

はあと-heart-

発行 株式会社 セレクトホーム 〒300-2436 茨城県つくばみらい市絹の台 2-18-1
 Tel (0297) 34-0010 Fax (0297) 34-0012 E-mail select1@select-home.co.jp
 HP <http://www.select-home.co.jp/>

◇セレクトホームでは
 建築現場周辺にミニコミ
 を配布しています。

□■ 毎月 第2木曜日 発行 ■□

つくばみらい市N様邸 ビルトインガレージのクールな お家づくりスタート☆



2月の吉日 地鎮祭で家づくりのスタート!!
 地鎮祭は、家を建てる前に氏神様(居住する地域の神様)を鎮め、土地を使用する許可を得るといふ儀式です。許可を得ることで祟りを防ぎ、工事中の安全や、完成した家の繁栄を祈ります。お施主様にも繁栄を願って「栄!栄!栄!(エイ!エイ!エイ!)」と地鎮の儀を行っていただきました☆彡

地盤調査



真剣な眼差しで調査
 をご覧になるN様

誠実な仕事をしてくさる
 セレクトホームご担当のEさん

地盤調査とは…

今回採用した「スウェーデン式サウンディング試験」は、建物が建つ位置の四隅と中心の計5か所に、先端がスクリー状に尖った鉄の棒(ロッド)に重りを載せ、どれほどの重さでどれだけロッドが沈んでいくかを計測します。この方法で、地盤の性質を知り地盤改良工事の必要性を判断します。どんなに性能が良く頑丈な家を建てても、その家を支える地盤が軟弱だと不同沈下(建物が不揃いに沈んでしまう事)を起こすおそれがあります。家が傾くなどの安全性に問題が起こるだけでなく、頭痛やめまいといった健康被害にも密接に関係しています。だからこそセレクトホームでは、重要なこの調査をお施主様にもご覧頂いているのです!寒い中お立会い頂き、スタッフにもお気遣いくださったN様、ありがとうございました(;▽;)

基礎工事

基礎工事とは…

地面と建物のつなぎ部分にあたる”基礎”をつくるために必要な工程です。丈夫で長持ちする家づくりのためには、建物のすべてを支える土台がしっかりとすることが重要です。今回の基礎は一戸建住宅で一般的な工法の“ベタ基礎”。建物の底一面を鉄筋コンクリートの基礎で支えるものです。安定性が高く、耐久性の高い造りとされ、地面から上がってくる湿気や白アリを防ぎやすい工法です。セレクトホームでは、信頼できる職人さんが確かな技術で、素晴らしい基礎を作り上げてくれます!現場監督も兼任する社長自らも、何度も現場に足を運び、入念に厳しい目でチェックしております。今回も素晴らしい精度の基礎が完成しました♪上棟が楽しみです(*^^*)



毎回素晴らしい仕事を
 してくさる職人さん

憧れのインナーガレージのあるお家を建てたい!!というお客様は是非ご連絡ください(・▽・)ノ セレクトホームがあなたの夢を叶えます!!! 施工例にもビルトインガレージのお家がありますので、ご安心してお任せください♪

快適なだけじゃない!!実は花粉の侵入も防ぐ無敵なFPの家の秘密

あなたは家づくりのうえで室内環境がどれほど体に影響を与えているのか考えたことがありますか?お屋はお仕事やお出かけしていても、家の中で過ごす時間は睡眠時間も含め身体を休める大切な時間です。そんな重要な時間に、この時期の厄介者、花粉症に苦しむのはつらいですね(>_<)でも大丈夫!FPの家なら気密性の高さで、外からの花粉の侵入を防ぎます☆お客様の中には、「家の中にいると、症状が治まる」という方が多くいらっしゃいます(*^^*)また花粉だけでなく、FP工法は耐水性が高い構造のため、結露が起りにくくカビの発生を抑制します。その結果アトピーや喘息などの症状改善にも期待できるんです!年中快適な上に、健康被害を改善する、まさに無敵なマイホームですね♪

花粉の侵入を防ぐ秘密は24時間計画換気

高気密住宅の「FPの家」は外からの花粉やホコリ・チリの侵入を防ぎ、24時間計画換気で、室内の空気をコントロールしています。ですから室内の空気が淀みなく、キレイな空気を保つことができます。そしてFPウレタン断熱パネルは、壁内で結露が発生することがなく、湿気に起因するカビの発生を防ぎ、家自体の空気を汚すことがありません。「FPの家」が健康住宅と言われる理由はたくさんありますが、空気を汚さず、キレイな空気を保つことで、アトピーや喘息などのアレルギー体質を改善した例が多く見られることが大きな理由のひとつです。



取手市 M様邸

花粉の季節には室内干しがオススメ♪24時間計画換気だから、部屋干してもジメっとした空気にならず、洗濯物も早く乾きます。

CHECK!!



取手市 N様邸

健康被害でお悩みの方は、是非一度セレクトホームのモデルハウスに体感しにいらしてください!ご見学・ご宿泊のご予約お待ちしております♪

遊び心あふれる雲梯(うんてい)。普段はお子様の遊び場ですが、室内干しの際にも活躍する優れものですね☆



我が家の太陽光発電と電気代情報

守谷市 オール電化住宅(セレクトホーム 社長宅)

	2010年3月	2020年3月
売電(48円)	0円	12,192円
電気代	14,843円	16,248円
収支	-14,843円	-4,056円
差額	10,787円 お得になっています!	

浮いたお金で・・・♪

礼文島の純粒うに～♪以前買ったお供やお酒の肴に最高です！ちょっとお高いけど(；▽)利尻昆布を食べて育てているウニはとっても美味♪是非!



～建築中現場の進捗状況～

牛久市牛久町・・・②



つくばみらい市・・・④



野田市山崎新町・・・④



つくばみらい市・・・⑨



龍ヶ崎市・・・リフォーム中 守谷市・・・AP 打合中
筑西市・・・リフォーム中 守谷市・・・間取打合中

工程段階

- ①地鎮祭
- ②基礎工事
- ③上棟
- ④木工事
- ⑤設備工事
- ⑥外壁工事
- ⑦建具取付
- ⑧造作工事
- ⑨クロス工事
- ⑩タイル工事
- ⑪建物完成
- ⑫外構工事

住まいを愉しむ Vol. 57

ハーブを育ててみませんか? その4 ～つけあわせだけじゃない「パセリ」の魅力～

暖かい春の陽ざし。彩り豊かな花々や青い空に癒される日々になりました。一方で、新型コロナウイルスの猛威によって、気軽に外出できない状況にもおかれ、ストレスを感じている方も多いのではないのでしょうか。そこで、庭やバルコニーなどで手軽に楽しめるハーブの魅力、今回はパセリについて紹介します。

<パセリの種類と特徴>

地中海沿岸が原産のセリ科の二年草。日本で主流だったのは、料理に添えられた縮れた葉が印象的な「モスカールドパセリ」。しかし最近では、平たい葉の「イタリアンパセリ」も人気です。爽やかな香りで苦みが少なく、料理に使いやすいパセリです。おしゃれなイメージも相まって、ガーデニングで好まれるハーブでもあります。

パセリは、ビタミンやミネラル、カルシウムや鉄分など、栄養が豊富な野菜。利尿を促すので、むくみが解消されたり、消化器系疾患や貧血、婦人病にも効果があるなどと言われ、注目を浴びている食材でもあります。

<育てやすい! 驚くほどの生命力が魅力>

ガーデニングとして楽しむパセリは、プランター栽培が一般的。野菜用の培養土を使うと良いでしょう。しかし、その手軽さは、牛乳パックで発芽させて育てることもできるほど! 苗からはもちろん、種からでも誰でも簡単に栽培ができるハーブなのです。驚くほどの生命力のおかげで、日々のお手入れも簡単。水やりは、土の表面が乾いてきたあがる程度でOK。日当りは半日陰くらいでよいでしょう。成長してきたら若い葉を摘んで、ぜひ料理に使って楽しみましょう。収穫してもどんどん増えます。花が咲き、種ができると、その種が飛んで、庭のあちこちにパセリが育っていくこともありますよ(笑)

<パセリの活用法いろいろ>

パセリの使い方は、彩りとしてつけ合わせるだけではありません。葉は、パスタやスープの香りづけとして使えるのはもちろんのこと、フレッシュ(生)のまま、サラダに入れたり、和えもの(ツナマヨ和えなど)として美味しく食べることができます。また、みじん切りにしてパン粉に混ぜ、“ハーブパン粉”を作れば、魚のフライやカツレツなども、風味豊かにワンランクアップです。

パセリの軸は、ローリエやタイムといった他種のハーブと共にタコ糸で結び、ブーケガルニ(数種類のハーブの束“ブーケ”のこと)として煮込み料理やスープに活用するとよいでしょう。肉や魚の臭みをとると同時に、ほどよい風味をつけてくれるのです。フレッシュハーブを冷凍保存して使うこともできる他、乾燥させてドライハーブとして楽しむ方法も。乾燥すると香りがマイルドになり、長期保存も効いて便利です。

お気に入りの小瓶に入れて、キッチンに置いてみてはいかがでしょうか。



☆☆ おてがる cooking ☆☆

らっきょう酢で!

切干し大根のはりはり風
甘酢漬け



- <材料> 約4人分
 干し大根・・・50g
 ●刻み昆布・・・3g
 ●らっきょう酢・・・100ml
 ●鷹の爪・・・1個

<手順>

- ① 切干し大根を水でさっと洗い、10分程度水で戻して水気を切る。
- ② 刻み昆布は5分程度水で戻して水気を切る。
- ③ 鷹の爪は3mm程度にカットしておく。
- ④ 浅く広めの容器に①、②、③を入れ、らっきょう酢をまわしかけて、まんべんなく浸かるようにする。
- ⑤ 冷蔵庫で冷やして1、2度かき混ぜ、5時間程度で出来上がり!

保存食として便利な乾物の切干し大根は、食物繊維がたっぷり。

甘酢漬けなら、和食はもちろん、カレーなどエスニック料理にも合わせやすいですよ!

最近の我が家のブームは、筋膜リリース フォームローラーです。試しにやってみようというくらいの気持ちで始めましたが、肩こりや腰痛、むくみが改善されて、身体が少し軽くなりました。何より自宅で手軽にできて、少しの時間でも効果が実感できるのが嬉しいですよ! 誰かが使い始めると、次貸して! と順番待ち状態になります☆ こぼん



発行 株式会社 セレクトホーム くまこ&とびこ&おさく&こぼん

●本店:茨城県つくばみらい市絹の台 2-18-1(谷和原インターすぐそば)
 Tel:0297-34-0010 Fax:0297-34-0012 E-mail: select1@select-home.co.jp

●城ノ内体感宿泊ハウス:龍ヶ崎市城ノ内 5-26-1

●リノベ体感宿泊ハウス:龍ヶ崎市出し山町 48

●守谷体感ハウス:守谷市薬師台 6-2-8

<http://www.select-home.co.jp/>

随時、ご予約
受付中!



◆次回は5/14(木)
発行です。
どうぞお楽しみに!

