



謹賀新年

いつも弊誌『四季彩々』をご覧頂き、ありがとうございます。
お楽しみプレゼントへのご応募や、「いつも楽しみに読んでいます」との励ましのお手紙をいただき、とてもありがたく、心より感謝申し上げます。

四季の住まいは今年度も、住宅を提案する者として、誌面を通し、より良い住環境のご提案ならびに、ためになり、かつ楽しい情報の提供で、皆様のお役に立てるよう勤めてまいります。

ご好読頂いております皆様には、これまでと変わらぬご愛顧を賜りますよう、よろしく願い申し上げます。

平成21年 元旦
（株）四季の住まい 社員一同

四季彩々

2009年1月号 Vol.9

思いも新たに 新春号

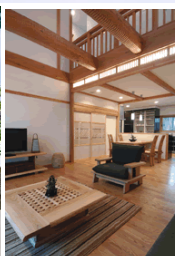
by (株)四季の住まい

HAPPY NEW YEAR 2009!!

We wish this year will be the happiest and fruitful for you!
And may this New Year bring you Godzillion wonderful moments and the very best of everything!

年始年末は12/30(火)～1/7(水)まで休業とさせていただきます。なお、平清水、並びに酒田モデルハウスは1/2(金)、3(土)、4(日)とOpenいたします。

ご来場いただいた皆様に、山形家づくりの本('09度版)をプレゼントいたします。ご来場心よりお待ち申し上げます。



お客様訪問

企画室 大石が
おじゃましました♪



君のためにつくった
“大きな吹き抜けのある家”

—2階の書斎から千歳山が一望

借景を楽しむ住まい—

山形市/ O様邸

今回は山形市・O様のお宅にお邪魔しました。

O様、ありがとうございました！！



今回は、ご入居して一週間というできたてまよまのO様邸にお邪魔し、奥様にインタビューさせていただきました！

ブラックとオフホワイトのコントラストが美しいシンプルモダンの外観のお宅に一步入ると、大きな開放感のある吹き抜けのある広いリビングがなんと心地よい雰囲気を感じさせています。四季の住まいでの建築を決めてくださった理由を尋ねると・・・「主人も私も暑がりなので、夏涼しい家ができる工法を検討していたんです。最終的には、営業担当の逸見さんの人柄に主人が惚れこんで四季の住まいさんをお願いすることに決めました。何かあると夜遅くまで何度も電話でいろいろお願いして。」「設計の打ち合わせも、ここまでするのかというくらいじっくりさせていただきました。」(ありがとうございます！！)

家づくりでこだわった点は？と問いには、「隣の桜がきれいに見えるように窓を配置してもらったんです。それに2階の書斎からは千歳山が一望できて、昨日も月がとってもきれいに見えて、お気に入りの空間になってます。」「それから、階段下の収納やたっぷり本を収納できる本棚、洗面室の棚など、収納をたっぷりとってもらって、整理整頓も上手にできそうです。」とのこと。

家族のコミュニケーションがとれ、明るく開放的な吹き抜けのあるお住まい。さらに、見せる収納と隠す収納がらんだんことらわれていて、仕事に家事に忙しい奥様をサポートする住まいを実現されたようです。O様ありがとうございました！



社長から山の情報

皆様、明けましておめでとうございます。常日頃のご愛顧に厚くお礼申し上げます。昨年来、大変な不況に見舞われ、当社の業績も芳しくありませんでした。例年お盆と暮れに心ばかりの小品を感謝の気持ちを含めてお届けさせて頂いておりましたが、経費削減を余儀なくされ、今回は見送りさせて頂きました。今年は再開できるように社員一丸となって難局を切り開いて業績向上に努めますので、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

さて、山の情報ですが、秋のキノコは正直云って不作でした。8月のトビ茸、10月の松茸も全く収穫ゼロでした。例年ですとナメコを冷凍保存したり、沢モダシやブナキノコを塩蔵したりと秋の味覚を春半ば過ぎまで楽しんでいるのですが・・・。天候のせいなのか、タイミングが合わなかったのか、熱意・努力が足りなかったのか、原因をハッキリつかせていません。やはり仕事に追われて集中力が足りなかったのかもしれない。

shikisaisai press

昨年一番の収穫は、7月に山の仲間と日本のマッターホルンと称される北アルプスの槍ヶ岳登山です。リーダーのSさんは若い時分から4回程頂上直下の山小屋まで来峰していたそうですが天候に恵まれず、頂上登攀は今回が初めてとのこと。それが初挑戦で3,180mの頂上を極める・・・まさしくラッキーでした！日本百名山へのアタックも遅々として進んでいませんが、今年こそは3山(座)位の踏破を目指している・・・初夢にて実現すると思います。新しい年を迎えたいばかりですが、雪解けが待ち遠しいです。春のシーズンスタートまであと98日(4/8水)と毎日指折り数えて楽しみにしております。その頃には景気はどうなっているのでしょうか。厳しい状況が続くのか、はたまた山形の景気は少し持ち直し、毎週水曜日には山深く山菜採りに没頭しているのか・・・とにかく精魂込めて業務回復に努力いたしますので、本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。(後藤 勉)

< 雄大な初冬の鳥海山 >

遊佐町に3年前に当社施工のN氏邸(翠山荘)リビングからのすばらしい眺めです。現在、隣接してギャラリー&カフェを増築中です。3月Open予定です。ご希望があればご案内致します！



四季彩々 四季彩々

こころとからだが好き暮らし



❄️ あなたの体は冷えていませんか ❄️ —冷えは万病の元です—❄️

このところ夜間にトイレに起きる回数が増えた、という方。それはもしかすると「冷え」が原因かもしれません。「冷え」が引き起こす症状は多彩で、実は私たちが気付かないうちに「冷え症」が進行している可能性も。今回は「万病の元」といわれている「冷え」についてのお話です。

ガン細胞は35℃がお好き!?

あるクリニックの先生によると、「お腹や太ももに手のひらを当ててみて、手の方が温かく感じたら（冷え症の）要注意だ」とのこと。一般的には、体の中心体温（直腸温）が35℃以下になると低体温といえます。冷えは万病の元とよく言われますが、低体温になると、健康をおびやかす以下のような様々な不調が現れてきます。

- 免疫力の低下（風邪・感染症・花粉症・アレルギー疾患を起こしやすい）
- がん細胞が発生しやすくなる（遺伝子などの誤作動が多くなるがん細胞が35℃を好みます）
- 基礎代謝力の低下（肥りやすくなる）
- 新陳代謝が不活発になる（肌荒れ・顔色不良・疲労感・むくみ・便秘・腰痛・肩こり・不眠）

「冷え症」改善のポイントは? ❄️

☆体を冷やさない食事を! : 精製した食品や砂糖を摂りすぎない、果物の過食を避ける、体を温める食品や飲み物を努めて摂る（カボチャのスープや長葱と生姜のスープなどお勧めです!）

四季の住まいを支える業者さん紹介

大工さん紹介シリーズ第5弾です!

塩川建屋 (山形市)



キャリア 38年

趣味：仕事と煮込み

（得意料理は豚もつ煮込み。料理はプロ級!）

家づくりのモットー：失敗のない家づくり
四季の住まいの家づくりに共感し、誇りをもって一棟一棟丁寧に建てています。

菅原建設 (東根市)



キャリア 14年

趣味：マリンスポーツ
（カイトサーフィン）

遊佐町の西浜海岸で
5月～10月までエンジョイ♪

愛妻家ではなく(?)愛犬家で、わんちゃん数匹飼っています。

鶴岡市K様邸では、車に泊まり込んで完成させました。

ガッツ&バイタリティは誰にも負けません。

家づくりは任せて下さい!!



四季彩々お楽しみクイズ

栄養素である「鉄・銅」は貧血を防いで冷えをとる作用があります。鉄がたくさん含まれている食品は、ひじき・切干大根・プルーンなど有名ですね。では、下記の食品の中で、銅の含有量が多い食品はどれでしょうか?

- ① 牡蠣（かき） ② レバー ③ ココア

クイズに答え、はがき・FAX・mail等でBL 企画室大石宛にお送り下さい。見事正解された方にもれなくBL 企画室 ooishi がセレクトした特選 “BL Selection” をプレゼントいたします。どしどしご応募下さいね。~☆

四季彩々 四季彩々

アフターメンテナンス担当 岡崎から
今回はヒートポンプ式温水暖房に
ついてのご紹介です♪



■ ■ ■ これからの暖房システムは・・・ ■ ■ ■

原油価格高騰による灯油の値上がりにより（最近値が下がりましたが）、灯油を使うパネルヒーターから、深夜電力を使う蓄熱暖房機やパナソニックのフル暖に暖房機を変えたいが・・・というご相談を数多くいただきました。しかし、今後電気料金も値上げすることが見込まれています。そこで、これからの暖房システムとして注目されているヒートポンプ式温水暖房について今回はご紹介します。



■ Key word は・・・ ■

これからの暖房システムのキーワードは①オール電化対応、②低温輻射パネル暖房、③地球環境問題に対応できる“高効率・省エネ”です。これらの条件を満たす暖房システムとして『ヒートポンプ式温水暖房』が注目されています。

■ オール電化低温水暖房のコンセプト ■

オール電化低温水暖房のコンセプトは、東北電力『やりくりナイト8』を利用して、ランニングコストを抑え快適性の高い居住空間を実現する暖房です。低温水暖房なので建物・人体に安心＆安全。制御性やデザイン性に優れている、大気を利用して効率よく暖房できる、CO₂発生量を抑え、環境保護に貢献できる、これからの電力事情にマッチしているなどの利点があります。

■ ヒートポンプとは ■

ヒートポンプとは大気の熱を屋内に運び込む機構です。消費電力の2～4倍のエネルギーを取り出すことができるため、**小さいエネルギーで高い暖房能力**を得られ省エネに結びつけることが可能です。

■ 『やりくりナイト』とは ■

東北電力の『やりくりナイト』は夜間時間帯の電気を上手に利用するオール電化の暮らしにぴったりの料金メニューです。生活スタイルに合わせて、「やりくりナイト8」「やりくりナイト10」「やりくりナイトS」の3つのメニューが選べるシステムになっています。昼間電力：26.75円/kWhに比べ、夜間電力：8.41円/kWhととても経済的です。

■ 灯油式熱源機から電気式熱源機への入れ替えに際しての注意点 ■

灯油式熱源機から電気式熱源機への入れ替えの際には、現在の暖房設備に問題がないか、現在使用の温水温度は？、現在の電気契約容量など確認事項があります。詳しくは、アフターサービス担当岡崎までお問い合わせください！

❖ わからない点がありましたら、お気軽にアフターサービス担当の岡崎までご連絡下さい。
メールアドレスは→→→ customer-support@shikinosumai.co.jp です。

■ 編集後記 ■

あけましておめでとうございます！いよいよ新しい一年の始まりですね。2009年はどんな一年にしたいか、新年の抱負は何でしょうか？今年は丑年。日本経済も厳しさを増していますが、辛抱強く、希望を持って、目の前のことを一つひとつ丁寧に頑張っていく、それが明日に繋がっていくのでしょうか。一日一日を悔いのないように頑張りたいですね。

さて、前回晩秋号のお楽しみクイズ当選者は 山形市T様・O様・東根市M様他でした！カナダ Umbra 社製フォトアルバムなど厳選した“BL Selection”をプレゼントさせていただきました。ご応募ありがとうございました！



四季彩々 思いも新たに新春号

■発行日/2009年1月1日

■発行:株四季の住まい

〒990-0051 山形市銅町2丁目13-11

TEL: 023-615-6161

FAX: 023-615-6162

■発行担当者:BL企画室 大石如香

E-mail: gotou@shikinosumai.co.jp

ホームページに是非お越し下さい。

<http://www.shikinosumai.jp>

❖ 前回晩秋号クイズ:正解は②イギリスでした！