

1月に鳥取県で地震があり、皆さまのお住まいの様子はいかがでしょうか？  
大きな被害がなかった場合でも、地震のあとには住まいに小さな変化が出ることがあります。

【点検のポイント】

- ・ドアや窓が開けにくい、閉まりにくい
- ・壁や天井のひび割れ、クロスの浮き
- ・床のきしみや段差
- ・外壁や基礎部分の変化



お住まいの各自治体にも相談窓口があるようです。

小さな違和感も、そのままにせず早めの確認が安心につながります。

何かありましたらお気軽にご連絡ください。

「はいどーも。」(スタッフ雑談)



店長  
舟木のり子

1月、体調不良で会社を休みました(初!)健康には根拠のない自信があったのですが、(;)老化(…)という自然現象には逆らえないですね。食事をダンナが作ってくれたのはサプライズでした(。ロ・;)ほぼソーマンのアレンジメニューで、ソーマルボナーは想定外でした(+o+)。「すべて賞味期限間近の食材で作った。あれもこれも、使わずに捨てられる運命の物が沢山あったぞ!もったいないなあ。じゃあ、これからもご飯作ってくださるいいへん(^^)。「作らん!」私の健康と引き替えの超・短期間限定でした(。^\_^;



石塚浩二

今月でとうとう節目?の50歳を迎えます(-\_-)まだまだ若いつもりですが、あちこち身体にガタもきております(。ロ。|||)今年に入ってふと部屋を片付けよう!と思い立ち、とりあえず要らないものを処分したところ「こんなに要らないものあるのか」と唖然としました(-\_-)割と物を捨てない方ではありますが、時には思い切って捨てることも大事だと思いました。



山本祥太郎

息子が小学校のスキー教室から帰ってくるなり「スキーに連れてって」とどこかで聞いたようなセリフを連呼してきました。無理やりその週の土曜日に8年ぶりのスキーへ!!場所は樹水高原。天候は快晴と最高のスキー日和♪  
息子は2日間のスキー教室で滑れるようになっていてついていくのに必死でした。関節は悲鳴をあげ、足腰の筋肉痛は想像を絶するものでした。



青山雅治

年明け仕事ははじめの2日前くらいに、熱が出てしまいました。インフルではなかったですが、結構しんどくて4日くらいは寝込んでいました。去年は年末休みに入って2日目くらいでインフルになったので休みがつぶれましたが、今回は最後2日しかつぶれなかったので前進です!!笑



山中泉穂

ここ最近絶賛体重増量中、、、(;ω;)泣。デブが止まりません。ジム通いもさぼりぎみだし、痩せたい!!が口癖です。そこで始めたのが、寝起き緑茶とお風呂上がりのトマトジュース🍅よくわからないけどなんかダイエットにいいらしいと聞いたので(笑)効果があるといいけど、、、次回、経過報告をお楽しみに(。マ。)



西賀いづみ

娘を初めて雪山に連れて行きました。最初は楽しくソリで満足していましたが、だんだんスキーに興味を持ち、おもちゃのスキーでチャレンジ!…うまく滑れず尻もちばかり(▽▽;)でも、表情をみると真剣な顔で繰り返し繰り返しチャレンジする娘。次は本物のスキーで練習すると張り切っております!!



木村和美

年始はクチコミを見て決めたお宿でのんびりゆったりとスタート。ご当地の蕎麦を食べ、日本酒飲み比べにも挑戦♪温泉の泉質はやわらかい肌あたりで、クチコミ通り心安らげるお宿でした。懐事情と相談しながら、今年も気になるスポットを訪れたいと思います。



会長  
松本耕紀

受験シーズンです。この時期頭の体操で高校入試に挑戦します。孫が中学受験で算数が難しかったとの事で問題を解いてみました。数学で、xyを使えば簡単ですが6年生の孫が算数で解くのは難しいと思いました。昨年はついに窓関連の工事が、水回り関連を上回る売上でした!これは20年間で初めての事です。今年度の補助金は縁側などの特大サイズも追加されました。是非検討してみてください。



LIXILリフォームショップ  
石田リフォームネット

石田リフォームネット株式会社

フリーダイヤル: 0120-996-933  
(24時間受付)

米子市米原6丁目15-31

TEL:0859-38-1022 FAX:0859-38-0818

ホームページ <https://www.ishida-reform.net>

営業時間 8:00~17:00 (定休日:土、日、祝)



# スマイルde住まいる

LIXILリフォームショップ  
石田リフォームネット

TEL:0859-38-1022

FAX:0859-38-0818

VOL98

石田リフォームネットの手作りニュースレターです。

暮らしのちょっとした豆知識・わくわくする情報などなど、「ほっと」にお届けします。

2026年02月 10日発行

社長のひとこと



勝部修二

立春を迎え暖かな日々が待ち遠しくなりました。皆様はいかがお過ごしでしょうか。今年も新年からいろいろな出来事がありました。箱根駅伝では青山学院が山登りの5区で大逆転し3年連続9度目の総合優勝をしました。1月6日には島根県東部を震源とした震度5強の地震があり、被災された方は大変だったと思います。心からお見舞いを申し上げます。また寒波も長く居座り寒くて雪も多かったようです。松江ではNHKの「ばけげん」のおかげで観光客がたくさん来てにぎわっています。当社といえば来年20周年を迎えます。当社を支えていただいたお客様や協力会社の皆様には感謝しかありません。社員一同皆様のお役に立てるよう頑張ります。これからは季節の変わり目で暖かい日や寒い日がありますが体調など崩されませんようご自愛ください。

# 超 窓から省エネリフォーム! 大型補助金

LIXIL



26.3月初旬公開予定



わかりやすく動画で解説!

2025年で終わり...ではなかった。2026年も継続決定。  
補助金が續くのは、窓リフォームが省エネに欠かせないから!

先進的窓リノベ2026事業 環境省が主導する補助金事業

最大100万円補助

冬の寒さ  
夏の暑さ  
今こそ解決!!

窓も!ドアも! 補助金で賢くリフォーム!



補助額の一例 ※戸建住宅におけるSグレード(熱貫流率Uw1.5以下)の場合

	特大 (4.0㎡以上)	大 (2.8~4.0㎡)	中 (1.6~2.8㎡)	小 (0.2~1.6㎡)
内窓設置	76,000円/カ所	52,000円/カ所	34,000円/カ所	22,000円/カ所
外窓交換(カバー工法)	156,000円/カ所	124,000円/カ所	92,000円/カ所	60,000円/カ所

「寒い・暑い」を我慢していませんか?  
窓の断熱リフォームが、家族の健康と快適を守ります。

窓リフォームで  
こんなにいいコト



夏涼しく、冬暖かい



ヒートショック対策



光熱費削減



結露を抑制

# Chottoいいかも

# スマホで素敵な写真を撮ろう！



スマホで写真を撮る機会が多い昨今。ついブレたり、失敗してしまうこともありますね。そこで、素敵に撮影できるコツをご紹介します。

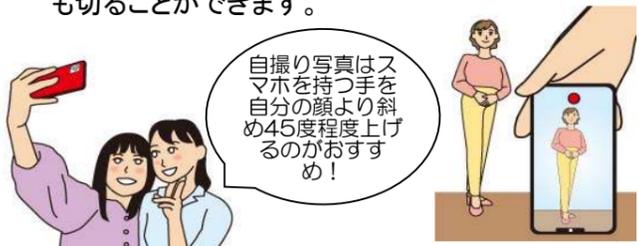
●**撮影の基本のキ。レンズをきれいに！**  
無造作に触ることも多いスマホ。レンズに指紋や皮脂、ホコリがついていることがあるので、念のため、メガネ拭きなどでレンズをきれいにしましょう。

●**シャッターを押すときも肝心！**  
シャッターボタンを勢いよく押すと、写真がブレてしまいます。固定している手の反対側の手を添える際に親指と中指を使い、フリーになったその間の人差し指で軽くシャッターボタンをタップすると安定したまま撮影することができます。ちなみに、シャッターは音量ボタンでも切ることができます。

横で撮るときはレンズを避けてスマホをガッチリ持つ。または、スマホを親指がレンズにかからないよう、手をL字型にしてスマホを包み込むように持ち、反対の手は軽く添えます。

## 構図の目安になるグリッド線

画面を9分割にする線のことで、この線が構図を決める目安になり、水平や垂直も取りやすくなります。iPhoneの場合は「設定」→「カメラ」を選択→「グリッド」をオン。アンドロイド(機種により異なる)は「カメラアプリ」→設定アイコン(歯車やスパナマーク)→「グリッド」をオン、で出せます。



スマホを上げるとあごまわりがスッキリ！自然光で撮ると肌の色が明るく写ります。

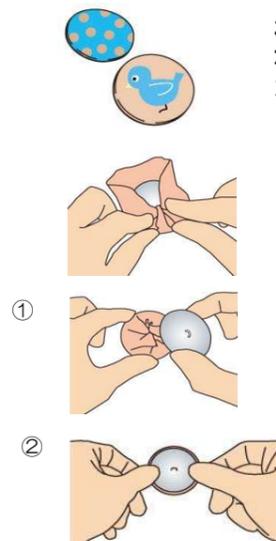


記念撮影で全身を写すとき、おへそくらいの高さまでスマホの位置を下げて撮ると、スタイル良く撮ることができます。

# Easycraft

好きな布をくるみボタンにして楽しみませんか？あまり着なくなった服だけどデザインがかわいいから活かしたい…くるみボタンにすれば、さまざまなところのアクセントに活かせます♪

## 100円ショップのキットを使えば簡単！



柄をそのまま活かしたり、ポイントになるデザインを活かしてもかわいいです♪

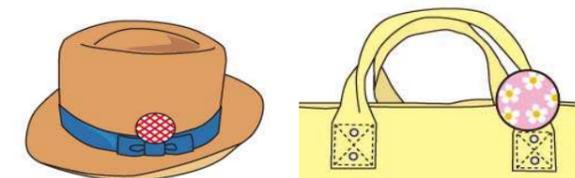
・接着剤を使った作り方  
①残したいデザイン部分を、くるみボタンより少し大きめにカットしたら、裏返して接着剤を塗り、ボタンの表側のパーツを置いて、はみ出た布地をギャザーを寄せするように内側へ折りこむ。  
②寄せた布にさらに接着剤を塗り、裏側のパーツをしっかり押し込む。

全体が接着するように押し込みます

・打ち具台 & 打ち具を使った作り方  
①打ち具台に丸く切った布と上部のパーツをのせる。  
②そのまま押し込み、下部のパーツをのせる。  
③打ち具でしっかり押し込んで、打ち具台から押し出すように取り出せば完成！

## いろんなところにつけてみよう！

帽子やバッグのアクセントに♪



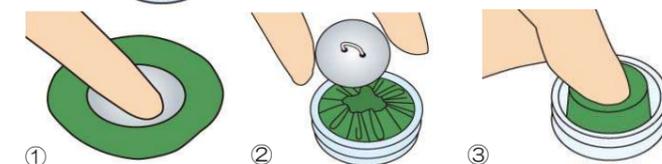
安全ピンでつけても、縫いつけてもOK。おうちのスリッパなどにつけてもかわいいですよ♪

ヘアアクセサリに♪



裏側のパーツをのせる前にデザインの確認を！

裏側の金具にピンやゴムを取り付けられます♪



※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

# かんたんレシピ

## ニラともやしのエスニック焼きそば

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。  
<https://ryo-ri.net/>

ナンプラーが味の決め手！野菜たっぷりの焼きそばです。さらにライムを絞って、爽やかな味わいをお楽しみください♪



※もやしとニラはさっと炒めてシャキシャキ感を残すのがポイントです。

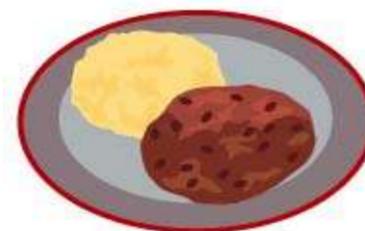
- ①赤パプリカは種を取って細切りに、ニラは3センチ幅に切る。ニンニクは薄切りにする。合いびき肉には塩・コショウをする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、ニンニクを炒め、合いびき肉を加えてさらに炒める。
- ③②に焼きそば麺と水を加え、麺をほぐしながら炒める。
- ④③に赤パプリカ、もやし、ニラ、ナンプラーを加えてさっと炒め、器に盛りつけて黒コショウをかけ、ライムを添える。

## 材料 (2人分)

- 焼きそば麺(蒸し)…2袋、水…80ml
- 合いびき肉…250g、赤パプリカ…1/4個、ニラ…1/2束、もやし…1袋、ニンニク…1かけ
- ナンプラー…大さじ2と1/2、塩・コショウ・サラダ油・黒コショウ…適量
- ライムのくし切り…4個

# 簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を答えてください。



アゲハ ○ ユーリップ  
イン ○ ネット  
カラクジ  
アー  
コロ ○ ガエ  
ヨウ  
ンド  
カクレン  
ワタ ○ ウシ

答えは左下にあります。