

# 暮らしの広場 2025 2月号 vol. 292



・PanasonicリフォームClubは、独立・自営の会社が運営しています。  
・工事請負契約は、お客様とPanasonicリフォームClub運営会社との間で行われます。

PanasonicリフォームClub

有限会社丸安工務店

URL: <https://maruyasukomuten.reform-c.jp>  
E-mail: [prc@maruyasu-kitakami.com](mailto:prc@maruyasu-kitakami.com)

〒024-0071 北上市上江釣子19地割173番地1  
TEL (0197)71-5045 FAX (0197)71-5046  
●営業時間 平日 AM 9:00~PM 5:00  
土・日・祝 AM 9:00~PM 4:00  
時間外も対応しておりますのでお問い合わせ下さい  
2月の定休日 8日(土)・9日(日)・24日(月)  
3月の定休日 8日(土)・9日(日)・23日(日)

今年もやってきた恒例イベント

住宅建材展示や  
住宅なんでも  
フロアに相談

## スタイル展

～住まいの暮らし相談会～

2025年

2/15(土) 16(日)の2日間開催

15日 10:00~18:00 16日 10:00~15:00

江釣子ショッピングセンターPAL/1F ジョイスタジオ

2025年スタイル展テーマ

### 節約リフォーム

おうちの中の見直しが節約と快適につながる！  
「節約リフォーム」とは普通に生活するだけ節約になる  
快適で心と家計にゆとりが生まれる  
まさに一石二鳥のリフォームです！

過去20年以上、丸安工務店が行っている建材展示会と住宅相談会「スタイル展」が今年は『節約リフォーム』をテーマに開催されます。

例えば、トイレを交換すると年間〇〇〇〇円節水できる?! これまでのお風呂をリフォームして保温できる浴槽にしたら光熱費が〇万円節約できる?! そして、これらのリフォームに補助金を使うと〇〇万円もお得に!! などなど・・・

住宅のお困りごとや相続、税金などのお悩みも私たちプロのスタッフがお伺いします(^\_^)

多くの皆様のご来場お待ちしております!!

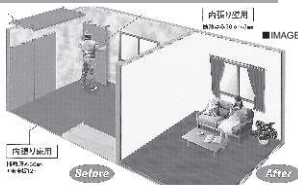
見どころPOINT①

#### 新 FPの家を手掛ける 室内断熱リフォーム



断熱改修リフォーム用『高性能断熱材』

生活しながら、しかも短時間で断熱改修ができます!!



見どころPOINT②

#### 最新 おうちの節約につながる 住宅エコ建材展示

2025年も補助金対象建材を使って、賢くリフォーム。実際に触って見て学べるこの機会を使って、ベストなリフォームを叶えましょう。



見どころPOINT③

#### 丸安自慢の職人による 包丁砥ぎ

1本  
100円

おひとり様 2本まで

両日共 10:00~14:00 までの受付

※16日につきましては、受付状況により15:00までにお渡しが出来ない場合は時間内においても受付を停止いたします。ご希望の方はお早めに受付をお願いいたします。



見どころPOINT④

#### 全問正解をめざしてご参加ください☆ 節約クイズラリー

当日は会場内で展示にちなんだクイズラリーもしております！  
展示の中にヒントが潜んでいるかも...  
見事、全問正解の方にはプレゼントもご用意しています！



見どころPOINT⑤

#### 私たちの2024年作品のお披露目! 施工事例展示

丸安工務店の2024年施工事例を展示します！

新築に大規模リフォーム、なんでもお任せあれ☆



見どころPOINT⑥

#### 腕自慢さん全員集合! 釘打ち選手権

各日2回開催

☆11:00~ ☆13:30~

勝者には豪華景品あり☆  
皆様のご参加をお待ちしております!



\* スタイル展にご来場して頂いた方に、ささやかでございますがご来場プレゼントをご用意しております。 \*

新築住宅に、太陽光発電・蓄電池システムを手軽に導入

## あおぞらチャージサービスの紹介

東北電力グループの新築住宅向けサービスをご紹介します。  
初期費用は0円! 月額定額の料金で太陽光発電・蓄電池システムをお使いいただけます。  
お気軽にお問い合わせください。

初期費用・メンテナンス・サービス期間終了後の譲渡

すべて0円

東北電力グループが詳しく説明

セミナー開催のご案内 ご予約が必要です

あおぞらチャージサービスの詳しい説明会を開催致します。

日時: 令和7年3月1日(土) AM10:00~12:00  
場所: PanasonicリフォームClub  
(有)丸安工務店 2F  
岩手県北上市上江釣子19-173-1  
☎0197-71-5045



太陽光発電・蓄電池システムのある生活を  
✓初期費用 0円  
✓メンテナンス  
✓サービス期間終了後の譲渡  
でご提供します!

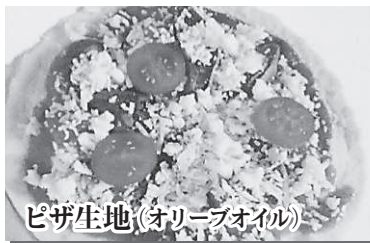
エコも、安心も、お手軽に。  
あおぞらチャージサービス

東北電力ローラ-eチャージ



## ★今日の晩ごはん★

### IHクッキングヒーターかんたんレシピ



ピザ生地(オリーブオイル)

1枚分

- 薄力粉 80g・強力粉 80g  
 ① ベーキングパウダー 小さじ2弱  
 オリーブ油 大さじ1・塩 少々  
 ぬるま湯(40℃) 80ml  
 <具材・ソース>  
 トマトソース、マヨネーズなどのソースに  
 お好みの具をのせて



ひき肉たっぷりオムレツ

2枚分

- 合いびき肉 100g・玉ねぎ 1/4個  
 卵 4個・牛乳 大さじ2・サラダ油  
 大さじ2と1/2・トマトケチャップ(お好  
 みで) 適量  
 付け合わせ野菜(ペピーリーフ、ミニト  
 マトなど) 適量  
 酒 大さじ1/2・砂糖 小さじ1/2  
 ① ウスターソース 大さじ1  
 塩、こしょう 各少々

## グリルで簡単ピザ

- ① ポリ袋に①を入れて混ぜ合わせ、ぬるま湯を加え粉の固まりがなくなり、ひとまとめになるまで7分位よくこねる。生地が袋から離れて1つになったら、そのまま室温で一次発酵させる。(このとき、ポリ袋に少し空気を入れて口を閉じると、簡単にこねることができる)
- ② 打ち粉をし、生地を平らにのばして好みのソースと具材・チーズをのせて240℃で10分程度焼く。

## 思い出レシピ

### 愛情伝わるおばあちゃんの味

- ① 玉ねぎは粗みじん切りにする。
- ② フライパンにサラダ油大さじ1/2を中火で熱し、①を炒める。透明感が出たら、合いびき肉を加えて炒める。
- ③ 肉に8割火が通ったら、④を加えて味をなじませる。火から下ろし、半分に分ける。
- ④ ボウルに卵2個を割りほぐし、牛乳を半量加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ 中火でフライパンにサラダ油大さじ1を入れてよく熱する。
- ⑥ ④を流し入れ、全体を軽く混ぜて、固まり始めたら、③の半量を卵の真ん中にのせる。
- ⑦ 向こう側の卵を手前にたたみ、さらにもう一度手前にたたんで具を包み、形を整えて器に盛り付ける。
- ⑧ ④～⑦を繰り返して同様にもう一つ作り、付け合わせの野菜を添え、お好みでトマトケチャップをかける。

ヘルス&ケア

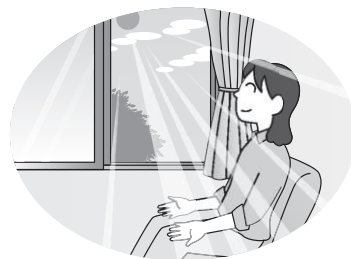
## 「日向ぼっこ」のメリット

紫外線の浴びすぎはお肌に良くありませんが、適度な日光浴にはいくつかメリットがあります。

日光が直接皮膚に当たると、体の中に「ビタミンD」がつくられます。ビタミンDは免疫機能を調整したり、カルシウムの吸収を促す働きが報告されています。

また、脳内には「セロトニン」が生成されます。これは「幸せホルモン」とも呼ばれ、自律神経が整えられて、ストレス解消やリラックス効果があると言われています。

日光に当たる時間は季節や時刻にもよりますが、15～20分程度がおすすめです。全身に浴びなくても、手のひら・足の裏だけでも効果があるそうです。ただし、日焼け止めを塗ったり、ガラス越しだと効果がないようなのでご注意を！



(PRCコラムより)

## おしえて! Dr.住まいる

### 加湿のテクニック

冬は乾燥する季節。加湿器以外で湿度を管理するテクニックとして、洗濯物の室内干しや観葉植物の設置、濡れタオルの活用、霧吹きでの水分補給などが簡単に実践できます。また、換気をしながら鍋料理を作ることで、自然な加湿効果が得られます。これらの方法を組み合わせることで、快適な湿度管理が可能です。



「FPの家」住まいるニュースより

できた!

## 簡単DIY

### ふすまりメイク



古くなったふすまも、リメイクシートを使えば、簡単におしゃれな空間に生まれ変わります。まず、ふすまの表面を丁寧に拭き掃除し、ホコリや汚れを落とします。リメイクシートは、木目調や和紙調、モダンな無地デザインなど、豊富な種類から選べます。貼る際は、気泡ができないよう、中央から外側へゆっくりと貼り付けましょう。端はカッターで丁寧に仕上げると、プロのような仕上がりに。必要な道具は、シート、カッター、へら、ハサミがあれば十分。初心者でも失敗が少なく、低コストで和室の雰囲気を一変できる、おすすめのDIYメニューです。和の伝統的な空間に新しい息吹を吹き込むふすまりメイクで、見慣れた空間をリフレッシュしてみましょう。

「FPの家」住まいるニュースより

# Panasonic リフォーム Club

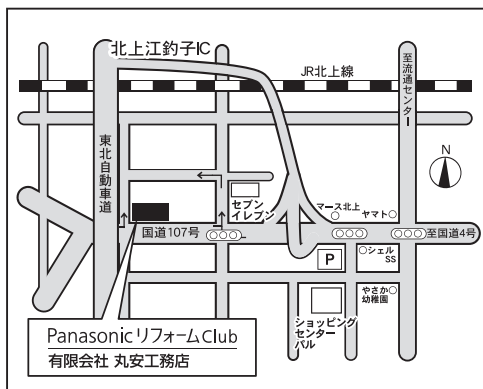
## 有限会社丸安工務店

〒024-0071 岩手県北上市上江釣子19-173-1

TEL:0197-71-5045 FAX:0197-71-5046

URL:https://maruyasukomuten.reform-c.jp E-mail:prc@maruyasu-kitakami.com

建設業許可/岩手県知事許可(般-4)第6631号 一級建築士事務所登録/岩手県知事登録第(2507)1423号



Panasonic  
リフォーム Club

・PanasonicリフォームClubは、独立・自営の会社が運営しています。  
・工事請負契約は、お客様とPanasonicリフォームClub運営会社との間で行われます。