

<http://www.almah.jp> 「はあととはあと通信」で検索して下さい



No. 217

Q はあととはあと通信

检索



「大きな栗の木の下で」

大きな栗の木の下で
あなたとわたし
仲良く遊びましょう
大きな栗の木の下で

大きな栗の木の下で
お話ししよう
みんなでわになって
大きな栗の木の下で

大きな栗の木の下で
大きな夢を
大きくそだてましょう
大きな栗の木の下で



コンテンツ

- スタッフ通信 ♪
- 特集！
【今スグ役立つ家事の裏ワザ】
- 職人さん紹介
【タイセイ商事 小野さん】
- 施工現場レポート
【H様邸 階段手すり取付工事】
- お料理レシピ！(^^)！
 - ・ れんこんの海老はさみ揚げ
 - ・ レンジで簡単♪りんごバター



住まいのリフォーム専門店
増改築・建替・修理

(株)アルマ

TEL841-0221 • FAX841-0094

フリーダイヤル

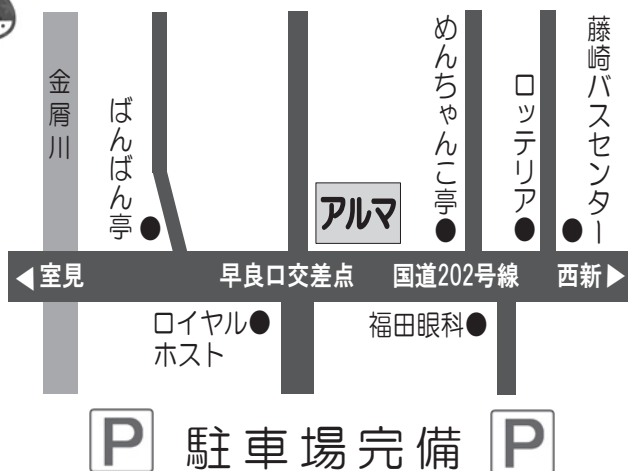
0120-841-242

814-0006

福岡市早良区百道2-8-6

Eメール alma@sweet.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.almah.jp>



お元気ですか？

今年も残り2ヶ月となりました。1年が経つのは本当に早いとつくづく思います。私達が住んでいるこの宇宙船地球号は、時速 107500 km (秒速だと 29.87 km) という猛スピードで太陽の周りを1年かけて回っています。地球の地軸が23.4度傾いている為に日本では4季があり、その時々恵にあずかることができるのは本当に有難いことだと思います。

同じ船に乗りながら、どうして人々は昔から仲良く暮らす事が出来ないのでしょうか。人が住んでいる土地に無断で入ることが許されない事は子供でも分かることなのに平気で土足で踏み込んでくるような事をする人々がいます。
このような無法者は毅然とした態度で断固拒否すべきだと思う今日この頃です。

先日、六本松の近くにある陸軍墓地(日清、日露、大東亜戦争で亡くなられた英霊を祭ってある)で開催された慰霊祭に若い方々を伴って参加してきました。百数十名の方々が参加してありました。君が代の斉唱に合わせて国旗掲揚から始まり、神主さんの祝詞、参列者の言葉など終始厳かな雰囲気です式典は進められ気の引き締まる思いでした。

戦争体験者の方は既にご高齢で有り体調の事もあって、ほとんどが参列されていない中であってこのような慰霊祭が執り行われている事は本当に素晴らしい事だと思いましたが、この慰霊祭は国を守る為に亡くなられた方々を慰霊するものですから本来ならば国が主催しなければならない行事だと思うのですが、国は全く関与してないと言う事を聞いて本当に腹立たしく思います。

式典が終わってお弁当を青空の下でみんなで食べましたが、外で食事をするのは子供の時以来でしたので、改めて自然の中での食事は、もう一味おいしく感じました。

そこで知り合った89歳の女性の方と少しお話をする機会がありましたが、戦前の教育と戦後の教育の違いなどについてお話を伺いました。昔は高令者に対して気遣いをするのは当り前の風潮があったが、現在はお年寄りが困っているのを見ても知らんふりをしている若い人が多いと嘆いてありました。かくしゃくとした方でこのままだと本当に日本は駄目になってしまうと日本の未来を心配してありました。これから気温の変化が激しくなりますので、皆様お体を大切になさってください。

(株)アルマ 代表取締役 佐伯廣之



アルマHPにてブログ『営業マン奮闘記』好評更新中！！
 リフォームに関することから全く関係ない日常のことまで、スタッフが日替わりで更新して
 います。ぜひ覗いてみて下さい☆
 HPアドレス <http://www.almah.ne.jp>

Q はあととはあと通信

検



* 今月のおすすめレシピ *

れんこんの海老はさみ揚げ

11月～2月は
れんこんが
旬です♪



作り方

- ①れんこんは皮をむき、厚さ5～6mmの輪切りにして酢水にさらす。
- ②むきえびはまな板の上でぎゅぎゅと粗みじんにし、塩・片栗粉・酒も加え、包丁で混ぜながらたたく。
- ③れんこんをざるにあげ、キッチンペーパーで水気をよく拭く。②のえびを2枚のれんこんで挟む。
- ④油で揚げ、食べる時にお好みで塩（分量外）をつけていただく。



🕒 調理時間 約40分

材 料 2～3人分

れんこん・・・450g
むきえび・・・400g
塩・・・小さじ3分の1
片栗粉・・・大さじ1.5
酒・・・小さじ1
揚げ油・・・適量
酢・・・少量

POINT

フードプロセッサーがある方は使うと早いと思います。
えびは粗みじん状態の方がぷりぷり感が楽しめます



🕒 調理時間 約10分

材 料 2～6人分

りんご・・・1個
無塩バター・・・60g
砂糖・・・40g
シナモン（パウダー）・・・適量

作り方

- ①りんごの皮を剥いて、いちよう切り。バターは角切り。
- ②耐熱皿に全部入れふんわりとラップして600Wで4分。ひと混ぜしてから600Wで2分30秒
- ③バーミックスやフードプロセッサーで攪拌。滑らかになったら、煮沸済みの瓶などに移す。



レンジ時間の目安。
500Wの場合＝約1.2倍
700Wの場合＝約0.8倍

スタッフから お客様へ 2015年11月

いつも大変お世話になってましてありがとうございます。
さわやかな秋晴れの日が続いております。皆様、お変わりありませんか。

TLS健康事業部では、予防医学の面から皆様の健康サポートのお手伝いをさせて頂いております。病気の原因は結局のところ、『ストレスが多い生活が引き起こす』と云われています。でも、そのストレスも人によって違って分かりにくいものです。現代医学では、体内環境が『低体温・低酸素・高血糖』の人が病気になりやすいそうです。では、未病のため、予防のためにはどうしたらいいのでしょうか!?それは昔から『腸内環境を整える』ことだと云われています。まずはデドックスですね。下記をチェックしてみてください。

腸の解毒力
チェック!

腸内環境が悪いと、そこから肝臓へ運ばれる血液も汚れてしまいます。汚れた血液は、毒素や腐敗菌などが多く含まれている為、全身に行き渡ることによって疲れやすくなったり、新陳代謝が悪くなったりします。すると、自律神経のバランスも崩れやすくなるのです。

腸の解毒力をチェックしてみましょう。

- ☐ 便秘がちで2～3日便が出ないことが多い。
- ☐ 肉が多く、野菜が少ない食事をしがち
- ☐ 胸焼けがしたり、げっぷがよく出る。
- ☐ おならが臭い
- ☐ 吹き出物が出ることが多い
- ☐ 肌が荒れがち

✓チェックの数が2つ以上ついたら
腸の解毒力が低下している可能性大!



健康管理能力検定3級 より抜粋

これから朝晩はめっきり寒くなって参ります。どうかくれぐれもご自愛下さいませ。

佐伯です

いつも以上にお肌を綺麗にしてくれる お風呂 に入りたい身近な素材

米ぬか風呂

そのまま米ぬかを浴槽の中に入れるのが一番簡単な方法ですが、それでは排水溝がつまってしまいます。
ぬかと言っても、お湯は全然臭くなりません。すぐく神経質な人は、ちょっとだけ匂いを感じるかもしれませんが、漬物のぬか床のような不快な香りではないので安心してください。

日本酒風呂

37度くらいのぬるめのお湯が効果的です。お風呂のお湯にコップ2～3杯の日本酒を入れかきまぜるだけです。保湿効果にすぐれ、肌が乾燥しにくくなるということが実験で確かめられています。
リラックス効果も高まります。

昆布風呂

乾燥させた昆布を5cm角ほどに切ります。1つかみ分を布袋に入れるか、さらし布などで包み、ほどけないように紐でしばっておきます。鍋に布袋を入れ水から煮出し、沸騰させたら煮汁と布袋を浴槽に入れます。
「昆布風呂」は、さら湯に比べ、入浴後の肌水分量が増加する傾向が見られ、肌のキメの状態を見ても、昆布風呂では入浴後の肌のキメが放射状にきれいに整うそうです。



アルマスタッフ通信

皆様こんにちは 岩橋です。

11月になり肌寒い季節になりましたがいかがお過ごしでしょうか？

11月と言えば今年も残り2カ月という事になります。

時の過ぎ去る速さに焦る思いで 毎日の忙しさと戦っているようです。

何に向かっているのか・・・さてさてどこにたどり着くのか・・・

これで良いのだろうか・・・いやいや何だか違っている・・・ 秋ですね・・・??

10月は子供達の運動会がありました。

早朝からお弁当作ってみんなで応援に行きました。

私は中学卒業まではリレーの選手に

選ばれていた位に足が速かったのですが

うちの子は二人とも下から2番目のゴールをしていました。

それでも悔しがりもせず 強がりも言わず

まあ時代なのかもしれません・・・ 可愛いのですが・・・

二人とも優しい過ぎる位優しいので競争事が苦手らしいのですが

その辺のところは私には理解できません・・・が 私の作ったお弁当は

好評で手作りのミンチカツはすぐに売り切れていました。

今度レシピを載せてみようと思います。

そう言えば省エネポイント申請が打ち切りになりました。

もともと11月いっぱいまで期限があったのですが

日数よりも早く予定額に達した様です。

どれだけの経済効果があったかは分かりませんが

リフォーム業界は今かなり忙しい様です。

東京オリンピックに向けて職人さんが関東に集中するようで

地方の職人不足はこれから深刻になるようです。

早めの対策が必須です。

今月も頑張りますのでどうぞよろしくお願い致します。

(株)アルマ 取締役 岩橋進一

福岡市早良区百道2丁目8-6

092-841-0221

090-1929-7035

iwahashi@almah.jp



10月にさせていただいている工事

ご依頼いただいている工事です。

愛 宕	O様	改装工事	原 I 様	台所床張替 排水修理
高 宮	スコーレ高宮様	ベランダ改修工事	百 道	福岡拘置所 補修工事
西 新	A様	店舗改装工事	南片江	S様 ブロック塀工事
百道浜	Y様	改装工事	藤 崎	F様 ブラインド他工事
愛宕浜	H様	内装工事	糸島市	昭和自動車(株) ポンプ修理
日 田	日田市様	植栽工事	西 新	Y様 アルミ窓修理
西 新	M様	食洗機工事	住 吉	M様 アルミサッシ工事
高 取	I様	ビル内装工事	原 O様	全面内装工事
室 見	R様	AP改修工事	渡辺通	福岡昭和タクシー(株) 照明器具修理工事
百 道	O様	建具工事	長 尾	福岡昭和タクシー(株) 社宅改装工事
百 道	S様	建具屋根工事	藤 崎	F様 手摺り取付工事
室 見	T様	内装工事	田 隈	T様 手摺り取付工事
愛宕浜	N様	床工事	原 M様	ガスコンロ補修工事
室 見	K様	ハウスクリーニング	田 隈	T様 給水管漏水
室 見	O様	改装工事	西 新	O様 鍵取付工事
愛宕浜	K様	お仏間改装工事	三 宅	I 様 鍵修理工事
昭 代	O様	水栓工事	百 道	K様 サンルーム他工事
原 K様	網戸張り・障子・リモコン工事	豊 浜	S様	屋根瓦補修工事
室 見	F様	玄関ドア調整	大手門	H様 アパート補修工事
室 見	R様	バルコニー改修工事	愛 宕	O様 インターホン取付工事
四箇田	N様	ドアクローザー工事	別 府	F様 ドア取手取替工事
室 見	F様	CFシート工事	原 O様	トイレ改装工事
博多駅東	N様	網戸工事	西 新	I 様 トイレ改装工事他
昭 代	U様	屋根塗装工事	愛宕南	S様 洗面台漏水修理
原 O様	キッチン吊戸工事	田 隈	T様	キッチン水栓取替
干 隈	R様	照明工事	愛 宕	Y様 白アリ予防他工事
高 取	Tビル様	バルコニー工事	原 O様	エアコン工事
高 取	A様	水栓修理		
藤 崎	H様	フェンス工事		
小 戸	I 様	ガラス工事		
干 隈	R様	便器工事		
百 道	H様	サッシ部品工事		



いつもありがとうございます！

※原稿作成日の都合上
時期がずれることがあります。

* * *

アルマの

職人さん紹介

* * *



■ プロフィール ■

名前：タイセイ商事(有) 小野さん

職業：給排水設備

職歴：19年

モットー：お客様に信頼していただける仕事をする

トレードマーク：キャップ



今回の職人さんは給排水設備の小野さんです。いつも頼りにしている腕のいい職人さんで、フットワークは軽く、水漏れなど急を要する仕事でも、何とか時間を作って駆けつけてくれます。小野さんの仕事ぶりを見ていて感じることは、とにかく無駄がなくスピーディー、それでいてお客様目線。確実に仕事をこなして、一軒でも多くのお客様のもとへという姿勢が常に現れています。そんな彼も家に帰ると4児のパパ。子供が大好きで家族思いの優しいお父さんです。

● 施工現場レポート ●

階段手すり取付け工事

H様邸 施工期間 1日間
 施工金額 8万円
 採用商品 TOTOフリースタイル手すり

Before



After



階段の上り下がり毎日の事。
 身体に少しでも負担をかけず、安心した住まいにする為、階段に手すりを取り付けました。
 ケアマネージャーさんと立会いのもと、最適な場所へ手すりを取り付ける介護保険医療
 工事をし、日々の生活も心配をひとつ取り除くだけで、快適な更に住みよい家となりました。

詳しくはHPをCHECK!!

この他にもHPで施工写真を多数公開中♪
 水廻り、内装、外構工事など次のリフォームの参考にぜひご覧ください

HPアドレス
<http://www.almah.ne.jp>



今スグ役立つ家事の裏ワザ💡

お掃除する場所にわけて洗剤が必要で、意外と汚れが落ちなかった経験ありませんか？
 そんな悩みも解消される、目からウロコのお掃除テクをまとめました！！
 今日からできる技ばかりです♪さっそく試してみてください！



① 網戸の汚れを取る方法

面倒な網戸の掃除には、「掃除機」が役に立ちます。砂やホコリを掃除機で吸い取ってしまえばいいのです。しかし、普通に掃除機をかけただけでは、空気を吸い取るだけで、砂やホコリを吸い取ってくれません。ここからがポイント！！
 掃除機とは別に「新聞紙」を利用します。まず、網戸の反対側に新聞紙を貼り付けます。そしたら網戸側から掃除機で吸い取ると、より細かなホコリまでが取れキレイになります。

② 家具をキズつけずにシールをはがす方法

子供はどこでもシールを貼ります…お母さんは子供を叱らずにこの方法で解決してください。
 ☆シールを剥がすには、ドライヤーの熱風が有効です！



【やり方】

- ①シール全体にドライヤーの熱を当て、角を少し爪で剥がす。
- ②接着面に熱風を当てながらシールを引っ張る。

注意※ドライヤーを当て続けると家具が傷むので、たまに熱風を外しながらやってみてください。

③ クローゼットの防虫には「シナモン」が効く！

スパイスが持つ独特の香りが、虫を追い払ってくれるわけです。クローゼットの中もよい香りがして、アロマ効果にもよさそうですね！

【用意するもの】

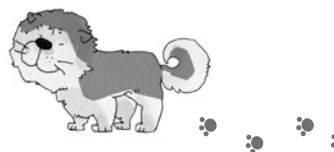
- ・スティックシナモン
- ・麻ヒモ



【やり方】

- 1) スティックシナモン 5本くらいをまとめ、麻ヒモなどで左右2ヶ所を縛ります。
- 2) 紐の端を15cmほど残して、ポールに吊るせばOK！効果は約3ヶ月ほど続きます。

④ カーペットに絡んだ髪の毛を簡単に取りする方法



用意するものは、ゴム手袋だけ！
 ゴム手袋を手にはめて、カーペットを「の」の字を書くようにして拭いていきます。すると、絡みついた髪の毛が簡単に出てきます。後は掃除機をかければ完璧です。

