

■お客様の  
施工現場より■

電動窓シャッターの取付/菅野 K様邸

築約35~40年、建坪35~40坪の木造モルタル2階建てのお

住まいで、現在、ご主人がお一人でお住まいになられており、ご高齢化に伴ない、朝晩の雨戸の開け閉めにかかりな負担を感じておられていて、「雨戸をシャッターに替えられないか？」とのご相談がございました。そこで、現状の窓と雨戸廻りを見させていただきまして、お住まいの築年数も古いため、窓も雨戸もアルミサッシではなく、窓枠、敷居、雨戸等の全てが木製で高さ・幅共寸法の大きな窓で、また、長年、使い込まれてきたために、敷居も相当削られて非常に動きが悪く、重い状態でした。このため、現状の雨戸に代わり、シャッターを設置するには、窓廻りにシャッターを取り付けるだけの十分なスペースと、窓の木枠や雨戸の戸袋を一部取り払い造作する必要がありました。幸い、これらに手を加えることにより、雨戸シャッターを設置することができるとの結論に至りました。また、ご主人のこれからのご高齢も考えますと、一般的な手動シャッターでは、シャッターの上げ下げにかかりな負担が掛かりますので、価格的に手動シャッターよりも3~4割程高くはなりますが、開閉に負担が掛からない、「電動式雨戸シャッター」をご提案し、工事のご依頼をいただきました。そして、窓廻りの造作とシャッター取付に3~4日間を要しましたが、これからはご主人のご負担も軽減されより快適な毎日をお過ごしなされることと思われま



生活と住まいの情報をみなさんにお届けします

# 爽風市川通心

弥生  
やよい  
3月号

爽やかな風が私たちの街と心を吹き抜けてゆく VOL.24 2011年3月

知って得る  
住まいのあれこれ  
つっぱり棒収納法

住まいのちょっとした空間を収納に使いたい、でも釘を打ったりはするのはちょっと…。そんな時には「つっぱり棒」の出番です。壁や柱を傷つけずに、収納のお手伝い。DIYが苦手な人には、特に心強い味方になってくれるアイテムです。



コンビネーションでラクラクおしゃれ♪

ワイヤネットや結束バンド、カーテンなどをつっぱり棒と一緒に使うと便利。これらの組み合わせで、簡単におしゃれな収納空間が作れます。

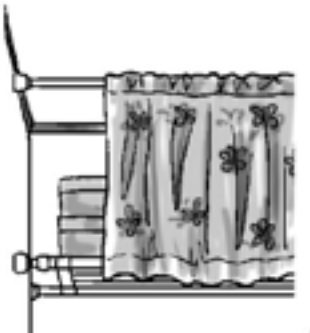
Point1 ワイヤネットとS字フック

2本のつっぱり棒の間にワイヤネットを取り付けると、上に物を載せられるだけでなく、ネットに引っかけることもできます。ワイヤネットの取り付けには、結束バンドが便利です。ギュッと締め付けて、余った部分を切り取るだけで大丈夫。ぶら下げには、S字フックがおすすめです。



Point2 カーテンでおしゃれに

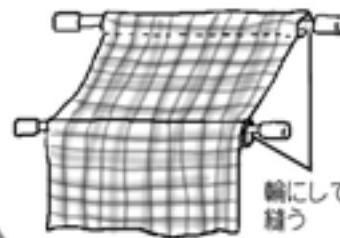
つっぱり棒にカーテンを取り付けると、収納したものを綺麗に隠すことができます。クローゼットとして使える大空間から、小さなトイレの棚まで。インテリアイメージに合わせてカーテン柄を選びましょう。



意外な知恵アレコレ♪

■玄関

つっぱり棒を垂直に設置してネットをつければ、玄関脇収納が誕生します。スキー板などの大物を立てて収納したり、S字フックを使って子どものボールや、玄関小物を片付けることもできます。また、既存の下駄箱の中に細めのつっぱり棒を渡す、という知恵も。奥から1/3くらいの位置に設置して、靴のかかとを載せれば、収納力は2倍になります。

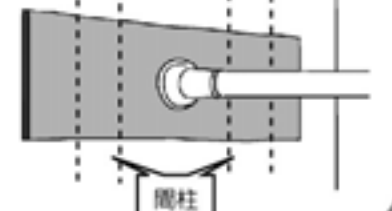


■子ども部屋

ちょっと気を抜くと散らかってしまう子ども部屋。玩具やぬいぐるみの収納には、ハンモック型の収納がおすすめです。2本のつっぱり棒に布を渡して作ります。

取り付けのコツ

便利なつっぱり棒ですが、予想外の大きな力がかかることもあるので、取り付けには注意が必要です。壁に取り付けるときには、できるだけ下に間柱が通っている部分を選びましょう。指で軽く壁を叩いて、ゴツゴツと音が変化する部分には柱があります。また、どうしても柱の上に設置できないときには、柱と柱の間に板を渡して、その上につっぱり棒を突けると、壁に掛かる力が分散されるので安心です。



■ひとり言■

こんにちは。エムエスホームの佐原です。

先日の2月25日は、待ちに待った春一番も吹いて、気温も20度近くまで上昇し、季節はいよいよ春本番かと思われましたが、その2~3日後には、日中の最高気温も4~5度位までしか上がらず、雨模様で真冬に逆戻りの今日この頃です。昔からよく耳にする季語の「三寒四温」とは、ちょうど今頃の季節の例えを表現したのではないかと感じられます。

一方、2月22日(火)午後12時51分、ニュージーランド、クライストチャーチ市近郊で、マグニチュード6.3の大地震が発生し、現地の語学学校で研修中の多くの日本人生徒の方々がこの災害に見舞われ、今もなお安否不明で、現地の被災者のご家族も毎日不安な日々をお過ごしのことと思われま



■リフォーム・増改築の専門店■

有限会社 **エムエスホーム**

千葉県知事建設業許可(般-17)第42746号 日本木造住宅耐震補強事業者協同組合会員

フリーダイヤル ☎0120-541-209

〒272-0824 市川市菅野4-18-27 TEL:047-323-2280 FAX:047-323-2285

ホームページ………<http://www.ms-home.com>



営業 9:00~18:00 休日 日曜・祝日

# ティータイム

\* TEA TIME \*

働くママになるための知識

子どもができて、やっぱり社会の中でお仕事をしたい。そんな希望を持つ女性にとって大切な、身体・心・お金のこと…あなたはどのくらいご存じですか？



## 働くママは健康第一

お仕事を続けるための一番重要な条件は、健康であること、です。特に、喫煙やお酒の飲み過ぎは、健康に直接影響しますし、次の日の仕事効率にも関係しています。禁煙節酒はもちろん、適度な運動で体力を作ることも大切です。その他、太り過ぎやホルモンバランスなどにも気をつけ、女性特有の病気などは、定期的な検診を受けて、早期発見、早期治療をこころがけましょう。

## 周囲のサポートも大切

とはいえ、気にしすぎるのもよくありません。単に「働くママ」になりたいのではなく、「働く幸せなママ」になりたいはずですから。そのためには、周囲のサポートが欠かせません。積極的に育児に参加する「イクメン」がブームとされていますが、そんなイクメンを育成するプログラムも、各所で行われています。ご夫婦で参加すれば、男性も子育てについて学べるだけでなく、どれだけ大変かも理解でき、ちょっとした気遣いやサポートが自然とできるようになります。

## 気になるお金のハナシ

心配なのが、やっぱりお金のこと。最近ではたいていの企業に育児休暇がありますが、その間のお給料まで保証してくれる会社は、まだあまり多くありません。そんなとき、収入を保証してくれるのが出産手当金。健康保険に加入していれば、正社員だけでなく、契約社員やパート、アルバイト、派遣社員でももらうことができます。受け取れる金額は、標準報酬月額×2/3×休んだ日数で算出されます。上限はありますが、お給料が多い人ほど、たくさんもらえることになっています。

# Let's try

女性の魅力度チェック  
(立食パーティー編)

あなたは、周りの人からどんな印象を持たれているのでしょうか。ちょっと気になりますよね。異性からだけでなく、同姓からも「イイ女!」と言われる人になりたいですね。今回は、立食パーティーでのあなたの行動で「イイ女っぷり」をチェックしちゃいましょう。

◆次のうち、正解はどれでしょう。

- Q1** 立食パーティーで、ピュッフェテーブルが、とても混雑していました。あなたならどうしますか。
- ① 気を利かせて、他の人の分も取ってきてあげる。
  - ② ピュッフェテーブルの前にいる人をお願いする。
  - ③ 会話をしながら、少し時間をずらして、とりにいく。
- Q2** 一皿目の料理を頂き、そのあと再び料理を取りにいくとき、最初に使った皿とカトラリーは、どうしますか。
- ① テーブルの隅にそのまま置き、新しい皿を使う。
  - ② 周りの人の使っていないお皿と一緒にキッチンと重ねて、テーブルの隅に置く。
  - ③ お皿が、あまり汚れていなかったため、そのまま最初の皿を使う。
- Q3** 食事をしたとき、テーブルに置かれた紙ナプキンで、手や口周りを拭きましたが、その汚れたナプキンはどうしますか。
- ① できるだけキレイにたたみ、テーブルの隅に置く。
  - ② 使い終わった、皿の上に置く。
  - ③ 接客スタッフを呼んで渡す。



**【解答】**  
 (Q1) …①2点 ②0点 ③5点  
 (Q2) …①5点 ②2点 ③0点  
 (Q3) …①0点 ②5点 ③2点

～判定～  
**[12～15点]** あなたはかなりのイイ女と言えます。  
**[6～11点]** 惜しいけれどまだまだ、イイ女とはいえません。もう少しがんばりましょう。  
**[0～5点]** 一から鍛えなおす必要がありそう?!



## レアチーズケーキパー

**材料** 18cm角ケーキ型 1台分(約9本分)

**【台】**  
 グラハムクラッカー……80g  
 砂糖……10g  
 無塩バター……40g

**【生地】**  
 クリームチーズ……150g  
 ヨーグルト……50g  
 生クリーム……100cc  
 砂糖……20g  
 レモン汁……大さじ1  
 ゼラチン……5g  
 水……大さじ2

今回は、ちょっとお洒落なスティック状のチーズケーキです。小皿やフォークがなくても食べやすく、ひとつひとつ可愛くラッピングすれば、親しい方へのお土産にも最適♪クリームチーズと生クリームの濃厚な味わいに、ヨーグルトやレモンの爽やかな風味が加わって、さっぱりとしたケーキです。しかもオープンな形でできちゃうお手軽スイーツなんです。



- 作り方** **【準備】**
- ① クリームチーズは常温に戻しておきます。
  - ② ざるにペーパーを敷いてヨーグルトを入れ、水きりしておきます。
  - ③ ゼラチンを大さじ2の水でふやかしておきます。
- 【台作り】**
- ④ グラハムクラッカーを2重に重ねたビニール袋に入れ、めん棒で軽くたたいて細かく砕きます。砂糖を入れ、電子レンジで温め溶かした無塩バターを加えて混ぜます。
  - ⑤ オープンシートを敷いた型に、④を隙間なく平らにしっかりと敷き詰めます。ラップを上からかけて、底が平らなコップで押し付けるように平らにします。できたら、冷蔵庫に入れて冷やしておきます。
- 【生地作り】**
- ⑥ クリームチーズをよく練り、ヨーグルトを加えて更に練ります。
  - ⑦ 別のボウルに、砂糖と生クリームを入れて7分立てにします。
  - ⑧ ③のゼラチンを、レンジで温めて溶かします。
  - ⑨ ⑥に⑦と⑧を入れてよく混ぜ合わせ、レモン汁を入れます。
  - ⑩ 台に⑨の生地を流し、冷蔵庫で約2時間冷やし固め、スティック状に切り分ければできあがり。

## 暮らしのたより ■ 家族の命を守る耐震補強とリフォーム

平成7年1月17日午前5時46分に発生した阪神・淡路大震災では、地震による死者のうち、約9割が家屋の倒壊による窒息・圧死でした。本来、どんな建物でも、基本的な耐震性能は備わってはいませんが、古い家(特に昭和56年6月の新耐震基準が施行される前に建てられた家)の多くは、現在の耐震基準から見ると不十分な性能のものが多く、強い地震が来れば、大破、倒壊などの大きな被害を受ける恐れがあります。しかし、倒壊さえしなければ、多くの人命を失わずにすみませす。ご自身とご家族の生命、そして地域の絆を守るため、住まいの倒壊は避けなければなりません。そこで、明日の避難所での生活を心配するよりも、今やっておくべきことが、住まいの「耐震補強」です。ただ、目に見えない性能向上の改修のため、耐震の効果を実感できる機会は少なく、また、どのような工事をするか判らないところもあります。このため、耐震補強のためだけのリフォームは考えにくくても、水廻りの一新や間取り替え等の「夢のある」リフォームの際に耐震補強を組込めば、割安かつ合理的な工事ができますので、検討されるいい機会かと思われます。

