

ランニングコスト

性能

建築費



毎日暮らしてK家なんでもん
住み心地の良い家じゃなきゃ

もったいなし!!!
性能重視の家づくりをしましょう

止まらない値上げの嵐...家づくりにかかる価格も年々増すばかり。理想の家づくりのために見映えやコストを優先して性能をおろそかにしていませんか!? 建築費だけにとられないで、ランニングコストも考えた家づくりが大事! 長期的に考えれば性能の高い家はコストパフォーマンス◎! セレクトホームなら、高性能な家は当たり前。セレクトホームの家づくりについてご説明致します!

高性能な家ってどんな家?

高性能住宅とは、断熱性・気密性・省エネ性・耐久性・耐震性を高いレベルで備えた住宅のこと。外気の影響を受けにくく、室内の温度が安定するため、一年中快適に過ごせるのが特長です。高性能住宅には明確な基準・定義はありません。高性能住宅であることを示す指標としては「ゼロエネルギー住宅(ZEH・ゼッチ)」「長期優良住宅」「断熱等級」などがあります。

なぜ性能重視の家づくりが大事なの?

性能の低い家

- 初期コストは安く済む
- ▲快適さを求めて冷暖房に頼り光熱費が高くなる
- ▲光熱費を抑えるために暑さ・寒さを我慢する
- ▲結露やカビ、地震による劣化で修繕コストが高額になる可能性がある

性能の高い家

- ▲性能の良い設備を選ぶことにより初期コストが高くなる
- 温度差が少なく、快適性が高い
- 光熱費・メンテナンス費を抑えられる=ランニングコスト減
- ZEHや長期優良住宅の認定を受けることで、補助金や税の優遇措置を受けることも可能

高性能住宅は、結露・カビのリスクを軽減して躯体劣化を防ぐから将来的な資産価値も高まるよ!

左の比較の通り、高性能な家は長い目でみると経済的な恩恵を受けられる可能性が高く、逆に性能の低い家は結果的に高い買い物になってしまう可能性があります。家は何十年先も暮らしていくものなので、家を建てた後の暮らしも考えたトータルコストで家づくりを考えることが重要です。家族みんなが快適に、そして安心して暮らせる家づくりが重要です。

セレクトホームの家ってどんな家?



抜群の防湿・防水性
で無結露50年保証!!



セレクトホームの家を一言で表すなら魔法瓶のような家。『FPの家』の業界最高水準の断熱性能を誇る断熱材「FPウレタン断熱パネル(以下、FPパネルとする)」と木造軸組工法を組み合わせた「FP軸組工法」により、高気密高断熱を可能とした高性能住宅がセレクトホームの家です。

断熱性能

断熱等級6を満たすお家をご提供! UA値(外皮平均熱貫流率) 0.4W/m²K以下を保証します。(標準仕様)当社アベレージは 0.35W/m²K♪

気密性能・省エネ性能

知識・技術・ノウハウを持った社員大工による徹底的な気密施工と適正な施工により、設備機器に頼らないエネルギーロスの少ない住まいを実現。新築全棟においてC値(相当隙間面積)0.5cm²/m²を保証!

耐久性

経年劣化の少ない高耐久なFPパネルと高い施工技術により、性能劣化がほとんどないため、メンテナンスも最小限の維持費用でOK! 躯体そのものの品質劣化を防ぐため、資産価値が続く。

耐震性能

耐震部材にもなる「FPパネル」を「面」として軸組に組み込むことで強度を引き出す工法のため、変形などを最小限に抑え、強い剛性を備えた建物となる。耐震性能指標最上位の耐震等級3(地震保険料における耐震等級割引率50%)を満たす家がセレクトホームの標準仕様。

長期優良住宅認定は当たり前!
ZEH基準以上の性能を長期間保つことができる
『FPの家』は、幸せな毎日がずっと続く住まいです!



社長 熊谷

デザイン性の高い
ハンガーパイプとカウンターで
スタイリッシュなお部屋を演出。



オープンクローゼットのお部屋

スペースを最大限に活かし、物の出し入れがスムーズ♪更に扉が不要なのでコストも削減!



壁の幅に合わせたジャストサイズの造作デスクで、無駄なスペースがない洗練された空間に。

〇〇ちゃん家ってすごい!!

ちょっと自慢したくなる個性的なお家なら...



子供も大人も大興奮
吹抜けアスレチック
まるで巨大なハンモック!!寝そべてくつろげる夢のような空間♥リビングから見守ることができるので安心。

新年度スタート♪

お子様の成長に合わせて
そろそろ家づくり始めませんか??

お友達をつい呼びたくなっちゃう
快適で素敵なマイホーム...
それ、セレクトホームが実現します!
デザインも性能も妥協しない家づくりなら
「FPの家」で決まり♪
施工例をご紹介します😊



造作スタディーコーナー

毎日机に向かう習慣づけにおススメ😊 収納棚は打合せの段階で、しまうものを明確にし、そのサイズに合わせて緻密な計算をして施工するのでシンデレラフィット♪

リビングに設けたスタディーコーナーの裏には、子供たちそれぞれ物がしまえるように収納を造作。ランドセルごとクローゼットにしまえるので、生活感を感じさせないスッキリとしたリビングになった。



「FPの家」は高断熱・高気密なので、熱のこもりやすい屋根裏スペースさえ快適な空間に保つ。各部屋の天井を屋根なりの勾配天井にし、上部の壁をぶち抜きにした2階には、子供部屋同士を繋ぐ子供心をくすぐるロフト空間を設けた。熱効率が高いため、夏場は2Fの一番高い位置に設置したエアコン1台で家全体を快適な温度に保つことができる。

FPの家だからこできる施工例



プライバシーも保ちつつ、家族とのつながりをいつでも感じることができる子供部屋。吹抜け

に面した壁(上写真右側)に設置した室内窓からは陽の暖かさや家族の繋がりを感じられる。大きな吹抜けや大開口の窓があっても、「FPの家」であれば家全体が快適な温度で保たれる。





太陽光発電と電気代+蓄電池情報

守谷市 オール電化住宅(セレクトホーム社長宅)

我が家では固定買取制度終了後、2020年10月から蓄電池導入、23年のリノベーションを機に蓄熱暖房器から床暖房に！売電：8.5円。

	2010年3月	2025年3月	2026年3月
売電	0円	578円	578円
電気代	14,843円	12,759円	11,498円
差額	-14,843円	-12,181円	-10,920円
使用量		410kWh	374kWh



浮いてないけど...

我が家の晩御飯の味方 だし醤油「テンヨのピミサン」をご紹介します！甘味が少なく美味しいので、お気に入りです。我が家では湯豆腐のたしとして最多登場します(*▽*)是非！



今ここに暮らすよろこび Vol. 29

腸活ブームで大人気！ ～ ヨーグルトの種類とそれぞれの特徴 ～



近年の腸活ブームで、注目度の高いヨーグルト。今や、その種類は多岐にわたり、様々な特徴をもった商品が市場に出回っています。コロナ禍を経て、免疫力の向上に人々が高い意識を持つようになったことも、その人気を後押ししたことでしょう。ご自身のニーズに合ったヨーグルトを取り入れ、より健康的な生活が送れるようになったら良いですね。

そこで今回は、ヨーグルトの定義や種類、それぞれの特徴について紹介します。

<ヨーグルトの定義とは？>

実は、日本国内では「ヨーグルト」という規格は存在しません。省令で定められた種類では「発酵乳」に属します。発酵乳は「乳又はこれと同等以上の無脂乳固形分を含む乳等を乳酸菌又は酵母で発酵させ、糊状又は液状にしたもの又はこれらを凍結したもの」とされています。このうちのひとつが「ヨーグルト」、ということになります。ヨーグルトには、乳酸菌とビフィズス菌が含まれています。これらは善玉菌と呼ばれる、腸内環境を整えて体に良い影響を与える菌種です。

<製造方法による代表的な分類>

- ◆プレーンヨーグルト...乳を乳酸菌で発酵させただけで味つけをしていないシンプルなもの。
- ◆ハードヨーグルト...寒天やゼラチンで固められたもので、味つけされたものが一般的。
- ◆ソフトヨーグルト...ヨーグルトを発酵した後、かくはんしてなめらかにしたもの。
- ◆ドリンクヨーグルト...ソフトヨーグルト同様、かくはんして液状にしたもの。加糖やフルーツ入りが主流。
- ◆フローズンヨーグルト...ヨーグルトを、空気を含ませるように混ぜながら凍結させたもの。

<機能性ヨーグルトと植物性ヨーグルト、ボディメイク系ヨーグルト>

通常のヨーグルトに、+αの機能をもたせた機能性ヨーグルト。様々な「菌」の持つ効果に着目し、そのメリットを前面に打ち出しています。「特定保健用食品(トクホ)」や「機能性表示食品」の基準を満たしたものも多いです。免疫力向上・内臓脂肪低減・口内環境ケアなど、ご自身のニーズに合う商品を選べます。通常のヨーグルトの乳は動物性ですが、最近では植物性ヨーグルトと呼ばれるものもあります。これは植物性ミルク(プラントミルク)を乳酸菌で発酵させたもので、ヨーグルトの代替商品になります。よって、発酵乳の基準には当てはまらないため「生菓子」などに分類されています。植物性ヨーグルトは、特に乳アレルギーの方にとっては貴重な存在。主に大豆(豆乳)を原料とするものが多いのですが、アーモンドミルクヨーグルトやココナッツヨーグルト、米のヨーグルトなど、大豆以外のものも出てきています。さらに、フィットネスや糖質制限ブームにのって、ボディメイク系ヨーグルトも大人気。低カロリーでたんぱく質を効果的に吸収できる商品などが増えてきています。

<そのまま食べる以外にも！>

タンドリーチキンの漬けだれやドレッシングに調味料として使う他、スープなどアレンジレシピも楽しめます！

*** 参考文献・Web等 ***

- ・ヨーグルトの本 カップヨーグルト研究会 向井智香/著
- ・明治の食育/ヨーグルト (<https://www.meiji.co.jp/meiji-shokukoku/know/lovable-milk/yogurt/>)
- ・雪印メグミルク/ヨーグルト研究室 (<https://www.meg-snow.com/fun/academy/yogurt/about/>)

暖かい日が多くなった4月はお出かけ日和♥ということで、今回は栃木県にある「岩下の新生姜ミュージアム」をご紹介します♪この施設はとにかく遊び心でいっぱい、大人から子供まで楽しく過ごせます！ミニゲームや、展示、お土産の他、公式キャラクター「イフシカ」ちゃんのダンスイベントと記念撮影まであるので、是非行ってみたいですね 😊 おきく



Instagram



発行 株式会社 セレクトホーム くまこ&とびこ&おきく

●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

●守谷体感ハウス:守谷市薬師台 6-2-8

～建築中現場の進捗状況～

守谷市本町・申請中



つくばみらい市外構



守谷市本町②



工程段階

- ①地鎮祭
- ②基礎工事
- ③上棟
- ④木工事
- ⑤屋根工事
- ⑥設備工事
- ⑦外壁工事
- ⑧造作工事
- ⑨加工作業
- ⑩建具取付
- ⑪タイル工事
- ⑫建物完成
- ⑬外構工事

柏市十余二⑦



守谷市大柏⑨



ひたちのうしく⑨



龍ヶ崎市松ヶ丘⑬



間取り打合中

...守谷、牛久、取手 etc.
ショールーム見学
...牛久、守谷、つくばみらい etc.

☆☆ おてがる cooking ☆☆

春の香りと彩り！
アスパラガスと海老の
オイスターマヨ炒め



<材料> 2人分

- アスパラガス...4本
- 冷凍むき海老(大)...10尾
- オイスターソース...小さじ2
- マヨネーズ...小さじ2
- ごま油...小さじ2
- いりごま...適量

<手順>

- ① 冷凍むき海老を解凍し、キッチンペーパーなどで水気をよくふき取っておく。
- ② アスパラガスは、4cm程度の斜め切りに。
- ③ フライパンにごま油を入れて熱し、①と②を炒める。
- ④ ③の海老にしっかり火が入ったら、オイスターソースとマヨネーズを加えて、さっと混ぜ炒める。
- ⑤ いりごまをふりかけ、さっと絡めて皿に盛り、完成！

まろやかな甘みと酸味が絶妙なおいしさの“オイマヨ”。キャベツなどの野菜やキノコ類とも相性が良いです。ぜひ、アレンジもお楽しみ下さい！



展示場予約は
こちらから♪

SELECT HOME
<https://select-home.co.jp>

◆次回は、5/14(木)
発行です。
どうぞお楽しみに！