

元気が出る家づくり

発行日 令和5年12月

今月のハイライト

- ・ひさびさのスズモク感謝祭
- ・最初の打ち合わせ
- ・ぜんそくの悪化を防ぐアレルギー対策
- ・おすすめHP&アプリ「全日本コーヒー協会」
- ・お香
- ・ようこそ、僕らの家へ



ひさびさのスズモク感謝祭

こんにちは。スズモクの鈴木です。いつもスズモクをご活用いただきありがとうございます。今年は4年ぶりにスズモク感謝祭を行いました。オープン参加方式ではちょっとむずかしいため、完全予約制の参加方式にしたの開催となりました。

やはりお子さんの成長が早くて、赤ちゃんだった子が、来年小学生とか、中学生になり受験生になっていたりとか、自分の子と違い普段見えていない分、時の流れの早さを感じます。コロナを過ぎて皆さんと元気でお会いできたことがよかったです。メールやSNSだけでなく、直接会うといいですね。

スズモク感謝祭は、せっかく仲良くなったお客さんとの交流の機会であり、完成した時点のことでなく、ずっと住み続けている方の声が聞けるとても貴重なイベントでもあります。私たちの家づくりが正しかったのか、これからどう進化していけばいいかの指標になっています。

今回は高性能住宅の中間期（春、秋）の少しだけ暑い、少しだけ寒いには、絶対にこの方法というものがなく、使い方マニュアルが必要だと感じました。例えば寒ければ床下エアコンで全館OKなのですが、LDKが日射取得窓でそこそこ暖まって、その他がちょっと寒いという場合は、床下エアコンでは「暖かい」とエアコンは判断し、風

のみを送っている所以他の部屋が暖まりづらいとされます。その場合は床下エアコンの使用で無く、LDKでのサーキュレーターのみ使用だったり、冷房用で設置しているエアコンを暖房で強風運転（温度はあまり上げなくてもOK）の方がいいのかもしれませんが。邪道な使い方では床下エアコンを使いながら、窓を開けるとか、シェードを使い日射を遮蔽する方法もあります。使い方マニュアルを更新しないといけないなと思いました。

スズモクのオーナーさんにご協力いただき、「住まい方・使い方」も進化させていきます。

鈴木



家づくりワンポイント

〈最初の打ち合わせ〉



家づくりは建築主と業者の二人三脚で進められるので、業者とのコミュニケーションが非常に重要になってきます。最初の打ち合わせでは「どんな家に住みたいか」をできるだけ明確に伝えたいものです。

「こんな家がいいなあ」という漠然としたイメージでは営業マ

ンのペースで話が進んでしまい、思わぬ行き違いが生じる可能性があります。最終的な引き渡し時のトラブルは、大半が行き違いや思い込みによるものです。

まずは家に対する家族の要望をよく話し合い、押さえてほしいポイントをまとめた上で営業マンに伝えましょう。



子育てQ&A

～ぜんそくの悪化を防ぐアレルギー対策～



子どもにアレルギー症状があります。家の中のアレルギー対策として何かできることはあるでしょうか？



暖房をつけて部屋を閉め切ることが多い冬。部屋の中でダニ、カビ、ペット（毛・フン・フケ）などのアレルギー（体内に取り込まれてアレルギー反応を引き起こす異物のこと）が増えてしまわないか心配になりますね。快適な部屋にするためのポイントをご紹介します。

アレルギーに共通する対策とはとにかく「増やさない」と「取り除く」こと。一般的には週一回以上、1㎡につき20秒以上かける丁寧な掃除機がけ、ぬいぐるみ、カーテンなどの洗濯、窓やドアを二カ所以上開けての換気、家具回りと押入れの通風、空気清浄機の活用、エアコンのフィルター掃除などの方法が挙げられます。さらに寝具にも対策が必要で、週一回

以上、片面あたり40秒以上の掃除機がけと天日干しなどによる乾燥、年に数度の丸洗い、防ダニ寝具の使用が薦められています。ダニは床に近い所に溜まりやすいので、寝るのはベッドにして、床からの高さを確保するようにしましょう。日当たりが悪い北側の部屋はダニやカビが増えやすいので寝室には不向きと言えるかもしれません。

アレルギー対策について発信する独立行政法人「環境再生保全機構」は、ホームページ上で主治医に相談し、まずは血液検査で子どものアレルギーを調べることを呼びかけています。子どもの特性を知ること、掃除などの対策を無理なく効率的に続けられるでしょう。





今月のお薦めホームページ&アプリ

●全日本コーヒー協会

<https://coffee.ajca.or.jp>

全日本コーヒー協会は、1953年に任意団体として発足、1980年にはコーヒー消費の更なる拡大を図り、コーヒー業界の一層の発展と国民食生活の向上発展に寄与することを目的に社団法人と改めた団体です。

今回ご紹介するのはこの団体の公式サイトで、コーヒーの輸出入や消費量に関する調査データやコーヒー産業全体の取組みなど、一見飲食業やコーヒーを極めたい人向けの印象が強いのですが、

「COFFEE BREAK」のページを開くと、健康、美容、インタビュー、文化、楽しみ方など様々なコーヒーにまつわるコラムが多く紹介されていてコーヒー好きの人なら、とても興味深く読むことができます。例えば基礎知識のページでは、コーヒーの歴史年表、製造過程、成分などが説明されていて、読めばコーヒーについての正しい知識がさらに深まるでしょう。眺めているだけでどこからかコーヒーの香りがしてくるようです。



アイデアノート ～お香を楽しむ～

かつては仏壇など喪のイメージが強かったお香ですが、最近では普段の生活の中に取り入れて楽しむ人が増えているようです。様々な香りの中からお気に入りを見つけたいかかでしょうか？

●お香とは…

もともとお香は538年の仏教伝来と共に、大陸から入ってきたと言われています。平安時代には貴族の間で楽しめるようになり、江戸時代にお線香の製造技術が伝わってからは、庶民の間にも浸透していき親しまれるようになりました。

お香のベースになる原料は香木です。その名の通り香りのする木のことで、大きく分けて沈香（じんこう）と白檀（びやくだん）の二種類があり、いずれも東南アジアなどから輸入しています（沈香は国際的な動植

物の取引に関するワシントン条約の対象なので、輸入には輸出国の許可書や税関での手続きが必要です）。これにシナモンや八角、クローブなどの天然香料を混ぜ、さまざまな香りを作り出しているのです。

●お香の種類

初めて使うなら一番ポピュラーで、長いと感じたら折ることで時間の調整も可能なスティックタイプのものがおすすめです。

他にも直接火をつけるものでは徐々に香りが強くなる三角コーン型や燃焼時間の長い渦巻き型、火が不要の匂い袋もあります。

もう少し本格的にお香の雰囲気を楽しみたいのなら、手のひらに乗るくらいの小さな専用の香炉を使い、灰の中にくずめた炭で間接的に香木



を温める「聞香（もんこう）」という方法があり、香木の繊細な香りをより一層感じることができます。雑貨店でも可愛いパッケージのお香を見かけることがありますが、老舗専門店を覗いてみると種類の豊かさに改めて驚かれることでしょう。



「ずっとお金のかからない家」をつくろう

株式会社スズモク

【本社】 茨城県坂東市生子717-2

電話 0120-18-7388 (0280-88-0554)

Fax 0280-88-7388

Email info@suzumoku.com



12月16日 電話創業の日

スズモクのホームページではブログやアフター申込、個別相談会の受付、スズモクLINE@の登録なども出来ます。

<https://www.8341ie.com/>
「スズモク」で検索してください

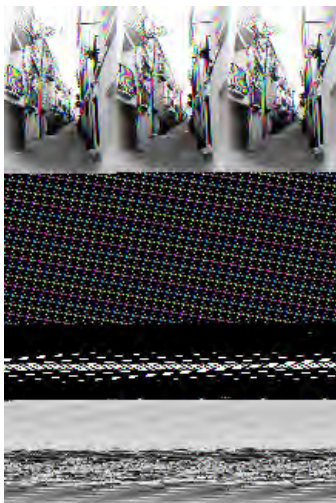


ようこそ、僕らの家へ

「マティスが愛した街」

～フランス共和国/コリウール～

スペインとの国境から 20 kmほどの距離にある、地中海に面した街コリウール。かつてはアンチョビ漁で知られる漁村でしたが、現在では観光業が盛んとなっています。フランスでありながら、スペインの伝統と文化も感じられる街で、地中海沿いにはシャトー・ロワイヤルを囲む城壁とコリウールを象徴するノートルダム・デ・ザンジュ教会がそびえ立っています。



散策が楽しい小道



かつては漁村だったコリウール

他にもサン・テルム要塞、伝統的な家並み、古くからの雰囲気を残すムーレ地区の趣きある小道、芸術家のアトリエなどが見られ、いつまでも散策していただきたいような魅力に溢れる場所です。

また、この小さな街の美しさに魅了されたマティスやアンドレ・ドラック、レオナルド・フジタ、ピカソなどの画家達が、その姿をキャンパスに納めたことでも知られています。その歴史は多くの画家達にも引き継がれ、現在でも街には多くの画廊が存在するそうです。

私が**大鼓判**を押します！



大変

色々とお世話になりました。

色々な要望を聞いて頂きありがとうございました。

とても住み易く、まさかこんなに理想的な家に住める
とは思っていませんでしたので、とても嬉しく思っています。

床下エアコンは使いたがが、^{うち}少しづつ使い方を試して家に合った

使い方を模索しながら使わせて頂いています。
(窓の明かりの入り方や壁の色とっても良い感じですよ)

この家を建てるのに携わって下さった方々、本当にありがとうございました。

これからも大切に住まわせて頂きます。



子育て世代にやさしい家プロジェクト
株式会社スズモク

ご住所

結城市

お名前

山崎 正広、真由美様

暖かい家とお金のお話

冬になるといつも思うのですが、暖かい家って本当に快適です。

2012年に自宅を建替をし、新しい生活をはじめましたが、エアコンのスイッチを押せば、すぐに暖くなるし、エアコンのない部屋であっても凍えるようなことはほとんどありません。光熱費もかなり安くなりましたし、なるべく

家に居たいと思うようになりました。※もっといい家をつくるようになったので、窓際が冷えるとか、足下が寒いとか、エアコンの直風が当たるなどの不満もあります。



自宅での不満は、改善すべき項目であるために、性能ではNO.1といわれるドイツのパッシブハウス研究所の認定住宅もつくりました。省エネ、室内の快適度合いは暑い時期も寒い時期も最高です。ただし、パッシブハウスの認定住宅をつくるには土地の条件が厳しいことや初期コストが高いということもあり、スズモクオリジナルで性能もコストパフォーマンスも高い家づくりを研究、実践しております。

「寒い時期に基本家庭用エアコン 1 台の稼働で足元から自然に家全体が暖かい」

というテーマで家づくりをしています。冬の感覚は、冬にしか体感できませんので、この機会にぜひ体験してください。

また断熱性能と健康状態は深い関わりがあるというデータが出ています。

具体的には気管支炎やアトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎などの症状が改善するといった調査報告があるのです。冷えは万病のもととも言われており、冷えによる血管系の病気やガンなどにも影響を与えているようです。「気持ち」にも影響を与えますね。

私の父は急性心筋梗塞から心不全で49才という年齢で亡くっています。

これは寒い家に対する私なりのリベンジでもあり、同じことを繰り返さないための進化だと思っています。

あと気にしていただきたいのはお金です。

省エネでない家は、住んでいる限り永遠に高い光熱費がかかり続けます。「もったいないから消して!」という夫婦喧嘩も増えます。快適でないために家に帰るより外で寄り道することが増え、お金を自然に無くしていくことにつながります。ストレスもたまりやすいのでタバコやお酒の量も増えてしまうのではないのでしょうか？

またメンテナンスなんていうのも、大きな金額負担があります。普通に家づくりをすると10年~15年くらいで外壁のメンテナンスに200万円とかかかってしまいます。

メンテナンスなんて無視・放置という選択をするかたも多くいるのですが、どうにもならなくなってから突然の訪問販売業者にいいかげんな工事をやられてしまうということお話を今でも多く聞いています。

もちろん性能が高い家は金額が高くなるということもありますが、30年以上で計算するとほとんどの場合、かなりお安くなります。また、家づくりとお金のコツを知っているか知っていないかの差だけ、500万円以上の損失をしてしまうこともあります。

実際にスズモクで建てた家を見学・体験出来る完成内覧会や家づくり前の個別相談会を開催するのも、損をしない適切な家づくりをしてほしいという願いからです。

今回の完成内覧会で「冬の暖かさ」を体験していただくことで、楽しい家づくりのきっかけになることを願っております。ご予約にてのご来場お待ちしております。

株式会社スズモク
代表取締役 鈴木 尚美

UA値0.41 HEAT20 G1仕様（5地域）家庭用エアコン1台で全館暖房

コンパクト設計の大きく使える家 @完成内覧会※完全予約制

【日時】 12/9日（土） 10日（日） 10:00～16:00

雨天決行。【完全予約制】

【場所】 つくば地区（地図は裏面です）

今回の見学会は、ご予約なしでは参加することが出来ません。ご予約+ご来場で
季節の美味しいものプレゼント！予約TEL 0120-18-7388

【今回だけ見ることが出来る10個の見所】

- 01) 外観デザインはブラックでシンプルなデザイン
- 02) リビングダイニングの開放的サイズの窓
- 03) 大きい土間収納
- 04) 床下エアコン+TVボード
- 05) ゆとりある吹き抜けホール（歩けるタイプ）
- 06) LDKの大型収納
- 07) メリハリのある窓設置
- 08) トータル27坪の3LDKコンパクト設計
- 09) 生活便利のマグネットボード
- 10) 太陽光9kw搭載の変則的形狀屋根



ご招待状（記入してお持ちいただくとそのまま参加出来ます）

お名前（ひらがなもお願いします） ご来場人数 大人 人・こども 人

ご住所

お電話番号



今までのスズモク見学会ご参加回数

はじめて 2回目 3回以上

▲ご予約+来場でプレゼント！

UA値0.41 HEAT20 G1仕様 (5地域) 家庭用エアコン1台で全館暖房

コンパクト設計の大きく使える家@完成内覧会

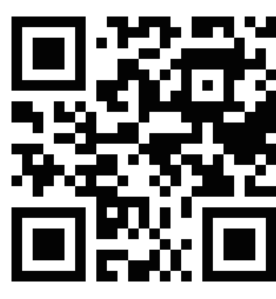
12/9日(土) 10日(日) ※完全予約制

AM10:00~PM4:00 ※雨天決行

つくば地区

【内覧会場】

ナビ入力はむずかしいので下記地図QRご利用ください。



地図QR→



ご予約のご希望の方は

0120-18-7388

までご連絡ください。当日お会いできることを楽しみにお待ちしております。

イベントページより

WEBご予約も可能です



内覧会をご希望される方は、ケガ防止、現場の汚れ防止のため、必ず『くつした』をはいてきてください。裸足の場合同見学ができません。

家づくりは
これから!!

スズモクの 無料個別相談会

個別相談ではきちんと時間をとってお話をお伺いし
その方にあった適切なご提案をさせていただきます。

1. 『もうこれ以上何もかからない資金計画』 & FP (ファイナンシャルプラン)

建物とか土地とか部分的なことではなく、住むまでにかかる費用すべてを把握してもらいます。(TVや冷蔵庫、もしものものも含めて) これがあれば費用の見落としがなくなり、建築途中で「予算が足りない!払えないかも…」なんてことにはなりません。

ファイナンシャルプランでは、家計簿の収支は実際どれくらいになる?車の買い替えは?子供の教育費は大丈夫?といったライフイベントの全てを含めて、お金の心配のモヤモヤを解消する提案を行っています。

2. 住宅ローンの攻略

金利が1%あがると700万円損をするって知っていますか?4800種類以上ある住宅ローン、その中でどれを選べばいいのか?あなたにとって最適な住宅ローンはどの金融機関のどの住宅ローンなのか?金利、保証料、選ぶ基準とは?どの住宅会社で建ててもこれは知っておいてください。

3. 『究極の土地探し方法』知りたくないですか?

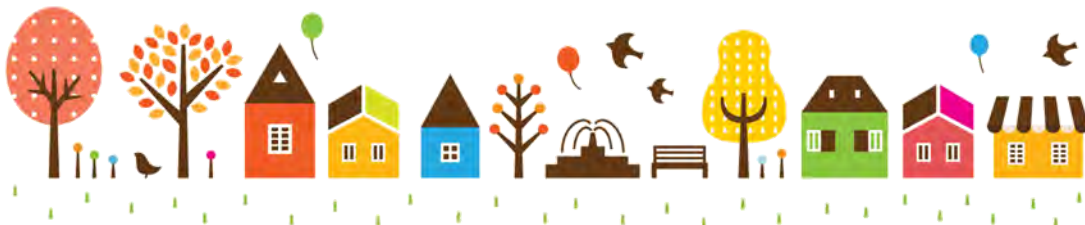
人任せ、運任せでは「気に入った土地」を見つけることはむずかしいです。いい不動産屋さんの見つけ方、より多く・よりいい土地情報の集め方とは?不動産屋さんによろこんでコストダウンしてもらう方法とは?この内容を知ることにより、他の人よりもお得に土地を手に入れることができます。

4. 『理想の間取り図面と外観図』プレゼントします

あなたの住みたい家は実現できるのか?法律は?構造上問題ない?絶対にこだわりたいことは本当に必要なのか?何気なく考えていたプランのメリット、デメリットとは?メーカーショールームで設備の仕様をアドバイザーから丁寧に説明してもらうこともできます。

土日だにご予約が3週間先になることもありますので、
ご希望の方はお早めにお申し込みください!

TEL 0120-18-7388





2023 年 師走 イベントカレンダー
12 月

予約制

日	月	火	水	木	金	土
12/3 赤口	4 先勝	5 友引	6 先負	7 仏滅	8 大安	注目! 9 つくは市 完成見学会 赤口
注目! 10 つくは市 完成見学会 先勝	11 友引	12 先負	13 大安	14 赤口	15 先勝	16 友引
17 先負	18 仏滅	19 大安	20 赤口	21 先勝	冬至 22 友引	23 先負
24 仏滅	25 大安 クリスマス	26 赤口	27 先勝	28 友引	29 先負 CLOSED	30 仏滅 CLOSED
大晦日 31 CLOSED 大安	元旦 1/1 CLOSED 赤口	1/2 CLOSED 先勝	1/3 CLOSED 友引	1/4 CLOSED 先負	1/5 仏滅	1/6 大安

ご予約の際は
下記の連絡先にお問い合わせください。
メールでもお待ちしております(^^♪
でんわ 0120-18-7388
メール info@suzumoku.com
※12/29~1/4まで冬季休業とさせていただきます。





こんにちは。最近見た面白い映画は「猿の惑星」の遠藤です。
近頃は急に寒くなり冬毛仕様になったモフモフの猫ちゃんが触り心地が最高でついモフモフしてしまいます。

鬼物語inつくば市



今回ご紹介するのは「鬼物語」というラーメン屋さんです。

つくば市榎戸にあるラーメン屋さんで
「マツコの知らない世界」でも取り上げられたことがある
有名なお店です。



ここは淡麗系のラーメンで
さっぱりしたラーメンがお好きな方に
とてもおすすめなお店なのですが

替え玉の種類も豊富で
紅ズワイガニのソース、鰹肝のソース
トムヤムクンなどがあるのがとても
特徴的です。

進化し続けるラーメンを作りたい」という店主さんの飽くなき探究心からくるラーメンは
トッピングにはキャビアやトリュフなど今までになかったラーメンもあり

これまでとは違ったラーメンを食べたいという方にもおすすめできます。

私は「鶏と生姜」というラーメンをいただくのですが
よくある生姜ラーメンとは違い生姜がきつくなく、奥ゆかしい生姜なのでスープまで飲み干せてしまう位美味しいです。
(食べると身体の芯からポカポカしてくるので寒くなるこの時期にもピッタリです♪)

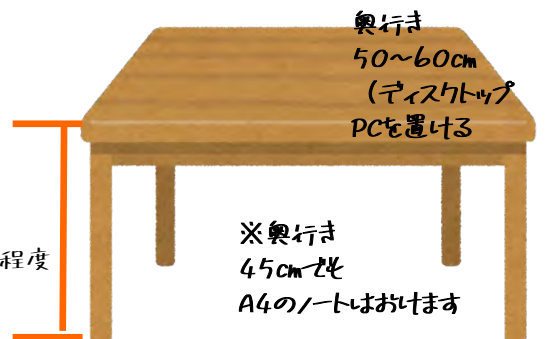
また、チャーシューも薄切りで脂身が少ないという事もあり淡麗なスープと合わせ何杯でも食べれてしまうので
替え玉を頼んで味変ができるのもここのお店の魅力ですので、ぜひ行ってみたいですね。

スタディースペースの机について

リモートワークやリモート授業が増えた今日。
どの程度の机があればいいのでしょうか？

机の高さだけではなく、
手元灯やコンセント、カウンターの開口など
様々な内容に注意して作りましょう♪

床から
70~72cm程度



土地と家づくりは遠藤まで
TEL:0120-18-7388
メール:endo@suzumoku.com



Fab!



皆様こんにちは。スズモクの高田です！

もうすぐ待望ののクリスマスが近づいてますね☺

皆さんは好きなクリスマス曲はありますか？私は山下達郎さんの「クリスマスイブ」とbacknumberの「クリスマスソング」が好きで、特に夜に聴いてクリスマスの雰囲気に浸るのが好きです♪

夏とはまた違ったキラキラ感というか...

これは私が常々感じていることなのですが、何気にクリスマス一週間前くらいの期間の方がクリスマス当日よりワクワクするような気がするのですが同じの方いますかね...笑

今年のクリスマスはJUMPのLIVEにクリスマスマーケットなどたくさん楽しみがあるので満喫したいと思います^^

【今月の出来事】

先日友達とカフェとイルミネーションに行ってきました！カフェは明治神宮周辺のtheLittleBakerytokyoという所に行きました☺ 店内の雰囲気がアメリカンっぽくなっていて私はチェリーケーキとピンク色のドーナツを食べたのですが、チェリーケーキの中にゴロゴロいっぱいチェリーが入っていて甘酸っぱくてすごくおいしかったです(/ω＼) 外観も外国のクリスマスのようになっていていつかはパリやロンドンなど外国のクリスマスに行きたいと思っていたのでますます憧れが増しました☺

イルミネーションは六本木のけやき坂に見に行きました！キラキラ光る中で東京タワーも見えるのですがそれがドラマのような冬の景色という感じがしてとても感動してしまいました(;▽;)

今年はずっと色々な場所のイルミネーションを見に行けたらいいなと思います^^



【今月のプチ情報】

これは私の思い付きなので不定期に書いてるものなのですが

最近韓国語を勉強しようかなと思っています！

推しの山田涼介くんが韓国語が話せるからという単純な理由ですが(笑)

ただ私はやる気が出るまでが長いので結局やるかどうかは分かりませんが一応ご報告でした(0°)

YouTube
QRコード



Merry Christmas

スズモクの公式YouTubeでルームツアーの動画をアップしています！

それぞれの家の特徴をまとめているので見学会にきてまた見返したい方や、スズモクがどのような家をつくっているのか見てみたい方などいろいろな方の参考になればと思います◆ぜひチェックしてみてください