

今年がリフォームのチャンス!

先進的窓リノベ

夏は涼しく、冬は暖かい
快適な住まいへ!

断熱窓へのリフォームで
最大100万円補助!

エコキュート
取替で
光熱費を
グンと削減!

今なら
7万円~
補助!

エコキュートにすると

- お湯をムダなく効率的に使用!
- 光熱費を大幅削減!
- CO₂排出量も削減!

さらに!

電気温水機の撤去で
補助金が2万円追加!

さらに
おトク!

窓を変えるだけでこんなに変わる!

- 冷暖房効率アップ!
- 光熱費を大幅削減!
- 結露を軽減!
- 快適性がぐんと向上!

国の補助金で
今が
おトク!

窓もエコキュートもまとめて省エネ対策を!

- 光熱費削減
- 快適性アップ
- CO₂排出量削減
- 健康・安心な暮らしに

補助金の活用で
今がリフォームのチャンス!
詳しくはお気軽にご相談ください!

「はいどーも。」(スタッフ雑談)

店長 舟木のり子

40代の頃、長引く風邪に「先生、昔はすぐに治ったのに今回はなにか深刻な病では?」と思わず質問したところ、「舟木さん、今おいくつですか? 10代の頃に比べると回復にも時間かかるんですよ。風邪です」と言われて苦笑した事があったのですが、今回もまた長引く症状について、聞いてしまった「先生…」いつまで経っても心の年齢が追いつかない「ほとんどの方が実年齢-10歳感覚」とAIの回答に安心した。

石塚浩二

年々身体の衰えを感じてきていますが、急に左肩に痛みが...バレーをしてるので一時的なものかとほっておいたのですが1ヶ月以上痛みが引かない(-_-)これがいわゆる「50肩」かと年を感じました。同世代の人に聞いてみると、いつか急に治ると言っていたので様子を見ていた状況。生活には支障ない痛みなのでご心配なく(笑)

山本祥太郎

先日、運転中にふと大山を見ると「富士山はこの倍の高さかあ」と思い無性に富士山が見たくなりました。この夏、家族と一緒にドライブで(車で8時間)富士山を見に行く計画を立てねば!!みんな来てくれるよね?

山中泉穂

今年に入って我が家では、やたら電化製品が壊れています。洗濯機に始まり、立て続けにファンヒーター、テレビと、、、次は何が壊れるんだろーって考えると恐怖です。夏には旅行の計画もしているので、臨時収入はいつでも大歓迎ですが臨時出費はないことを祈る今日この頃です!

西賀いづみ

娘の参観日で園庭で遊ぶ様子を見学しました。いつもの仲良し女子チームで鬼ごっこをしていると思いきや、途中で飽きたのか男の子チームに入ってサッカーをし、そこに大好きな男の子を見つくと抱きついて離れない...またそれに飽きると一人で謎のごっこ遊び...自由気ままに遊んでるうちの姫様。家に帰るとごはん食べながら眠くなるはずですね♪

木村和美

日本海側(米子)から車で片道4時間弱で太平洋側(高知県)へ到着!過去のNHK朝ドラの聖地巡礼ということで牧野植物園をメインに高知県内を観光してきました。庭園やお城も巡りゆったりした休日が過ごせました。

会長 松本耕紀

先日釣りに出かけました。エノハ(ヒイラギ)が釣れ始めました。サイズは小さいですが私の好きな魚です。次の休日もまた釣りに行くのを楽しみにしているところです。さて、中東情勢の影響で生活必需品の値上げや、供給不足が発生しています。建築業界でも住宅設備機器の値上げや材料の不足が深刻です。特に断熱材は目途が立たないようです。設備機器、資材も4月に値上がりしたばかりですが近々、また値上がりするようです。トイレは納期が1~2ヶ月かかっている状況です。この状況が好転することを願うばかりです。

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ

石田リフォームネット 株式会社

相談見積 無料 0120-996-933

米子市米原6-15-31
営業時間8:00~17:00
(定休日:土・日・祝)

IRN QRコード

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
VOL100

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06月 10日発行

社長のひとこと

私の実家は出雲市にあり、周りを田んぼに囲まれた静かな場所です。裏庭には梅の木があり、毎年たくさん実をつけています。今年も「少しだけ収穫しよう」と5月末に行ったのですが、気づけば夢中になってしまい、持ち帰った梅はなんと3キロ超えでした。せっかくなので、まずは箸休め用の酢漬けとブランデー漬けを作りました。でもまだたくさん残っていたので、今度は妻のリクエストでカリカリ梅にも挑戦。調べてみると卵の殻を使うのがポイントだそうで、意外と簡単に作ることができました。最後は残りを梅シロップにして、夏のジュースや料理用に。季節の手仕事を楽しみながら、今年の夏に備えています。今年も夏は厳しい暑さになりそうです。皆さまも熱中症や体調管理には十分気をつけてお過ごしください。

勝部修二

梅雨前にチェック! /

屋根・外壁 大丈夫ですか?

雨漏りは“気づかないうち”に進行することも。気になる症状は早めの確認がおすすめです!

こんな症状ありませんか?

- 外壁にヒビがある
- コーキングが切れている
- 屋根の色あせが気になる
- 雨どいが外れている
- ベランダ防水が心配
- 訪問営業に指摘された

ひとつでも当てはまる方は
お気軽にご相談ください!

放置するとこんなことに...

- 雨漏り・シミの原因に
- 外壁の割れ・劣化
- コーキングの割れ拡大

⚠ 早めの点検・メンテナンスで大切な住まいを守りましょう!

屋根・外壁 無料点検 受付中!

小さな補修もお気軽にご相談下さい。

梅雨・台風シーズンが本格化する前に点検をして、安心・快適なお住まいに!

Chottoいいかも

ペットの防災を考える

避難場所は自治体に確認したり、かかりつけの動物病院に相談を。車中避難の際のスペース確保も決めておくこと良いかもしれません。



ペットと暮らす人は、その防災の備えも大切。今回は、犬と猫の防災に必要なことをちょっとご紹介します。

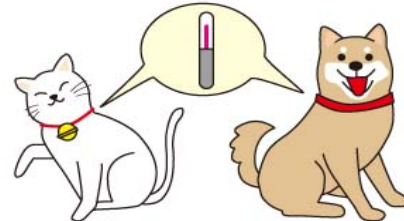
●キャリーケースやケージに慣れさせる

自宅以外での避難が必要となったとき、キャリーケースやケージに慣れていないと移動が大変。どちらも安心な空間であることを認識させることが大切です。集団で避難する場合、動物が苦手な人がいたり、いつもと違う場所でペットも緊張で鳴き続けたりする可能性も。あらかじめ避難場所を確認しておくことが大切です。

●普段からペットの健康管理を

緊急時にペットを連れ出せない可能性や災害に遭ってから薬をもらうことが困難な可能性も。普段から、小さな変化を見逃さないことも大切です。

予防接種証明、動物病院の診察券を、すぐ持ち出せるようにしておくこともお忘れなく！



急に走り出す可能性も考えて、ハーネスやリードに慣れさせたり、迷子札を作るのもおすすめです。

2022年（令和4年）6月1日より、改正動物愛護管理法が施行されました。フリーダーやペットショップで販売（譲渡）される犬と猫には、マイクロチップの装着が義務化に。迷子対策にもなります。

食料やモノの備蓄を

食べ慣れたごはんやおやつ、ペット用の水は不可欠です。食べ物はローリングストックが良いですね。また、食べ物を入れる容器も必須。水が貴重な状況を考え、使い捨てタイプもおすすめです。ほかに、ペットシート、ニオイが出ないビニール袋、タオルや毛布もあると安心。環境省提供のガイドラインがあるので「環境省、人とペットの災害対策ガイドライン」で検索してみてください。

かんたんレシピ

夏野菜のフリット

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/>

夏野菜の味わいたっぷり！サクサクの衣でいただくフリット。ご飯のおかずはもちろん、おつまみにもぴったりです♪



材料 (2人分)

- ゴーヤ…1/2本、トウモロコシ（生なら芯から粒を取ったもの、缶詰のものでも可）…70g、大葉…3枚
- 小麦粉…30g、コーンスターチ…30g、炭酸水…70ml
- 塩・コショウ…適量、揚げ油…適量、スダチ…1/2個

- ① ゴーヤを8ミリほどの輪切りにし、大葉は縦2等分に切る。
- ② 小麦粉とコーンスターチを混ぜ、炭酸水を加えてさらに混ぜ合わせて揚げ衣を作る。
- ③ ①に②をつけ、170度の油で揚げる。
- ④ 残りの揚げ衣にトウモロコシを加え、少量ずつスプーンですくって油で揚げる。
- ⑤ 器に盛り付け、塩・コショウをふり、スダチを添える。

※揚げ衣にコーンスターチを加えることで、サクッと仕上がります。
※ナスやズッキーニなど、お好みの夏野菜でもつくってみてください。

ご存知ですか？

同じ調味料でも、色や味わいがちょっと違う。その違いを知れば、料理の幅が広がりますよ！

■ しょうゆの濃口(こいくち)と薄口(うすくち)の違い

濃口しょうゆは、大豆と小麦、塩でつくられ、香りを楽しめるのが特徴。料理の仕上げに使うと、しょうゆの香りが際立ちます。薄口しょうゆは、大豆や小麦、食塩に甘酒などを加えてつくられます。塩分は濃口より薄口の方が高いそうです。



■ エクストラバージンオリーブオイルとピュアオリーブオイルの違い

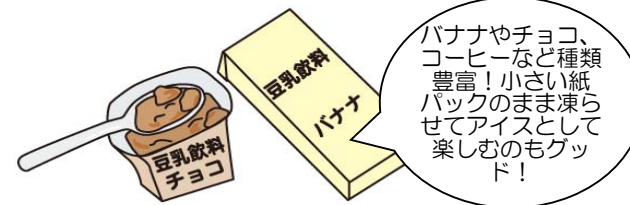
エクストラバージンオリーブオイルは、化学処理や加熱処理をせず、オリーブの自然な風味と栄養が残ったもの。ピュアオリーブオイルは精製されたオリーブオイルに、エクストラバージンオリーブオイルまたはバージンオイルをブレンド。風味がマイルドで、炒めものや揚げものに最適です。



エクストラバージンオリーブオイルは、サラダにかけたり、ドレッシング作りに使ったり、パンにつけるなど生で使うのがおすすめ♪

■ 無調整豆乳と調製豆乳の違い

無調整豆乳は、大豆と水のみで作られたもの。大豆本来の風味が楽しめ、スープや鍋などに最適。調製豆乳は、砂糖や塩を加えて飲みやすくしたもの。ちなみに豆乳飲料は、調製豆乳にフレーバーを加えたもので、さらに飲みやすいのが特徴です。



バナナやチョコ、コーヒーなど種類豊富！小さい紙パックのまま凍らせてアイスとして楽しむのもグッド！

■ 黒コショウと白コショウの違い

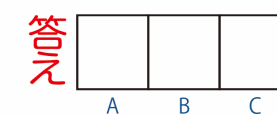
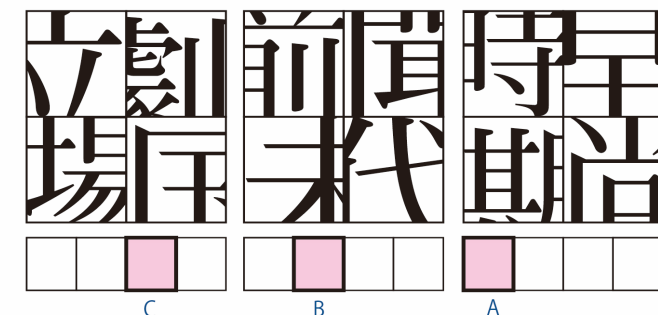


バナナアイスに黒コショウをかけてもおいしいそうです！

黒コショウは、熟す前の実を収穫して天日乾燥し、皮ごと使用。ステーキやカルボナーラなど香りや風味が引き立つ料理におすすめ。白コショウは、熟した実を収穫し、果皮を除去して核部のみを乾燥させたもの。風味や味わいがマイルドで、白身魚のムニエルなどに向いています。

熟語探し

A～Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



答えは左下にあります。