



# シンちゃんたより 4 2012年 月号

## シンエイ工営株式会社 Vol. 71

愛知県犬山市長者町5丁目2番地

TEL 0568-68-1760

FAX 0568-68-1239

e-mail : sk@shinei-fp.co.jp

代表取締役 余田 一夫

シンエイ工営 検索

家の近くの五条川は見事にピンクの桜街道となり、1年に1回訪れる自然の色彩画に気持ちも豊かになりました。

その桜も散り始め、初夏に向けて緑の葉っぱが生き生きとした生命力を感じます。

暑くなったり寒くなったりしていますので、皆さんも体調の管理には気を付けてください。

今月のテーマ ~ The theme of this month ~

## ダイエット

今月は女性の永遠のテーマ、**ダイエット**！

主婦の方が家事の合間にできる  
簡単ダイエットをご紹介します☆



夏はスグそこまできている！始めるなら今！気になる部分を引き締めよう！

ダイエットしたい！と思いつつも、なかなか時間を作ることが出来ない！！  
そんな方は日常生活の中で、《〇〇しながら》ダイエットがオススメ☆

- 毎日家の中を歩く時は つま先歩き全身が写る鏡の前では、精一杯背伸びをします。  
《歩きながら 足首ダイエット》
- お湯を沸かしたり、レンジのタイマーを待つ間は、流し台に向かって腕立てをします。  
《料理しながら 二の腕ダイエット》
- 洗濯物をたたむ時は、腹式呼吸で、お腹に力を入れます。  
5秒で息をゆっくり鼻から吸い、10秒でゆっくり口から吐き出します。  
《洗濯しながら お腹まわりダイエット》

簡単に出来るエクササイズですので、みなさんもぜひ一度、試してみてください。  
夏に向けて引き締めた身体をつくりましょう★

シンちゃんたより

## お料理教室



アスパラガスとご飯をバターで炒めただけのチーズな一皿なのですが、これがびっくり。炒めたアスパラガスのコリコリとした食感がご飯の中でこんなに活きるとは！



### 「バター風味のアスパラガスご飯」

【材料】(2人分)

ご飯 茶碗3杯、アスパラガス 1束(3~5本)

バター 大さじ2、白ワイン(料理酒でもOK) 大さじ1

塩 小さじ1/3、醤油 小さじ1/3、ブラックペッパー 小さじ1/3、粉チーズ 適宜

【作り方】

- (1)洗ったアスパラガスのはかまを取り除いたら茎の根元を折って、固い繊維の部分を除きます。  
アスパラガスを7mm幅の輪切りにします。
- (2)熱したフライパンにバターを溶かしたらアスパラガスを投入して、中火で1分ほど炒めます。
- (3)ご飯と白ワインを加え、全体がまんべんなく混ざるよう1分ほど炒め、塩・醤油ブラックペッパーを加えて味付けして、さらに1分炒めます。
- (4)お皿に盛り付けて、粉チーズを散らしたらできあがりです。



# ◇◇◇ イベント情報 ◇◇◇

FPの家体験訪問 → 宿泊体験も随時受付中！！  
OB・施主さま宅を直接見てみよう！！



すでに多くの方が「FPの家」にお住まいです。OB・施主さま宅を訪問して、直接住み心地を体験してみませんか？実感できますよ。お気軽にお電話下さい！

見て！触れて！工場見学会 → 今回の開催日時は 5月13日（日）

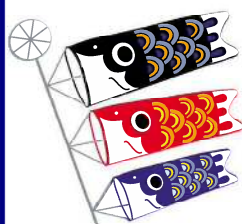
今回は、工場見学会の後、OB施主様宅訪問を行います。

- ・FPの家って？
- ・断熱性は？
- ・耐久性は？
- ・光熱費は？
- ・気密性は？
- ・気密は良いけど換気はどうするの？

⇒ その答えは、工場見学会で見つけてください！！

会場はFP岐阜工場（関ヶ原）です。送迎も可能です。  
ぜひご参加ください！！ 弊社、朝9時30分集合！  
お問い合わせは「シンエイ工営」まで！ TEL 0568-68-1760

※会場がわからない方は案内します！朝9時30分までにシンエイ工営へお越し下さい



GWを家族で楽しもう！オススメおでかけスポット

## 国営木曽三川公園【愛知県稲沢祖父江町】

GWの人気おでかけスポットをご紹介します！

子供も大人も楽しみなゴールデンウィークを満喫してください！

木曽三川公園は、愛知、岐阜、三重の3県にまたがる日本一広い国営公園です。  
木曽川・長良川・揖斐川の木曽三川が有する広大なオープンスペースと豊かな自然環境を活用し、東海地方の人々のレクリエーション需要の増大と多様化に対応するために設置された公園です。本公園は三派川地区・中央水郷地区・河口地区の3地区からなり、現在11拠点が開園しています。各拠点において、花や木などの自然を生かした景観づくりに加えさまざまなイベントを開催しております。

【フラワーパーク江南】  
【カルチャービレッジ】  
【木曽三川公園センター】  
【かさだ広場】

ココがオススメ

### ★フラワーパーク江南

【開園時間】 9:30～16:00  
【お問合せ】 フラワーパーク江南  
TEL 0587-57-2240  
FAX 0587-57-2241

### ★かさだ広場

【開園時間】 9:30～17:00  
【お問合せ】 河川環境楽園 自然発見館  
TEL 0586-89-7022  
FAX 0586-89-7021

### ★木曽三川公園センター

【開園時間】 9:00～17:00  
【お問合せ】 木曽三川公園管理センター  
TEL 0584-54-5531  
FAX 0584-54-5533

### ★カルチャービレッジ

【開園時間】 9:30～17:00  
【お問合せ】 カルチャービレッジ  
TEL 0594-41-1151  
FAX 0594-41-1155



入園料・駐車場 すべて無料です♪

## 「私の家は……です」

この間雨が降り冷え込んだ寒い日、友達が「ストーブの灯油を買って帰る」との話から…

私もこの「FPの家」に住む前は、そうだった。仕事帰りで疲れ、寒いし、灯油を買ってくるのが私には余分な仕事！冬の大変な主婦仕事の1つでもある。

そして「重い重い」と言いながらも門から階段を昇り玄関へ、家の中に運び…給油する。

ストーブは暖を取る上での手段のひとつでもあり、若いから出来た事、それがどこの家もしている当たり前の事だった。いや、今は違います！友達がしている事は、「…大変だ〜」 😞

「私の家は……」オール電化で快適に！エアコンだけの使用ですが21℃に設定し、空気も新鮮で、家の中も綺麗で…、ハウスダスト、カビ、結露もなく…前の家と比較すると切りがたい。室内に湿気が多いとカビやダニが発生、壁に結露が生じ、よい環境ではないと思います。

住む人にとっていつも適度な湿度に保たれている家、木は天然の湿度調節器ですね。ただ『住むだけの家』では昔と変わらない。いかに、木の家でエコな暮らしをするかが今の時代ではないでしょうか…。

始めてきたお客さんが玄関に入るや否や「暖かーい」が第一声でした。「FPの家」に住んで良かった事いっぱいあります。皆さんにももっと知らせていきたいです。

良かったら、家に遊びに来てください。



~~~~~ ユ子さん ~~~~~



## 「宿泊体験を通して…」

現在、賃貸マンションで子供1人(5歳)の3人家族です。3月末に宿泊体験をさせて頂き、いろいろ感じたことを書いてみたいと思います。

我がマンションでは、エアコンをのみ使用。冬はすきま風が「ヒューヒュー」と音をたて、それが雑音になっています。

玄関に入るとカビの臭いがするので、パイプクリーナーを使い定期的に掃除しています。

結露は当たり前で4月になっても、未だしています。拭き掃除を怠ると酸っぱい臭いが漂い、カーテンと窓に黒カビ発生！

宿泊させて頂き、築12年と聞き驚きました。窓には結露、カビ、カーテンには汚れすら見当たらない。

室内の空気も循環しているののでいやな臭いもなく、新築のようで気持ちよく過ごせました。

また、子供はいつも靴下とスリッパが欠かせませんが、この日は靴下、スリッパを履かずに遊んでいました。無垢の木を使用とのことで温かみがある家。子供は一番敏感です！



床暖房ではなく、21℃に設定してあるエアコンがリビングに1台。外は風があり寒いようですが陽射しがあれば、エアコンを使用しないのでまたびっくり。我が家では考えられない事ばかりでした。

実家はSハウスメーカーで建て(築8年)、エアコンの他にオイルヒーター(灯油)も使用しています。

たまに帰ると肌が乾燥し粉をふきます。唇も乾燥し、皮がむけて、喉が渇きやすく、灯油の臭いがあり、すごく気になっていました。

この「FPの家」に泊まってみて、本当に『快適…』というのが伝わりました。湿気ていることがない、いつも空気が綺麗、いやな臭いがしない、これが一番だと思いました。「わぁーすごい家！」と実感した家でした。

ありがとうございました。

~~~~~ K子さん ~~~~~

## 「花粉フィルター」

最近暖かくなり過ごしやすい季節になりましたが我が家には花粉という嫌な季節になってきました。昨年花粉飛散前に取り付けた花粉フィルターを今年初めに交換しました。

花粉フィルターは、通風孔に通常付いている花粉フィルターより室内側に設置しましたが、一年で通常のフィルターも花粉フィルターもかなり真っ黒に。通常付いているフィルターと花粉フィルターが真っ黒になるということは、空気の入れ替えがしっかりなされていないことだとわかりますが

花粉フィルターがなしたと余計花粉が入る原因に。うちの家族は全員花粉症なので助かっています。フィルターでとりきれない粉塵も花粉とともにとってくれるのでお勧めです。

お勧めですがわりと値段が高いです・・・

確かフィルター10枚入りセットで3500円したような？

一年に7回替えると結構お金がかかるため

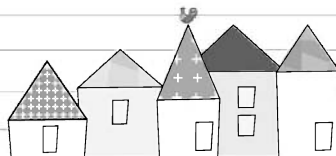
我が家ではエアコンなどに取り付ける花粉フィルターを買ってきてフィルターのみ交換しています。

(枠のみ最初買った花粉フィルターを利用)

〇さん

因みに、取り替え用フィルターは20枚1500円です。

---シンエイ工営---



## 俳句の世界

### 春爛漫

### たか

異常気象と云われた今年も、些少の遅れはあったものの  
確実にさくらの季節となった。

町中が花まつりのように、どこを歩いても心がはづむ

とくに桜は 朝桜、夕ざくら、夜桜 と、多くの言葉で称えられて

昔から自然の美しさとして 雪、月、花 が表現されているが

やはり桜にはおよばない。

春を待つ、春惜しむ いづれも俳句の季語で

人も動物も虫も春を待ち、狂ほしいほどに咲きはこる花々を満喫している。

しばらくは、春爛漫を全身に貰って楽しみたい。

(一) 花を追ふ 小鳥のうたげ 昼下り

(二) 花屑の 揺れし水面の ビブラート

(三) 花ふぶき ボール迷わす 草野球



# イベントのお知らせ

新築住宅をお考えの方、必見！

江南市  
上奈良で「長期優良住宅構造見学会」を開催

**4月28日～4月29日の2日間 10～17時**

**長期優良住宅の構造・断熱をドーンと公開!!**

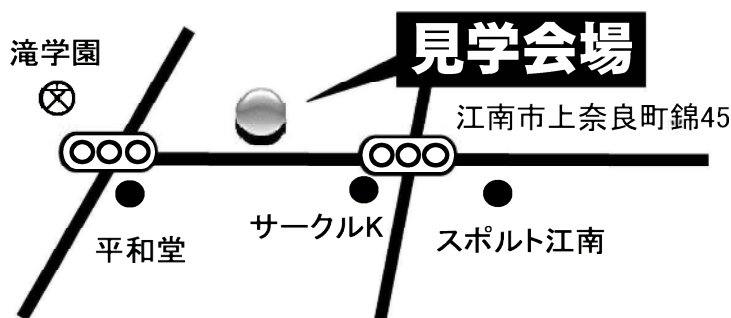
長期優良住宅は120万円の補助金がもらえる住宅です。  
平成24年度の補助金については見学会場でご確認ください。



見  
ど  
こ  
ろ

1. 断熱材のひみつ
2. サッシのひみつ
3. ガラスのひみつ
4. 24時間換気のひみつ

造ってからは、分からない家の中身を見学していただくことで「シンエイ工営はここまでやるのか」という感心、感動を体感していただける2日間になりたいと思っています。



## こんな方にお薦めの見学会

- 「家の構造なんてどこも同じ」と思っている方
  - 「シンエイ工営の家はどんな家？」と思っている方
  - 長期優良住宅に興味のある方
  - とにかく何から始めたらいいのか分からない方
- ～多数のご参加お待ちしております～

リフォームの相談OK☆

1 級 建 築 士 事 務 所  
シンエイ工営株式会社

住 所 愛知県犬山市長者町1丁目187番地  
TEL 0568-68-1760  
FAX 0568-68-1239

シンエイ工営

検索

冷暖房費 FFPの家  
燃費保証キャンペーン

●申込対象期間／2012.4.1～2013.3.31

## Check 1

年間の燃費(冷暖房費)保証額を、燃費表示で算定した金額で設定します。

Check 2

設定した保証額を超過した場合、その分をFPコーポレーションが負担します。

### Check 3

設定した保証額を下回った場合、下回った額または3万円の多い額をキャッシュプレゼント!!

詳しくは、シンエイ工営までお電話下さい！

## 4/14 ミニライブを開催しました

初めて参加しましたが、家族的な雰囲気でもとても良かったです。30年ぶりに会った方もいましたが、Yさんちとも変わってなかったです。とても楽しく和やかなコンサートでした。 K



素敵なコンサートになりました。おいしい手料理を食べながら  
サクソ、ピアノ他、色々なジャンルの音楽が聴けて、とても楽  
しく過ごさせていただきました。 M

音楽・楽器に感謝。仲間にも感謝。ご家族に感謝。皆さんに感謝・感謝。次回が楽しみです。

ぶつづけ本番のデユオあり、リクエ  
ストありで、演奏が途切れることはありま  
せん。  
あつという間の4時間  
音楽とすてきな仲間、囲まれ、美味しい  
料理に美味しいお酒。  
お酒好きな私にはたまらない空間。これ  
以上の至福の時があるだろうか



音楽が好きで、お酒が好きで、お喋りの好きな人と、日頃から楽器の練習をしているものの人前で演奏する機会がなくて悶々としている人。

そんな方々に、是非人前でお披露目してもらおうと開催したミニライブ。今回で3回目です。

会場は桜やハナモモで飾り付け、花見気分。今回は十八名の方が参加くださいました。参加料は無料。ただし、家族で一品おかずを持参するのが必須条件です。

演奏者は六名。ピアノ・ギター・サックス・オカリナ・キーボード。

前半は各自二曲づつ演奏してもらいました。

