルでした。

こちらのお店の一番人気は注文してから練乳を入れてくれるミルククリームだそうで、細長いソフトフランスパンの中に

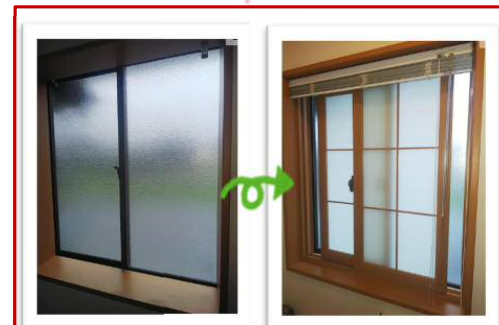
優しい甘さのクリームをたくさん入れてくれます。ソフトフランスパンなので固すぎず食べやすいパンでした。カレーパンもおススメでお店の方がスパイスの配合から考えて作ったカレーが入っているようで、豆のカレーパンやグリーンカレーのピリ辛な珍しいパンもありました。他にも少し冷めててもサクサクなクロワッサンやチーズがたっぷりのったフォカッチャなど小さなお店ですがたくさんの種類のパンが並んでいました。出来立てを次々と並べてくれるのでお店の中はパンのいい香りが漂っていましたよ。

秋の気持ちの良い風にあたりながら公園などでパンを食べる・・・なんて如何でしょうか。



## リフォームしてみませんか!?

YKKAP かんたんマドリモ



Before

After

### 内窓 プラマード U(和紙調の荒間格子)

今ある窓に内窓を付けて二重窓に。ひと窓約60分で断熱性能アップ!!



Before

After

### カバー工法による窓交換

今ある窓枠に新しい窓をかぶせて取付けるカバー工法で窓をスピード交換。断熱性もアップ!