

便利でキレイ、水廻りリフォーム

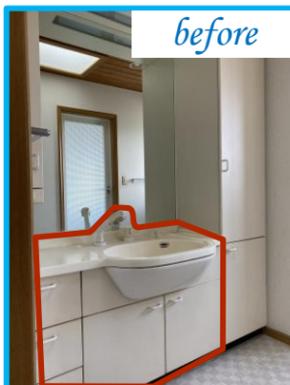
寒さ、暑さがお悩みだった浴室を、新しいものに交換しました。
洗面化粧台は、既存の収納を生かし部分交換にしました。

さっと外してまるごと洗えるカウンターでお掃除ラクラク。時間がたっても暖かさキープのサーモバス、ヒヤッしないサーモフロアなどの最新機能でホッとするバスタイムに…。お風呂で心と体をいたわってみませんか？



before

部分交換も対応します。ご相談ください。



before



after

浴室: LIXIL アライズ



after

ココだけ交換

洗面化粧台 TOTO オクターブスリム

サークル
せきた

※内容は変更になる場合がございます。

「手あみのがま口ポーチ」

■ 11月9日(火)

10:00 ~ 12:00

持ち物: かぎ針
はさみ
参加費: 500円



注文住宅・リフォームのことならせきたにお任せください。ゼロエネルギー住宅を建築する工務店です

有限会社 アドバンス せきた



神奈川県小田原市下大井 393-3
TEL: 0465-39-1238 FAX: 0465-39-1228
URL: <http://www.advance-sekita.com/>



アドバンスせきた
ホームページ QRコード

当店で
Tポイントが
貯まります。

Vol.118
2021.11

住まいのかわら版

発行
旬アドバンスせきた
小田原市下大井393-3
Tel: 0465-39-1238

インターネットフリーマーケットを賢く利用しませんか？
おうち時間に楽しくショッピングできるインターネットフリーマーケット。買いたい物をする際のポイントをご紹介します。

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「インターネットフリーマーケット」です。インターネット上で「フリーマーケット」感覚で買いたい物が楽しめるインターネットフリーマーケット(通称ネットフリマ)。洋服などのほか、子どもの工作に使えそうな大量のトイレトペーパー芯や松ぼっくり、廃盤になったテレビのリモコンなど、バリエーション豊かです。

欲しいモノを細かく確認するポイント

欲しいモノをチェックするときには、内容と写真をよく確認を。特に写真は、スマホなら拡大できるので、後のトラブルを避けるためにも隅まで見ることをおすすめします。
欲しいモノを探すとき、洋服ならブランド名や「ブラウス ピンク」、食器ならメーカー名や「ケキ皿 花柄」という感じで、特徴とともに検索すると、絞りやすくなります。



洋服の素材は、紹介文やタグの写真でチェックを。質感やその後の洗濯などの扱いの参考にもなります

●洋服: 欲しい服があり、サイズ感を掴むなら、紹介文の着丈などを参考にし、そのような書き込みがない場合は「着丈や身幅を教えてください」と質問するのもアリです。



を確認し、実際にメジャーなどで手持ちの食器上で確認することで、サイズ感が想像しやすくなります。
●本類: 文庫本や漫画、雑誌が豊富に出品されているのもネットフリマの魅力。新品同様か、多少使用感アリでもいいか、好みもあるので、写真や買った時期、どれくらい読んだかなどをチェックすると良いですよ。

購入する前から購入後までのポイント

●少しでも安く買いたいとき: コメント上で交渉するのもアリです。その際「恐縮ですが、こちらのお品物、お値引きは可能ですか?」や「若干のお値引きはできますか?」という感じで、丁寧に伝えることをおすすめします。大幅な値引きは失礼にあたる場合があるので、ご注意ください。



紹介文内に「値下げ交渉はご遠慮ください」などの書き込みがある際は、値引き交渉は遠慮しましょう

入する」を押せば購入成立です。
●購入したら: 「購入しました。どうぞよろしくお願いします」などと、取引画面内のメッセージ欄に、ひとことメッセージをすることで、顔が見えないやりとりでも、相手に丁寧さと安心感が伝わります。
●品物が届いたら: 中身をチェックし、相手を評価します。中身が問題なければ良い評価をつける場合が多いです。コメント欄にひとこと、お礼を伝えることも、おすすめします。

●購入する前に: 紹介文やタイトルに「プロフ必読」とある場合があります。これは、プロフィールを必ず読んでください、という意味。そこに出品者の紹介やいろんな注意点が書かれているので、ぜひチェックを。
なかには、購入する前に「メッセージをください」とある場合は、即購入せず「購入しますがいいですか?」とコメント上で伝えましょう。
●いざ購入: 「購入手続き」のボタンを押します。支払い方法を選択し、「購

迅速な発送など、印象が良ければ、評価にその旨、お礼と一緒にコメントすると、他の人がその出品者から品物を購入する際の参考になります



暮らしのヒント

食欲の秋に美味しい「ごはん」を

おいしいごはんの決め手は「水」

お米を洗う際、はじめにミネラルウォーターを使うのがおいしく炊くコツです。お米は最初に浸された際の水分をしっかり吸うので、ここで水道水を使うとカルキ臭などが移ってしまうのです。以降、研ぐのに使うのは水道水でもOKです。また炊飯時には常温ではなく冷水を。これでほどよい甘みを引き出せます。



暮らしのレシピ

缶詰で作る、簡単炊き込みごはん

「お手軽で美味しい、しかも簡単!」な炊き込みごはん3種をご紹介します。

サバの味噌煮ごはん

▼材料(2人分)

白米……2合 サバの味噌煮缶……1缶
しょうが……ひとかけ 大葉……4枚
白いりごま……大さじ1

④ | しょうゆ……大さじ1 酒……大さじ1
みりん……大さじ1

▼作り方

【下準備】米は30分吸水させる。水は通常の分量から調味料分を減らす。しょうが、大葉は千切りにする。

①炊飯器に米とサバの味噌煮、しょうが、④を入れて通常モードで炊飯する。

②炊き上がった後白いりごまを加えて全体を混ぜ、大葉を散らす。

あさり缶でお手軽深川めし

▼材料(2人分)

白米……2合
あさり水煮缶(むき身)……1缶(100g)
しょうが……ひとかけ 万能ねぎ……適量

④ | しょうゆ……大さじ1 酒……大さじ1

▼作り方

【下準備】米は30分吸水させて水をきる。しょうがは千切り、万能ねぎは小口切り。

①炊飯器に米とあさり缶(汁ごと)、しょうが、④を入れ、2合の目盛りまで水を足したら通常モードで炊飯する。

②炊き上がった後全体をよく混ぜ、器に盛りつけ、万能ねぎを散らす。

オイルサーディンで洋風炊き込みごはん

▼材料(2人分)

白米……2合 オイルサーディン缶……1缶
トマト……中1個 にんにく……ひとかけ
固形コンソメ……1個 塩……ひとつまみ

▼作り方

【下準備】米は30分吸水させる。水は通常の分量から大さじ1を減らす。にんにくはみじん切り、トマトはくし形に4分割。

①炊飯器に米とオイルサーディン(油ごと)、トマト、にんにく、固形コンソメ、塩を入れて通常モードで炊飯する。

②炊き上がった後よく混ぜて盛りつける。

イマドキTopics

今話題のHOTなニュースをご紹介します!

01 ちょっと昔のアイテムの人气が再燃

音楽は月額料金を払って、スマートフォンなどであるような音楽を楽しめるサブスクリプションが定番化しつつある令和の今、昭和や平成初期に当たり前にあったカセットテープや、使い捨てカメラなどが人気です。カセットテープは、有名アーティストが新曲をカセットテープで発売するなどして注目を集め、若者にも見直されているそう。温かみのある音質や、好きな曲を編集する際に曲と曲のつなぎ目にわずかに聞こえるノイズなど、レトロ感があるのも人気の要因の一つ。また、所有する喜びもあるようです。それに伴い、ラジカセも人気だそうです。使い捨てカメラも人気。今や、スマホで写真を撮ってすぐ確認、加工もラクラクですが、使い捨てカメラの、現像してみないとわからないワクワク感やフィルムならではの色味に惹かれる人が多いそうです。



02 食卓を楽しくする調理家電

おうち時間を過ごすなかでニーズが高まっているのが、多彩な調理家電。中でも電気圧力鍋は、自炊が増える昨今、時間にゆとりが持てるという人気。煮物などが火加減や時間をセットすれば、完成までほったらかしでできるのが魅力。レシピも豊富です。たとえば、カレーはお好みの肉、野菜、水、カレールーを鍋に入れ、説明書きにある時間と火加減をセットすればOK。サイズも1~2人用のコンパクトサイズからあるのも嬉しいところ。ほかに、ちょっとこだわりの調理家電も注目を集めています。たとえば、食卓で煙を気にせず焼き肉が楽しめる無煙タイプのロースターホットプレート。サラダチキンやロースタビーフがつくれる低温調理器、簡単にドライフルーツや野菜チップスがつくれるフードドライヤー、なんとおうちで屋台気分が楽しめるおでん鍋、忙しい朝にも助かる0.5~1合のご飯を10分台で炊けるお弁当箱サイズの炊飯器なども!ぜひチェックしてみてください。

03 秋から冬に気になる、かぼちゃの雑学

かぼちゃは、ハロウィンでもおなじみ。冬至に食べると良いといわれ、ビタミンなど栄養豊富ところが魅力。かぼちゃの語源は諸説ありますがカンボジアの産物としてポルトガル人より日本に伝わり「カンボジア瓜」の瓜が取れ「カンボジア」がなまって「かぼちゃ」となった説があります。かぼちゃの収穫は夏頃といわれていますが、保存がきく野菜なので秋以降にもよく見かけます。良いかぼちゃを見分けるポイントは色が濃く、ずっしり感があるもの。へたが乾燥し、そのまわりがくぼんでいるものが完熟のサインです。カットタイプは果肉の色が濃く、切り口が鮮やかでワタが乾いていないものがおすすめ。保存は、直射日光を避け、風通しの良い場所に置くと良いそうです。カットしたものは、傷みやすい種とワタを取り除いてからラップをかけて冷蔵庫へ。



節電も快適も叶う!

ぬくぬく部屋で過ごす、ひと工夫

住まいの快適レポート

そろそろ冬仕度の準備を始めましょう。寒い部屋は、心身に痛手。ちょっとした工夫で、ぬくぬくりラクス!

部屋を暖かく快適に保つために実践したいこと

暖房器具を組み合わせ、より効率アップ。

消費電力が高いイメージのエアコンですが、部屋全体を効率よく暖められるため、コストパフォーマンスに優れています。ホットカーペットなど足元を温める器具と併用し、エアコン稼働も最小限に。

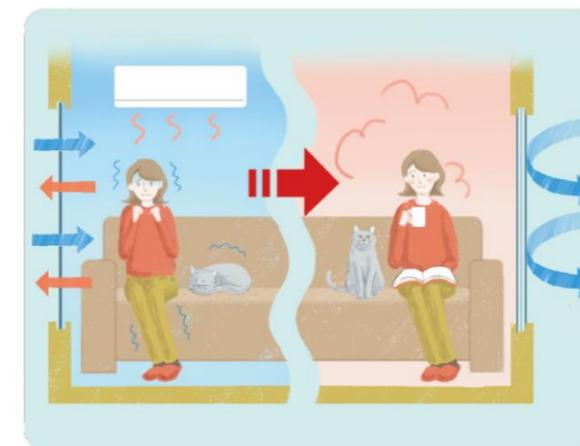
熱の出入りを防ぐ、窓対策を強化

外からの冷気、室内の暖気の出入り口である窓。断熱窓にリフォームするほか、断熱シートを貼るだけでも格段に差が出ます。窓と同様に床も。段ボールの上にカーペットを敷けば万全!

節約派にはこんな工夫も一考

足先の冷えは寒さを助長。また湿度が高いと暖かく感じます。

- 湯たんぽを活用。
- 室内足湯を実践。
- 肌着+洋服の重ね着。
- 濡らしたタオルを室内に。



パパッと作れる一品で、体の中からポカポカに。

血行促進、体を温める代表的な食材

玉ねぎ、豚肉、カカオ、ナッツ類、唐辛子、ショウガ、ニンニクなど。

チョコレート & オレンジホットサンド

サンドイッチ用の食パンの中央部分に板チョコを割って、カットしたオレンジ、ナッツを適量のせる。水で溶いた小麦粉を食パンのふちに塗って、上から食パンでサンドして(端の部分を押しえて接着)、オーブントースターで焼けば完成。

豚肉と玉ねぎのスンドゥブチゲ

豚肉と玉ねぎ、あさりや豆腐。また冷蔵庫にある野菜などを切って、市販のスンドゥブチゲの素(スープ)で煮るだけ。キムチも追加すると、コクとうま味がアップ。



おすすめ商品 内窓・インプラス

今ある窓にプラスするだけ。窓が変わると、心地よさも変わる。



おすすめポイント① 快適さアップ

インプラスを取り付けることで、今ある窓との間の空気層が断熱効果や防音効果を生み出します。また、アルミの約1/1000の熱伝導率の樹脂でできているため、高い断熱効果と防露効果を発揮します。

おすすめポイント② インテリアに調和する空間へ

リアルな質感や風合いを重視したカラー展開や、デザイン性の高いガラスをご用意しているため、ワンランク上の上質な空間を演出します。(インプラス for Renovation)

