

来年の年末大掃除は 洗・エール で楽っらく！



業界初！お湯をセットしてボタンを押すだけでフィルターとファンを自動洗浄。
お掃除の悩みを解決しました。「洗える」だけでなく、節水・節電もできてお得です。
平成26年度省エネ大賞「経済産業大臣賞」を受賞しました。



洗エールならみんなが嬉しい！



洗エールレンジフードにしたなら、家族みんなに嬉しいことがいっぱいです。

<p>【60 cm タイプ】 寸法：W600・D640・H35 カラー：シルバー 定価：192,000円(税別) (本体・前幕板込・施工費等別) 特別価格：144,000円(税別)</p>	<p>【75 cm タイプ】 寸法：W750・D640・H35 カラー：シルバー・ホワイト 定価：197,500円(税別) (本体・前幕板込・施工費等別) 特別価格：148,000円(税別)</p>
---	--

※現場を確認の上、工事費を含めたお見積書をご提出致します。現場によっては追加部材が必要となる場合があります。

とっても クリンフード



ステンレス仕様のリーフプレートには、美コート(親水性のセラミック系特殊コーティング)が施されています。美コートは水に馴染みやすい性質があるので、汚れの下に水が入り込み、汚れを浮かします。

▼お問い合わせは…

新築 600 棟、リフォーム 12000 件の実績

SINCE 1947 **共和木材工業株式会社** 一級建築士事務所

本社 大津市下阪本1丁目43-15 TEL077-578-0076

グリーンヒル営業所

営業所 草津市若草5丁目8-6 TEL077-562-8540

滋賀県知事許可(特-23)11181号 住宅性能保証登録番号10034639 滋賀県労働者住宅生活協同組合工事指定店

フィルターをステンレス製のプレートにすることで、お手入れがとても簡単になりました。

【お手入れ楽っらくのポイント】
Point：リーフプレート

美コートを施した「リーフプレート」は一般的なフィルターと異なりオーバルのプレート形状なので、歯ブラシなどを使うことなく、お皿を洗うようにスポンジで簡単に汚れを落とせます。



(従来フィルターとのお掃除比較)

月に一回のお手入れ比較	お手入れ時間の比較	使用水量の比較
一般的なフィルター	約50分/1回	約28ℓ
とってもクリンフード (リーフパネル/プレートパネル)	約7分/1回	約12ℓ
	約43分短縮	毎月約16ℓも節水

【とってもクリンフード】寸法：W750・D630・H35 カラー：シルバー・ホワイト
定価：127,000円(税別) **特別価格：88,900円(税別)**
(本体・前幕板込・施工費等別)

※現場を確認の上、工事費を含めたお見積書をご提出致します。現場によっては追加部材が必要となる場合があります。

解決隊

見積り・点検は無料！
お気軽にお申し付け
ください！

共和木材 で 検索



を

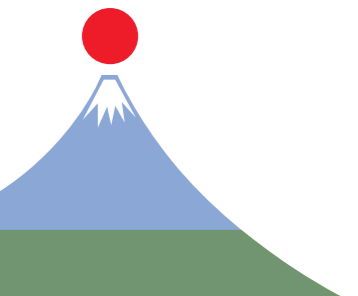
大切にしよう新聞

2016.1
JANUARY

「物」の先には「事」がある。事の先には「つながり」がある。
あり余っているから、すぐお金で買えるから、いつでもどこにでも捨てられるから。
そんな社会と暮らしが、本当に望んだものなのか、快適なのか。
これからはまず疑おう。それには、きちんとしていて、わかりやすく一流の物差しがいる。
その物差しは、風土と季節、文化的、伝統的がいい。
みんなに共通で、しかも変わることがないから。日本人なら毎日の生活の中で使いこなせるから。

海外旅行客の日本びいきがテレビ番組のネタになっていますね。
そこで改めて **「日本人でよかった！」**

2016 Discover Japan



お正月と言えば、ゲットが楽しみな「福袋」

その始まりは江戸時代の旧暦正月：大丸呉服店(現・大丸松坂屋百貨店)が端切れなどを袋詰めにして初売りで販売。

以来、平成までは何が入っているか伏せられていることをコンセプトに、幸福・幸運を引き当てることのできる可能性、すなわち、ささやかな射幸性を謳うことを特徴としてきましたが、今や中身が見えるタイプも登場。



そして国外への広がりも。
アップル社の日本における直営店である Apple Store 銀座店が、2004年の正月に福袋を販売したところ、大好評。
そこで本国アメリカ合衆国でも、旗艦店舗を新規にオープンする際には、福袋を "lucky bag (ラッキーバッグ)" という名前で販売するように。
そのほか、"mystery bag (ミステリーバッグ)" とも呼ばれているようです。

こんなサイトも参考に「福袋2016のおすすめブランドを一挙公開！」検索
おすすめ福袋を予約したい方は、ぜひこのサイトのネタバレなどを参考にして予約してください。

「こんな暮らしができる リフォームはいかが？」

キッチンにすることが楽しい暮らし

リフォームするとき最も人気がある場所のひとつが「キッチン」。

北側で薄暗く冬はメチャ寒いとか、電子レンジや調理道具がいっぱいすっきりしないとか、ゴミの分別が多くて大変など、キッチンに対するストレスから、いわゆる昔ながらのキッチンをリフォームしたいというニーズは多い。

確かに最近のキッチンは収納力もバツグンに良くなり、おしゃれでキレイなキッチンが増えましたから単純に入れ替えるだけでも気分一新。

でも、どうせならもう少し欲張って対面式やアイランド式のキッチンにしてみたり、パントリー（食品庫）を造ってみたいというリフォームはいかがでしょう。

壁に向かったキッチンより対面式やアイランド式のキッチンのほうがずいぶん楽しい時間が増やせます。さらに子どもたちと一緒に過ごす家族や友人との距離感もグッと近く感じられるかも知れません。



対面式



アイランド式

いつでもスッキリとしたキッチンにしたいならパントリー（食品庫）の設置がお奨め。キッチンメーカーの既製品もありますし、大工工事でデッドスペースを有効活用することも可能です。

いっそのことリビングやダイニングとの壁も取り払うことができれば、開放的で明るいキッチンにできるかも。

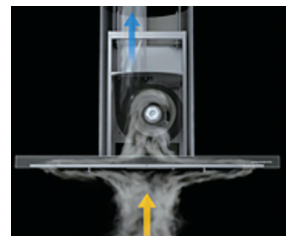


そしてチェックポイントは換気設備と断熱対策。一般的なレンジフードは音もうるさく部屋中の空気を吸い込んでしまうのでキッチンが寒くなりがち。省エネで快適な整流板付のレンジフードならそんな心配もありません。さらにキッチンの窓に内窓を付ければ冬でもあったか。



※整流板

整流板とはレンジフードの吸い込み口を細くし風の流るを早くするもの。吸い込みの力では整流板の有無で2.5倍も差がでます。更に整流板に汚れがぶつかってから吸い込むので中のフィルターに溜まる汚れも少なくてすみます。



カウンターと椅子があれば、ひとときのコーヒータイムや夕食の献立を考えたりして、キッチンにすることが楽しい暮らしになれるかも。

家 に居ながら スクワット で若返ろう!!

あの人はどうして若く見えるの？それは筋肉を鍛えたり、ストレッチをしているから、かも。今から、家の中で簡単にできる2WAY（やりやすい方を1つ選べる）をご伝授。

椅子を使って①つかまりスクワット

下半身の筋肉を鍛える最も代表的な屈伸運動です。

両足を肩幅に広げ、椅子の背を持ってまっすぐに立つ。



上体はまっすぐのまま、息を吐きながらゆっくり腰を落としていく。その後は息を吸いながら元の姿勢に。

初級レベルなら10回を目安に

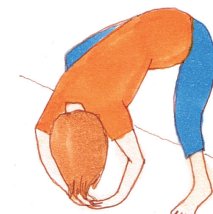
*膝を曲げるときに、ひざ頭がつま先より前に出ないように。あまり深く曲げず、腰を膝の高さぐらいまでに。

詳しくお知りになりたいなら「大腰筋を鍛えなさい」（飛鳥新社）をお求めください。

壁を使って①かべこんにゃく体操

足腰、特に膝を曲げる筋肉が強くなる「壁体操」です。

壁を背にして立ち、脚を開き、膝を曲げて、両手の甲が床に着くまで上体をゆっくり前に倒す。



膝をさらに曲げ、こんにゃくになったつもりで、お尻を上下させる。

1セット5回を目安に

*頭に血がのぼりやすい体勢なので、ムリだと思ったらすぐ止める。

詳しくお知りになりたいなら『かべ体操』であし腰ひざの痛みがあっさり消える』（セブン&ワイ出版）をお求めください。

ああ、懐かしや“ナポリタン”



日本パスタ協会おすすめレシピでは、スパゲッティにベーコン、タマネギ、ピーマン、トマトを具材にトマトケチャップをからめ、炒めて作る。好みにタバスコペッパーソースや粉チーズをかける。→クックパッドもご参照を。

今はすっかり昔! あの頃は...

缶切りのサビ



缶詰を開けた缶切りをそのままにしておくと、サビて、汚れが缶切りにこびりつきました。使った後は、そのたびに拭いたり洗ったりしていましたよね。今、あの缶切りはたぶん食器棚の奥に...