

地元の皆さんと、笑顔が集うリフォーム情報誌

# にこにこ通信



〒350-0204 埼玉県坂戸市紺屋346 刊-電話0120-761-555 2009年12月号 第4号

皆様、こんにちは。イイジマ（株）の松澤です。早いものでクリスマスシーズンを迎え、お孫・子供さんのサンタ・プレゼントに頭も悩ます時期となりました。



それにしても、早いですね！！もう一年が終わってしまいます。皆様はどんな一年でしたか？ 私は、「良き縁」に恵まれて、数多くの素晴らしい出会いと沢山の刺激をいただいた一年でした。新しい事にチャレンジすると、何故か素晴らしい出会いがあり、今の自分に必要な人・本・情報に合うことができました。【生かされている感じがしました～ね】

（座っている方・本部 来生陸夫代表  
西武支部代表 松澤です。）

色々な人達に助けられて、人の縁の有り難さを改めて感じています。

もちろん今年ご縁をいただき、弊社をリフォームのパートナーとして選んでくださった皆様。本当にありがとうございました。感謝の気持ちでいっぱいの2009年でした。

楽しく、思い出に残る仕事をたくさんさせていただきました。

残り少ない2009年ですが、最後まで・・・気を抜かず・・・《ピッシ！》と締めていきたいと思えます。皆様もお身体に気をつけて、2010年をお迎え下さい。

それでは、2009年最後の「にこにこ通信」をどうぞ気楽にお読み下さい。

松澤勝司



『建築職人組合』 埼玉西武支部

イイジマ株式会社 ・・事務所にて・・・

去年から、怪我や事故が起きていたので、弊社事務所東側壁に「神棚」を祭りました。

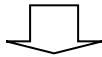
工務の三塚課長が、今までの工事の残り材・銅板を駆使して、とてもりっぱに出来ました。「もったいない運動」の精神で～す。

毎朝 出勤一番に、社員全員の安全を祈願してから、仕事を開始しています。とても良い気分です。

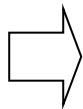
# お客様のリフォームをご紹介します。

(坂戸市：H様邸 2階1部屋増築工事)

【工事前】



大工さんも腕の見せ所！！



【完成で～す！】



★ お子様が小学校に入学、勉強部屋が必要になり、玄関上に増築しました。

● これで勉強に集中できると、ご両親・お子様も大喜びでした。 『にこにこ』



## 弊社のスタッフ、仕事風景、

## ご紹介のスタッフ写真です。



弊社の経理担当の経理プロフェッショナル、  
近藤専務取締役です。

◆ 経営の数字・財務は、専務にお任せ、  
安心して、経営・営業に打ち込めます。

2月22日 誕生日

『頼りになるお父さん！です』

弊社の工事工務担当 三塚課長です。

■ 毎月の数多い仕事を段取りよくさばいています。  
とても頼もしく当社自慢のスタッフです。

■ りっぱな「神棚」の作成者。

優しい笑顔の裏に、仕事に対する職人の厳しさを秘めた『頼りになる兄貴分』です。

昭和26年1月25日生まれ



## 三塚課長と仕事の打合せをやってますよ！！

写真の裏壁に「NHK つばさ」のポスター貼ってます。



お客様の喜ぶ笑顔をいただくために、

打合せは、重要な仕事です。

★ 連絡・相談・報告 ★

ほうれんそうの徹底は、毎日の日課です。

# 季節と住まいとお手入れと！

今回は、各季節毎の注意ポイントをお知らせしたいと思います。

## ★3～4か月に一度のお手入れチェックリスト

住まいを長持ちさせる秘訣と言えば、やっぱり、普段のお手入れと、掃除をしっかりとすることですよね。私たち『人間の身体』と同じなんです。常日頃のお手入れと定期的な健康診断を行い、早め 早めの対策・処置が大切なことなんです！！

- 普段はなかなか手がまわらない箇所
- 季節の変わり目を利用して手入れをしておきたい箇所
- 外回りで点検、保守しておきたい箇所

## 「季節毎のお手入れスケジュール」(例)

月	お手入れの箇所
1～3月	◆窓、壁、トイレの結露対策 ◆ゴキブリ、ダニ対策 ◆庭の雑草取り
4～6月	▲暖房器具の手入れ、収納 ▲湿気とカビ対策 ▲冷房器具の準備、点検
7～9月	■カーペット、じゅうたん、畳などの日光干し ■家具、押入れの整理 ■冷房器具の手入れ、収納
10～12月	★庭の雑草取り ★暖房器具の準備 ★大掃除



# 冬は鍋奉行が活き活きと

## 笑顔になります～す！

### 鍋ほか推進プロジェクトが始まる

「暖房ほごほごお鍋でほかほか」

鍋料理のおいしい季節になってきました。冬の人気料理の常連である鍋料理は、この季節には欠かせないマストアイテムです。寒くなればなるほど、おいしさを増すのが鍋料理に人気の理由でしょう。実際、秋口から、やたらと鍋料理のCMが増えてきたと思いませんか？

実はこれ、鍋料理のシーズンに合わせて毎年10月から翌年3月まで集中的に行われている「鍋ほか推進プロジェクト」のキャンペーン活動の一環でもあるのです。

「暖房ほごほごお鍋でほかほか」をコンセプトとするプロジェクトのあらましを紹介しましょう。

#### 鍋料理はパワーメニュー

コンセプトで謳(うた)われているように、このプロジェクトには2つの大きなメッセージが込められています。

第1に、旬の秋冬野菜をおいしく

食べるために最適な鍋料理の提案、

普及を進める狙いがあります。鍋料理は野菜だけでなく、他の国産食材の消費を上げたり、食料自給率を高めたりする上でも役立つからです。

第2に、身体の温まる鍋料理を食べるときには暖房を控えるにすることが多いため、結果的にCO2排出を抑制する効果が見込まれます。

2つの大きなメッセージの他にも、家族団らんの機会を増やす、健康増進に役立つ、鍋を使った郷土料理による村おこしを促す——といった、さまざまな波及効果が期待されています。

海の幸や山の幸を問わず、さまざまな食材を1つの器で煮込むことで味に広がりや深みを増す鍋料理は効果の点でも、まさにパワーメニューといえるのです。

#### キャンペーンソングも登場

このプロジェクトは農林水産省を中心に、さまざまな企業や団体、

行政機関などが連携。統一ロゴマークやキャンペーンソング「鍋ほかパラダイス」を活用して鍋料理の普及に努めています。

普及活動には各種食材や調味料、飲料、調理器具メーカー、飲食店などが参加。「鍋料理」を切り口とする市民参加型の新たなムーブメントとなりつつあります。

農水省のホームページでは秋冬野菜や鍋料理の魅力、野菜をたっぷり使う鍋レシピなどを紹介しています。身も心も温まるだけでなく地球環境にも優しい鍋料理を、今晚のメインメニューにしてみてくださいいかがでしょうか。



鍋ほか推進プロジェクト



## 木オ米斗



【4人分】

- ・いわし……………8尾
- ・ほうれん草……………1わ
- ・パン粉……………大さじ1
- ・レモン……………1/2個
- ・バター……………大さじ2
- ・パセリ……………少々
- ・塩……………適宜
- ・コショウ……………適宜
- ・バター（塗布用）……適宜

# いわしのグラタン

魚偏に弱いと書く「鰯」（いわし）は、その字のイメージとは違って、ミネラル豊富で栄養価も高い、魚の優等生です。昔からたくさん取れるのでさまざまな調理法が工夫されてきました。

魚の中では鮮度落ちが早いのが特徴です。丸々と太っていて身の固いのが新鮮さの目安です。

今月は、そんないわしを使ったグラタンをご紹介します。

①ほうれん草は洗って、たっぷりの湯でやや堅めにゆで、冷水にとってさらし、揃えて絞る。

②いわしは頭を落とした切り口から指を入れ、腹を裂いてワタを出す。中骨の上側に指を入れて尾に向けてしごき、さらに下側も同様にして身と中骨を離して尾の近くで切り取って手開きにする。手早く水洗いして、水気をよくきる。

③ほうれん草を4cm長さに切り、フライパンにバター大さじ1を溶かした中でソテーし、軽く塩、コショウして皿に取り出す。

④いわしの両面に塩、コショウをふり、皮目を下にして尾を向こうにして置き、中央に③のほうれん草を大さじ山1杯くらいずつのせ、尾のほうに向かってくるりと巻く。

⑤バターを塗ったグラタン皿にいわしを並べ、バター大さじ1を小豆粒大にちぎってのせ、レモン汁を小さじ1くらい絞りかける。

⑥パン粉をふりかけ、パセリをみじん切りにして半量をふる。

⑦200～220℃のオーブンで12分。仕上げに残りのパセリを。

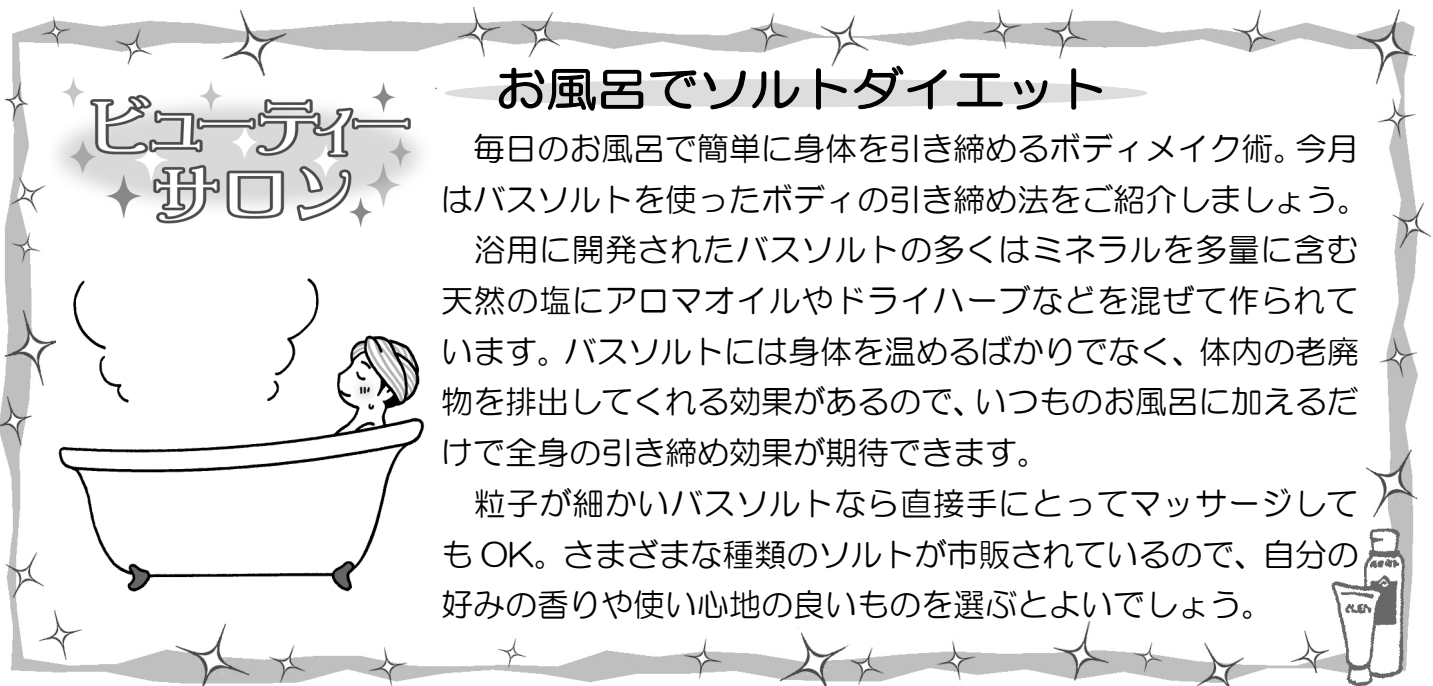


## お風呂でソルトダイエット

毎日のお風呂で簡単に身体を引き締めるボディメイク術。今月はバスソルトを使ったボディの引き締め法をご紹介します。

浴用に開発されたバスソルトの多くはミネラルを多量に含む天然の塩にアロマオイルやドライハーブなどを混ぜて作られています。バスソルトには身体を温めるばかりでなく、体内の老廃物を排出してくれる効果があるので、いつものお風呂に加えるだけで全身の引き締め効果が期待できます。

粒子が細かいバスソルトなら直接手にとってマッサージしてもOK。さまざまな種類のソルトが市販されているので、自分の好みの香りや使い心地の良いものを選ぶとよいでしょう。



## ビューティー サロン



# マナーの壺



## 茶席のおじぎ

お茶席では、席の雰囲気に応じたおじぎを心がけましょう。

■最も丁寧なおじぎ＝茶懐石の席などでは、最も丁寧な礼をしましょう。まず、両手を八の字形にして、額と畳の間が15cmくらいになるまで頭を下げます。そして、3～5秒静止し、静かに額を上げます。

■ふつうのおじぎ＝会席に招いてくださった方などに行うものです。両手の位置は丁寧なおじぎと同じです。腰を45度くらいに曲げて頭を下げ、1～2秒したら上体を静かに上げます。

■略式のおじぎ＝気楽な小上がりなどで親しい間柄の人にする礼です。指をそろえ、指先だけを畳につけ、上体を15度くらい下げ、ほんの半呼吸ほどで上体を戻すようにします。

### ■建築職人組合 加盟 『埼玉西武支部』で活躍中です。

- 発行：イイジマ 株式会社
- 担当：松澤勝司
- 住所：〒350-0204  
埼玉県坂戸市紺屋346
- TEL：049-282-0813
- FAX：049-282-0815
- フリー電話：0120-761-555
- URL：<http://www.iijima-y.co.jp>
- e-mail：[matuzawa@iijima-y.co.jp](mailto:matuzawa@iijima-y.co.jp)

## 編集後記

日本の社会は、おもしろいですね。12月24日 クリスマス（イエスキリスト・欧米の慣習）を楽しみ、すぐ後にくるお正月も祝う習慣。何でも、楽しい事・よき事は、取り入れてしまう日本民族のしたたかさには、脱帽ですね。この精神で、100年に1度の大不況も吹き飛ばして参りましょう！ 来年の大河ドラマ 私の好きな坂本竜馬が主人公です。来年の楽しみがまたひとつ 増えました。どうぞ、皆さん これからも、長～～いお付き合いをよろしくお願い致します。

がんばる松澤社長への直通携帯は、  
**090-1815-2255**