

サンエースの現場レポート

今回はベランダ笠木の工事をご紹介します。ベランダ笠木の部分にシミができ、原因を調査してほしいとのご依頼でした。他の業者にもお願いしたそうですが納得できる診断がなく困っているとのことでした。弊社には外装劣化診断士の資格を有するスタッフがあり、適格な診断ができるのが強みです。診断結果のもと適切な工事をご提案させていただきお客様もご納得されて当社にご依頼をいただきました。この時期になると「年内に気になるところを直しておきたい」というご連絡を頂くことが多くなります。プロの見立てで必要な工事をご提案できますのでぜひご相談くださいね。



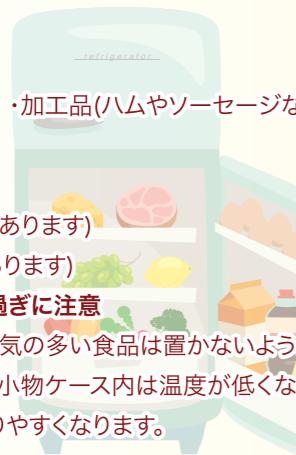
住まいの豆知識

冷蔵庫/チルド室の上手な使い方

チルドとは、食品が凍り始める直前の温度帯のこと。一般的の冷蔵保存よりも熟成や発酵を遅らせるので、鮮度が長持ちするため生鮮食品・発酵食品・練り製品・乳製品などの保存に適します。

●チルド保存に向いているもの

- ・発酵食品(納豆や味噌など)
- ・練製品(かまぼこやちくわなど)
- ・生鮮食品(肉類や魚介類など)



食品のつめ込みすぎなどに気をつけましょう。

冷気の吹出口や吸入口を食品などでふさいでしまうと、冷蔵庫内の冷えが悪くなります。



●保存のコツ・こんな使い方

『サラダ用の野菜をパリッとさせる』

氷水のかわりにチルドケースで冷やしておくと、水との接触がないので、ビタミンCも逃げにくくパリッとした味わいが楽しめます。

『完熟トマトはチルド保存』 野菜や果実は、通常、チルドケースの保存には向きませんが、完熟トマトの場合はチルドケースに入れる、熟成を遅らせることができますので長持ちします

●チルドに向かないもの

- ・ビールの長期保存(濁ることがあります)
- ・水分が多い食品(凍ることがあります)

●水気の多い食品や詰め込み過ぎに注意

吹出口付近や小物ケースに水気の多い食品は置かないようにしましょう。冷気の吹出口付近や小物ケース内は温度が低くなることがあります。冷気の吹出口付近や小物ケース内は温度が低くなることがあります。水気の多い食品は凍りやすくなります。

編集後記

弊社専用アプリを開発しました!

お客様とのコミュニケーションを円滑にするために弊社独自のアプリを開発しました。無料ダウンロードでき月額費用もかかりず、登録するだけで割引に使える3万ポイントをプレゼント中です! 1ポイント1円で使用することができます。最大10万ポイントまで使用可能です。毎日ログインするだけでポイントが貯まっていくので毎日弊社のアプリを開いてポイ活してくださいね! アプリには様々な塗装や工事などの情報はもちろん、今後もたくさんの機能を更新していく予定ですので、ご登録をお待ちしております!



穴埋め
二字熟語

□に漢字を入れて、二文字熟語を完成させましょう!
矢印の方向に熟語が出来るように考えてね。

伝
系
率
▶

答えは中面でCHECK!

職人の ちょっと 一言

弊社には板金工事や屋根のカバー工事や雨樋工事など屋根の板金工事を専門に行う職人がいます。その名は南沢(なんざわ)邦彦。真面目で見えないところまでこだわる職人肌の持ち主で、弊社の中では一番お客様思いの優しい心の持ち主です。いつもニコニコしていておしゃべりが大好きなので、気軽に声かけいただければ嬉々としてお話をすれど思いました(笑)。ピックアップでもご紹介したYouTubeチャンネル「現場メシ【職人ドキュメンタリー】」出演しており、人柄が分かっていただけると思うのでぜひご覧ください♪



こんにちは!
新井です!



秋が深まって山々が色づいてくる頃ですね。この時期の恒例行事といえば、東村山市民産業まつり! 今年も参加させていただきます。市内で生産された農畜産物や商品の出展を中心に、2日間にわたり開催される東村山市の一大イベントで当社では昨年に引き続き「富士宮焼きそば」を出店しております。ご購入者様には入浴剤をプレゼント! 東村山市役所周辺及び天王森公園にて11月9日(土)10日(日)の午前10時から午後4時までです。ぜひ焼きそば食べに来てくださいね♪

PICK UP

サンエースリフォームの職人がYouTubeチャンネルの「現場メシ【職人ドキュメンタリー】」に出演しました。内容は大きく前後半に分かれており、前半は社長や職人の仕事ぶりや人柄についてインタビューを受けて、後半では美味しい食事とお酒を嗜みながら気楽にお話をするというものです。ユニークな板金工事職人と、一級塗装技能士の資格をもつ強面だけど実は優しい職人の二人が出演します。東村山に根付いて活動する弊社のことを楽しく見て知っていただける動画になっていますのでぜひ視聴くださいね!



株式会社サンエースリフォーム
〒189-0003 東京都東村山市久米川町2丁目28-5

042-398-1717

受付時間 9時~18時 (年末年始を除き無休)

<https://sun-ace-reform.com/>



ホームページは
こちらから!

SUN ACE REFORM News Letter 2024.11

サンエース通信

こんにちは!
新井です!

秋が深まって山々が色づいてくる頃ですね。この時期の恒例行事といえば、東村山市民産業まつり! 今年も参加させていただきます。市内で生産された農畜産物や商品の出展を中心に、2日間にわたり開催される東村山市の一大イベントで当社では昨年に引き続き「富士宮焼きそば」を出店しております。ご購入者様には入浴剤をプレゼント! 東村山市役所周辺及び天王森公園にて11月9日(土)10日(日)の午前10時から午後4時までです。ぜひ焼きそば食べに来てくださいね♪

PICK UP

当社の職人がYouTubeに出演中♪

サンエースリフォームの職人がYouTubeチャンネルの「現場メシ【職人ドキュメンタリー】」に出演しました。内容は大きく前後半に分かれており、前半は社長や職人の仕事ぶりや人柄についてインタビューを受けて、後半では美味しい食事とお酒を嗜みながら気楽にお話をするというものです。ユニークな板金工事職人と、一級塗装技能士の資格をもつ強面だけど実は優しい職人の二人が出演します。東村山に根付いて活動する弊社のことを楽しく見て知っていただける動画になっていますのでぜひ視聴くださいね!

東京都東村山市で外壁塗装、屋根塗装、板金工事、防水工事、シーリング工事、足場仮設のことなら株式会社サンエースリフォームまで

株式会社サンエースリフォーム 042-398-1717



サンエースリフォーム
公式アプリはこちらから!

パジャマが睡眠の質を向上させる!?

パジャマは体への締め付けがなく、血の巡りが良くなり、脳も体もリラックスできます。通気性や保温性に優れた素材でつくられており、まさに眠るために準備ができた」と認識し、質の高い睡眠につながる準備ができました。

●部屋着のまままで寝るのはダメ?

部屋着は家中でリラックスして過ごせる服装です。ジャージやスウェットなどゆったりして快適に眠れそうに思われますが、ジャージは汗を吸い取りにくく、スウェットは熱がこもりやすいのです。

●パジャマに着替えてみると…

パジャマは吸湿性、通気性にすぐれているので、汗をかいてもベタつきにくく、心地よく眠ることができます。普段パジャマを着てない人にパジャマを着て寝てもらったところ、寝つきまでの時間が普段より9分も短縮されたという結果に。さらに、寝ている途中で起きてしまふ回数も減って安眠効果があることがわかりました。

●快適な睡眠を導くパジャマの選び方

①ゆったりとした形状
体にフィットしすぎて窮屈なもののや、寝返りをうつたときに生地がつっぱるようなものは、快適な睡眠の妨げになります。動きの多い腕まわりがゆったりしているものや、ウエストのゴムがやわらかくて楽に履けるものを選ぶとよいでしょう。ゆったつたりしているといつても、寝返りをうつたと

②吸湿性・通気性がよく肌触りのよい素材
(天然素材)
天然素材とは、シルクやウール、綿などの動物や植物からとれる素材のことです。なんといっても天然素材は肌にやさしく、肌が敏感な方も安心なことが魅力。シルクは保温性・保湿性・発散性にすぐれ、滑らかで涼しく、吸水性も抜群です。

③お手入れのしやすさも大切
(アクリル、レーヨン混合素材)

アクリル、レーヨン混合素材は、軽くて温かいのが特徴。吸湿発熱素材として最近では人気の素材です。

きに崩れてしまわない程度であることが大切です。

ものを選びましょう。

一方、デリケートなため洗濯しにくいのが難点です。手洗いが必要なものや、おしゃれ着としてドライモードで洗わないといけないものも多いので必ずチェックしておきましょう。

●パジャマの洗濯方法や洗濯頻度

パジャマを洗濯する際は必ず洗濯表示を確認してください。
なかにはシルク素材のように洗濯機を使えないものもあります。洗濯機で洗える場合、ほかの洗濯物との摩擦や引っかかりを防ぐために洗濯ネットに入れて洗うことをオススメします。
洗濯の頻度は週2~3回を目安にします。
睡眠時は寝汗を多くかくので、雑菌を繁殖させないためにも、こまめに洗うようにしましょう。

・暮らしの防犯マメ知識 還付金詐欺の手口 ATMだけじゃない!ネットバンキングも!

全国の消費生活センター等に寄せられる「還付金詐欺」に関する相談が増加しています。

役所等から「お金が返ってくる」という電話がかかってきたら、それは還付金詐欺です。話しません、すぐに電話を切ってください。

<相談事例からみる還付金詐欺の手口>

- 【役所等】の担当者を名乗って【電話】をしてきます。
- 電話の中で消費者に【お金が返ってくる話】をします。
- 役所等の担当者をかたる電話の後、金融機関の担当者をかたる電話がかかってくるなど、複数の人物が登場する「劇場型勧誘」も見られます。
- お金を受け取る手続きをするよう指示します。

●アドバイス 役所等から「お金が返ってくる」という電話がかかってきたら、それは還付金詐欺です。還付金に心当たりがある場合は、自分で役所等の担当部署を調べたうえで連絡し、確認してください。「お金を返すために必要」などと言われ、名前や住所、銀行名、口座番号等の個人情報を聞かれても、対に答えてはいけません。不審な電話の対策として、防犯機能付き電話機の導入や、電話機の留守番電話機能、ナンバー・ディスプレイ機能などを活用しましょう。不安を感じたら、すぐに家族・知人、警察、最寄りの消費生活センター等に相談してください。

*警察相談専用電話「#9110」

最寄りの警察の相談窓口につながる全国共通の電話番号です。

ようみん家の日常

作者: ようみん

愛犬、健康チェック

豆知識編: 「犬の老化のサイン」

わんちゃんにとってのシニア期は、7~9歳ごろからはじまると言われています。飼い主さんの心遣いと暮らしの工夫で、身体能力や消化機能、味覚、嗅覚が衰えてきたシニア犬も快適に過ごせるようになります。いざというときにも対応できるよう、少しずつシニア期に向けた準備をすることをおすすめします。

- point 1 食べやすい食事に変える**
 - フードをシニア用に変える
 - 食べつきが悪くなったときは、嗜好性が高いフードを混ぜて与える
 - ごはんを水やお湯でふやかす
 - ごはんを人肌程度にふやかす
 - 1回の食事量が減った場合は、回数を分けて与える
- point 2 散歩の方法を変える**
 - 散歩時間を短めにする
 - 犬のペースに合わせてゆっくり歩く
 - 階段やじゃり道、障害物の少ない歩きやすいコースを選ぶ
 - 散歩前に室内でウォーミングアップをする
 - 高温になる時間帯は避ける
- point 3 シニア犬のための飼育環境を整える**
 - 床に滑り止め用シートやマットを敷く
 - 上り下りが楽になるよう階段にスロープを設置する
 - 首が疲れにくくなるよう高さのあるフード入れを使用する
 - 犬にとって障害物となるものを部屋から取り除く
 - 室温の変化に注意する

老化の兆候は徐々に現れてきますが、日ごろから健康管理や飼育環境を徹底することでシニア犬でも元気に暮らすことができます。わんちゃんと一緒に幸せに暮らすためにも、飼い主さんが正しい知識を身につけておきましょう。

健康レシピ 大百科

今日の献立 《大根としいたけの中華煮》

【材料】(2人分)

大根	1/6本(約200g)	【つくりかた】
しいたけ	4枚	①大根は6~7mm厚さの半月切りにし、しいたけは軸をのぞいて半分に切る。
ごま油	大さじ1/2	②フライパンでごま油を中火で熱し、大根、しいたけを炒める。全体に油がなじんだら、Aの煮汁を加えて落としぶたをする。
赤唐辛子小口切り	1/3本分	③大根に竹串を刺してみて、スーツと通るまで弱めの中火で約8分煮る。
オイスターソース	大さじ1	Bの水溶き片栗粉を加えて
鶏ガラスープの素	小さじ1/2	どろみがつけできあがり。
しょうゆ	小さじ1/2弱	
水	1カップ	
A 片栗粉	小さじ1/2	
水	小さじ1	

●大根ときのこは煮ていくととろろになり、食欲をそそります。大根ときのこは相性抜群! 煮ていくうちにだんだんとろろになり、しいたけの出汁成分もからまってよりおいしくなります。今回は鶏ガラスープの素で中華風の味付けにし、いつもと違った一皿にしてみました。お好みの調味料を加えてもおいしく召し上がれます!