

料金別納郵便

睦みの工房
小堀建設株式会社

NEWS 睦みのコミュニケーション

ゆめネット通信と通信98
(毎月:笠岡放送局行)
「健康お片づけコラム」掲載

広報かさおか
(毎月:笠岡市発行)
広告掲載

睦みの工房 小堀建設
ホームページ & Facebook

国産バナナ & パイナップル
プランター Facebook

株式会社プランターの「瀬戸内バナナ」のジェラートです(〜)V
ベイファーム笠岡 道の駅の横の
ジェラート工房にあります(*▽*)
是非ともご賞味ください!
自然の甘さでミルクとマッチしていて
とても美味しいですよ!(2017.12.18)

編集後記 スタッフのつぼぶやき

今年が成年ですね〜!!
わが家には11歳になる♀のミニチュアダックスがいます。
名前は「ラム」、人間でいえば60歳くらい。もうシニア犬なんです。そんなラムに最近人間と同じような老化現象が…。
大好きな赤いボールで遊んでいても薄暗い場所では見つけられないとか、家族の車の音を聞き分けていたのに気付かないことが多くなったとか…。
でもまだまだ元気にボールを追いかける意欲と体力はあるし、何か病気があってもないのので体調管理をしっかりしながら、いつまでも楽しく元気で過ごせるよう見守っていきたいと思います。 ♡齋藤♡

0120-194-623 http://www.e-mutumi.com 睦みの工房 小堀建設 第106号 2018.1 発行

笑顔。
全開。
健康住宅

~すべての世代に健康な暮らしを~ ALL AGE Style

睦みの情報誌

睦みの工房



動画



台所編



散歩編



睦みの情報誌 ご読者さまへ



ご愛読者様限定クーポン

10,000円以上の工事につき1枚使用できる

2,000円

割引券

※クーポンをご使用される場合は、こちらの情報誌をお持ちください。コピー不可

有効期限:2018年3月31日

発行元:睦みの工房 小堀建設株式会社

有効期限内に工事クーポンを
ご利用いただいた方へ
抽選で10名様
美容や健康にいいと評判の!
「パイナップル茶」プレゼント!

笑顔。全開。健康住宅 睦みの情報誌 睦みの工房 小堀建設株式会社

新築 大・小リフォーム エクステリア 修理・解体

笑顔。全開。健康住宅
睦みの工房
小堀建設株式会社

〒714-0083 岡山県笠岡市二番町5番地(笠岡市立中央小学校前)
TEL(0865)63-5001 FAX(0865)63-5006 フリーダイヤル 0120-194-623
http://www.e-mutumi.com 睦みの工房 info@e-mutumi.com

お気軽にお問い合わせください **お電話無料 0120-194-623**

皆様から預かりしております住所などの個人情報は厳重に管理し「睦みの情報誌」の発送、弊社からのご案内のほかには利用いたしません。

おうちのことなら何でも
睦みの工房 小堀建設に
お任せください!



土日
祝日も
対応します

あけまして おめでとう ございます



旧年中は大変お世話になりました。
本年もどうぞよろしくお願いいたします。

平成30年 元旦

弊社では何かに迷った時「人として何が正しいのか」を考えるようにみんなに伝えていきます。それが良い仕事—お客様にとって良い家づくりやリフォーム工事—に直結するからです。個人で言えば、人生をより良く生き、幸福になるために大切なことだと思うからです。

また、今の自分にいくら能力や熱意があっても、考え方がネガティブではマイナスのものが生まれてきます。自分に起こる全てのことは、自分の心がつくり出しているのですから、例えできないことがあったとしても、それは今の自分にできないだけであって、将来の自分になら可能であると未来進行形で考えることが大切です。人にはまだまだ発揮されていない力が眠っていると思っています。毎日の仕事は苦しいことも辛いこともありますが、その先には必ず、仕事の本当の楽しさがあると思っています。だからこそ、働くことで得られる喜びは格別であり、遊びや趣味では決して代替できません。

今年も信用を積み重ねる年にします。皆さまどうぞよろしくお願いいたします。



社長 小堀 響

2018年も睦みの工房・小堀建設と睦みの情報誌をよろしくお願いいたします。

**睦みの工房
健康リフォーム**
〈窓から考える
健康リフォームの
ご提案〉

**寒い季節も快適に。「間に合ってよかった!」
窓をのぞけば、新しい健康生活が見える!?**

やっぱりさむーい今年の冬…。日中でも肌寒い冬、結露の掃除、さむーいお風呂…なにかと不便な冬の生活。心身にこたえますよね。



2018年こそは、そんな生活と「さようなら!」
冬が待ち遠しくなる(笑)、
そんなリフォームはいかがですか?
窓からのぞく、新春の健康リフォームをご提案。



リビング Living room

断熱窓、複層ガラスで部屋の保温力をアップ、アップ! 部屋全体の断熱性があり、冬があたたかいだけでなく、夏の熱流入も抑えられ、1年中快適な暮らしが実現。

- ◎ 効果効能 ◎
- 【結露の解消・カビの抑制】
- 【冷暖房費の節約】



浴室 bathroom

浴槽で温まっても洗い場で「ヒヤッ」、さらに脱衣所が「ヒヤヒヤッ」に、さようなら! 浴室の窓を内窓にして断熱性アップ! 浴室全体が冷えにくくなり、他の部屋との温度差も軽減。

- ◎ 効果効能 ◎
- 【ヒートショック防止】



「財布も健康に」補助金インフォ

**空き家の家財道具の処分に困っているあなた。
笠岡市では最大5万円の補助金が!**



例えば笠岡市は【笠岡市の空き家バンクに登録した空き家】を対象に、空き家の中の家財道具の処分搬出費用の一部を助成しています。

◎どんな空き家が対象になるの?

- (1)笠岡市空き家バンクに登録している空き家等の所有者
 - (2)助成金を受けた日から3年以上、笠岡市空き家バンクへの登録を継続する人
 - (3)笠岡市一般廃棄物収集運搬許可業者に家財等の処分及び搬出を依頼する人
 - (4)市税等に滞納のない人
- (1)~(4)すべてに該当する人が対象です。

詳しく教えて! って方は、睦みの工房 小堀建設 (0120-194-623)までお気軽に。



**「住まいも健康、ココロも健康」
より抜き! ひびきのかたづけブログ**

「健康お片づけアドバイザー
ひびきのブログ」も読んでね!



①「ごはん少なめでお願いします」

あなたは外食で残そうだなと思った時「ごはん少なめでお願いします」って言えますか? 自然に言える人は少しずつ片づけが進んでいる人。普通に頼んで残す人のおうちには「いつか使えるかもしれないモノ」がいっぱいあるのでは…?

「ごはん少なめで」と言える人の冷蔵庫には要るモノがないはず。食べないものは買わないし、「買ったけど食べない」ならお友達にあげたり…。食費も電気代も節約になっているでしょう。

先日、ファミレスでご飯を減らしてもらった時、後でシートを見たらその分値引きに! 代金まで減らしてもらおうという気持ちはなかったのに、なんと20円値引き。ちゃんとマニュアルになっていたんですね。回転寿司やバイキングなら自分で調節できますが、出されたものを残してしまうのは心が痛む…。だから捨てる辛さを味わった人は、断る勇気がわいてくるのです。

簡単な冷蔵庫から始めるお片づけ、すっきり感を実感して、次は洗面所まわりにと、おうちの中全体に広げていってみませんか? そして2018年こそ爽やかな新春を!



**住まいの健康「南向きの家は建てるな!」①
目からウロコ。健康に住める家のあり方を考えます。**

昔からの常識って本当に正しいの? みなさまが健康に住める家のあり方を考え直すヒントのある書籍「南向きの家は建てるな! (岡田好勝著 / (株)建築技術発行)」から、ちょっと気になる部分をご紹介します。



日本では「住宅というものは南向きに建てるものだ。南向きの家ならば陽当たりがよい。」と、常識的に考えられている。実際、日本中の家が南向きに建っていて、わずかにその土地の昔からの言い伝えや、土地の形や、道や河川の影響でやむなく方位がずれている家があるのみである。

たしかに、太陽光の取得は生活をするうえでとても大切な要素である。冬の縁側での日向ぼっこほど気持ちがよいものはない。暖

房の手助けとしても大きな恩恵となる。衛生面でも太陽光は重要な要素だ。毎日のように洗濯物や布団を干し、日光による消毒効果で、私たちは健康的に暮らしていくことができる。だからこそ、昔から住宅は南向きに建てられてきた。南向きの家は、陽当たりがよく健康的である。これは、あまりにも当たり前のことだから誰も疑うことがない。

しかし、本当に南向きの家は陽当たりがよいのだろうか?

■ 続きは次号で! 気になる方は睦みの工房まで! 書籍の販売もしています (#.^.#)

**睦みの工房
健康リフォーム**

へ 施工事例紹介

**「使っていなかったスペースが生まれ変わる!
和モダン客間とすっきり収納の健康リフォーム」**

【事例紹介】
笠岡市
O様邸



水周りをすっきりコンパクトに。広いリビングとして有効活用!



お困りごと1 / 使っていないスペース。もったいない! → 解決!
お困りごと2 / 収納の部屋が使いにくくて片付かない! → 解決!



寒かったお風呂…。冬は入るのもおっくうでした。今日からはあったかいお風呂でリラックス、掃除もラクラク!



片づけが楽しくなる! 全面収納で片づけ効率アップ