

お見逃しなく

こどもみらい住宅支援事業



リフォームで
最大60万円
補助

新築で
最大100万円
補助

リフォームは
世帯条件がありません。

◀ こどもみらい住宅支援事業とは… ▶

子育て支援と2050年カーボンニュートラルの実現の観点から、子育て世帯や若者夫婦世帯の住宅取得の負担軽減を図り、省エネ性能を有する住宅ストックの形成を図るため、子育て世帯や若者夫婦世帯が高い省エネ性能の新築住宅取得や、住宅の省エネ改修等に対して補助金を交付する制度です。

- ※ 2021年11月26日から2022年10月31日に契約を締結した工事が対象です。
- ※ 申請には条件があります。
- ※ 補助金の申請手続きは、登録事業者が行います。アドバンスセきたは**事業者登録済み**です。

詳しくは中面をご覧ください

イマドキTopics

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

暖かさを効果的に感じる知恵

まだまだ寒さが続く時期、防寒対策に効果的なアイテムの使い方を紹介します。首元を暖めてくれるマフラーの、より暖かさを感じる巻き方のポイントは空気層をつくること。おすすめは、マフラーを二重にして輪っかに端を通す「ワンループ巻き」。ほかに、マフラーを首で1周させて両端を前で結び、結び目ごと後ろに回す「バック巻き」は、暖かいうえにかわいさもありません。また、カイロも重宝しますね。より効率的な位置はお腹。お腹の近くには、体でいちばん太い血管である腹部大動脈があるので、そこを通る血液が温められ、全身に巡りやすいそう。また、首の後ろの下あたりの「大椎（だいつい）」と呼ばれるツボは、ふだんの風邪防止や風邪気味の時に貼ると効果が期待できるそうです。冷えを防いで元気に過ごしましょうね。



オートミールはこう活用する！

昨今、食物繊維やたんぱく質、鉄分など栄養豊富で、白米や食パンに比べて糖質が低いことから、ダイエットにも良いと話題のオートミール。ぜひ活用してみましょう。たとえばクッキーは、オートミールならオープンで焼かずに作れます。バター、砂糖、牛乳、お好みでココアパウダーなどを鍋に入れ、火にかけて混ぜます。火からおろしたらオートミールとピーナッツバターを加えてさらに混ぜ、クッキングシートにひとかたまりずつ並べ、常温、または、冷蔵庫で1時間ほど置けばザクザク食感のクッキーの出来上がり。また、雑炊もおすすめ。白だしを表示通りの水またはお湯でうすめ、しょうゆなど、お好みの調味料を入れます。にんじんなど、お好みの野菜と、オートミールを入れて2〜3分ほど煮ます。仕上げに溶き卵を回しかければ完成。ペーは鍋つゆの素や余った鍋の汁はもちろん、お茶漬けの素など使うのも良いですね。サクフレークや鯖缶を加えてもおいしいですよ。

食のちょっとしたお困り事を解決！

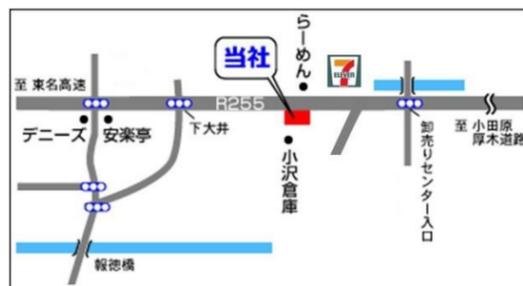
食のちょっとしたお困り事の解決法を集めてみました。たとえば、ケーキの保存。ラップだと崩れる心配が。そこで、深型の保存容器を使い、フタを血代わりにして、上から容器をかぶせれば形をきれいな状態で保存できます。また、余らせがちな大葉は、保存袋に大葉と水を少量入れ、斜めにした状態で保存すれば、茎の部分にのみ水が浸かり、新鮮さを保てます。水は毎日交換を。洗いづらい野菜代表・ブロッコリーは、ボウルに水を張り、株のまま逆さにして15〜20分漬けた後、水の中でふりふりすると汚れが取れます。大さじ1杯のお酢を加えると殺菌の効果も期待できるそうです。あさりの砂抜きは、3%の海水を用意するのに計るの面倒。でもペットボトルなら、500mlの水に対してキャップ2杯分が約15gとなるので手軽につくれます。ぜひお試しあれ！



3月の「サークルせきた」は、お休みします。

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/>



アドバンスセきた
ホームページ QRコード

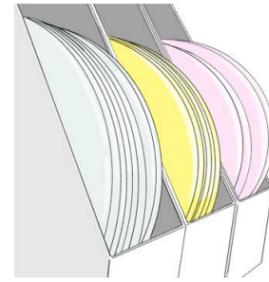
当店で
**Tポイントが
貯まります。**
T-POINT

Vol.121
2022.03

住まいのかわら版

◀ 発行 ▶

㈩アドバンスセきた
小田原市下大井393-3
Tel : 0465-39-1238

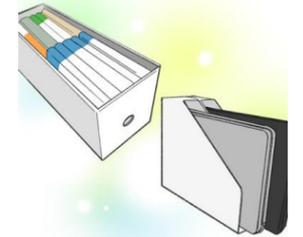


縦型のタイプにお皿を立てて収納すれば、出し入れがとってもラクです♪

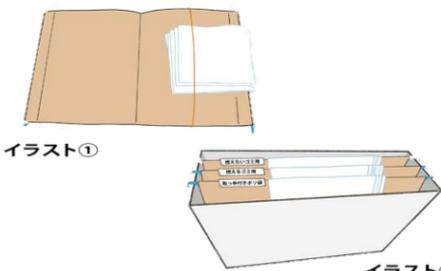
みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「ファイルケース収納」です。
大手雑貨店はもちろん、最近では100円ショップでも見られるファイルケース。四角い形をしているので、並べると見た目スッキリと下に向かって細くなる台形型の収納アイテムと違い、ファイルケース同士をぴったりくっつけて収納できることもポイントです。また、ポリプロピレン製が多いので、汚れは拭くだけと、お手入れ簡単。サイズに合わせてさまざまなモノがしまえ、分類しやすいことも良いですね。

ファイルケースを収納に活かしましょう！
書類などを整理できるファイルケースは、さまざまなモノがしまえ、いろいろな場所で活躍しますよ！

スタンダードなタイプを 活用してみよう♪



たとえば、いちばんスタンダードな縦型のファイルケースは、書類や雑誌、取扱説明書などの収納に便利。裏返すと、見た目も美しいです。また、ノートパソコンを立てて収納すれば、省スペースにもなります。
横型は、スタンダードタイプだと、だいたい幅が10センチ前後、奥行きは34センチ前後のモノが多いので、一般的なサイズのトイレトペーパーが6個人入ります。また、最近見られるパッケージがビニール製の省スペースタイプのティッシュペーパーも、立てれば6個人入ります。
ほかにも、みりんなど、直径が8センチ前後の調味料ボトルもすっぽり収まるので、キッチンの引き出しの分類収納に重宝しますよ。

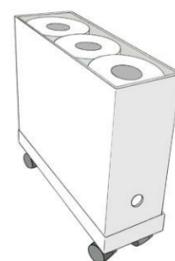


縦型のタイプを使ったゴミ袋ホルダーは、ラベリングで一目瞭然！

ファイルケースをゴミ袋ホルダーに活用するのもおすすめ。ハンギングホルダーを開き、片側にゴミ袋をかけた、ズレ防止に下の方を輪ゴムで固定したら（イラスト①）、ハンギングホルダーを閉じてファイルケースにひっかけるだけ。サイズの違うごみ袋もわかりやすく分類できます。

サイズの多彩さも魅力！ 用途が広がります

ワイドタイプは、奥行きはスタンダードタイプと同じで、幅が15センチ前後。縦型ならトレイなどを、横型なら来客用のスリッパなどを立てて収納できるとても便利です。箱型のティッシュペーパーは、立てれば5〜6個がすっぽり入ります。
横型のハーフタイプは、高さが半分サイズの、だいたい12センチ前後のモノが多いです。スタンダードタイプのハーフ版は、文庫本なら背表紙を上にする形で入れれば、8〜10冊収まります。CDも、背表紙を上にして立てればぴったり！かなりの枚数が入ります。個包装のドリッップコーヒも、立てればすっぽり入ります。クックの整理に良いですね。ハーフタイプは、高さがないので、引き出し内など



使う場所に合わせて、別売りのフタやキャスターなどを組み合わせるのも良い！

の間仕切り代わりに使えるところも魅力です。
横型のスタンダードとワイドタイプを組み合わせて、立てる収納をすれば、さまざまな場所で使えます。たとえば、食材ストックをサイズに合わせてざっくり分類したり、フライパンやフタを収納するのもおすすめ。大小のピンチハンガーや布団バサミといった洗濯グッズも分ければ、出し入れしやすく、しかも美しく整理できます。

頭の体操 間違いさがしゲーム

上下のイラストで違うところが5箇所あります。さあ！チャレンジしてみよう！



こどもみらい住宅支援事業がスタート！！ 省エネリフォームで、補助金がもらえます

例えば…「キッチンのリフォーム」



ビルトイン食洗器	19,000円/戸
掃除しやすいレンジフード	10,000円/戸
ビルトイン自動調理対応コンロ	17,000円/戸
節湯水栓	5,000円/台
勝手口ドア交換 (小)	31,000円/箇所

合計 **82,000円**

例えば…「お風呂のリフォーム」



高断熱浴槽	24,000円/戸
浴室乾燥機	20,000円/戸
節湯水栓	5,000円/台
窓交換 (小)	14,000円/箇所
入口の幅拡大	28,000円/戸
手すりの設置	5,000円/戸
段差解消	6,000円/戸

さらに…
高効率給湯器 24,000円/戸

合計 **126,000円**

例えば…「リビングのリフォーム」



窓交換 (大)	21,000円/箇所
窓交換 (中)	16,000円/箇所
窓交換 (小)	14,000円/箇所
空気清浄機能付きエアコン	19,000円/箇所～

合計 **70,000円**

お部屋の雾田気を壊さずに、結露防止や外からの音がさえぎられるので、快適に暮らせます

例えば…「トイレのリフォーム」



節水型トイレ	17,000円/台
窓交換 (小)	14,000円/枚
入口の幅拡大	28,000円/戸
手すりの設置	5,000円/戸
段差解消	6,000円/戸

合計 **70,000円**

リラクセスできる
快適空間が手に入ります。

使いやすさと
掃除のしやすさが、
ポイントです。

一日で工事完了！
美しく、快適に
変身できます。

ARCHITECT & INTERIOR
せきた

**断熱リフォーム
耐震リフォームも対象**

例えば…「玄関リフォーム」

合計 **63,000円**



ドア交換	28,000円/箇所
窓交換 (小)	14,000円/箇所
宅配BOX	10,000円/戸
手すりの設置	5,000円/戸
段差解消	6,000円/戸

間違いがし答え：①外に雪 ②花瓶の水の量 ③お母さん靴下→スリッパ ④掃除機のコードの長さ ⑤男の子のズボンの丈

お問い合わせはこちらに **0120-393-090**

アドバンス **せきた**

