

## 「TOTOリモデルクラブ30周年！ リフォーム大商談会」を開催します！

ようやく涼しくなり、秋の気配を感じられる今日この頃、皆さまいかがお過ごしでしょうか？  
秋は楽しいイベント盛り沢山！どうぞ皆様お楽しみください。

さて、弊社でも11月16日(土)-17日(日)の2日間、TOTO神戸ショールームにて、「TOTOリモデルクラブ30周年！ リフォーム大商談会」イベントを開催します！

ご来場者様限定のグレードアップ特典もございますので、お家のリフォームをお考えの方は、是非この機会にご検討ください。



少しの工夫でおうちが快適！

### 住まいのスッキリ!! “収納”術

野村高子 Home&Family代表。整理収納アドバイザー。親・子の片づけマスターインストラクター。自宅を公開しての収納セミナーや、お客様のお宅へ伺っての片付けサポートを実施。ホームオーガナイザー、ライフオーガナイザー2級。オフィシャルブログ: <https://ameblo.jp/nomunomuuk/>

keep  
dispose

イラスト: 福井典子

### 「モノを捨てる」ときの考え方

家の片付けに取り組みうとすると、「モノを捨てる」ことに向き合わなくてはなりません。「断捨離」「捨て活」など、モノを捨てることに関連するワードがたびたびブームになりますが、これはつまり、モノを捨てることに苦手意識のある方が多いということ。何を残して何を捨てるか、その基準は家の状況やライフスタイルによってそれぞれ異なりますが、今回は判断するときの考え方についてお話しします。

#### ●片付けることで訪れる明るい未来を想像する

モノが捨てられないというのは、捨てたら後悔するのではないかという恐れがあるから。捨てたあとに必要ななり「もったいないことをした」と落ち込む……。その可能性はゼロではありませんが、悪い方向に考えるよりも、家が片付くことによって訪れる明るい未来に目を向けてみてはいかがでしょうか。

#### ●捨てるモノ探してではなく大事なモノを選び取る

モノを捨てると家がスッキリするという効果を実感する

と、今度は「捨てるモノを探す」ことにとられる場合があります。そうなるといくら捨てても満足できず、終わりの見えない状況に陥ることも。捨てることにこだわらず、「大事なモノをオーディションする」と考えましょう。大切なモノ、使いやすいモノなど自分にとって必要なモノを選び取るほうが判断しやすくなります。

#### ●プレゼント品も自分の気持ちで判断する

捨てる判断が鈍ってしまうモノに、プレゼントされたモノが挙げられます。しかし、贈ってくれた方の気持ちはしっかり受け取っているから大丈夫。自分はどうしたいか、その気持ちを大切に判断しましょう。

このような考え方を心に留めて、片付けへの一歩を踏み出してみてもいいかもしれません。まずは冷蔵庫や引き出しの1つなど限られたスペースから始めるのがオススメです。練習という気持ちで手を動かしてみてください。

## 今日の晩ごはん 沢煮にゆうめん

- 材料 4人分
- そうめん ..... 2束
  - 豚バラスライス ..... 200g
  - 長ねぎ ..... 1本
  - にんじん / しいたけ / ごぼう / 三つ葉 ..... 各20g
  - 黒胡椒 ..... 適量
  - [A]
  - しょうゆ ..... 大さじ2
  - みりん ..... 大さじ3
  - だし汁 ..... 大さじ3
  - [麵つゆ]
  - だし汁 ..... 4カップ
  - 薄口しょうゆ ..... 1/2カップ
  - みりん ..... 1/2カップ



- 1 豚バラを一口大に、長ねぎをななめ薄切りに。にんじん・しいたけはせん切りに、ごぼうはささがきに、三つ葉は3~4cmの長さに切る。
- 2 鍋に[A]を入れて沸騰させる。豚バラを入れて火を通し、長ねぎ、にんじん、しいたけ、ごぼうを加えて火を止める。
- 3 そうめんを表示通りにゆで、冷水で洗い、水気を切る。
- 4 鍋に麵つゆの調味料を入れて沸騰したら、3のそうめんを入れて温め、器に麵を盛り付ける。その上に2の豚バラと野菜をたっぷりおろし、黒胡椒をかける。麵つゆを上から最後にかけて三つ葉をのせたら出来上がり。

●料理作成: チーム服部 ●参考資料: 「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)



## 暮らしの知恵袋

### 買い物の時短テクニック

毎日の家事で意外に時間を取られるのが買い物。できるだけ買い物の負担を減らす時短テクニックを紹介します。

#### ●いつも行くお店を決めておく

スーパーはいつも行くお店を決めましょう。行き慣れないと探すだけで時間がかかりますが、どこに何があるか覚えていけばスムーズ。買い忘れも減ります。

#### ●買うものをリストアップする

買い物の前に、何を買いリストアップしておきましょう。スーパーで悩むとそれだけ時間がかかり、買い忘れしてしまう場合も。リストはお店の売り場を回る順番で書き出しておくとう便利です。

#### ●買い物の回数を減らす

3日分、1週間分などメニューをある程度決めて、まとめて買い物を。あるもので料理するように決めると余分な買い物を減らすことにもなります。ネットスーパーなどの活用もオススメです。



## INFORMATION

施工取付のご用命は当社まで!!

### TOTOシステムバスルーム シンラ

2024年8月発売

上質をつむぐ。心をほどく。豊かな「癒やし、居心地、ゆとり」をもたらすバスルーム。

SYNLA



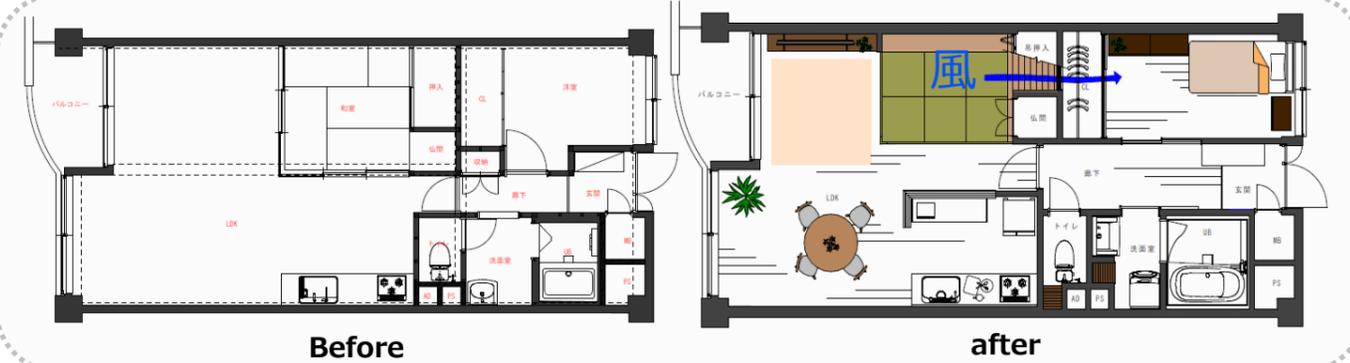
### リフォーム施工事例

尼崎市 K様邸 / マンション 工事金額: 約 910万円  
 【工事内容】 マンション スケルトンフルリノベーション

こちらのお客様は、娘さんご夫婦と同居されていたのですが、お子様の成長に伴いお家が手狭になってきたため、近くで昔住んでいたご本人所有の2LDKマンションをリフォームして一人で住みたいとのご要望から提案させていただきました。

#### 💡 ご注意 💡

一人なので部屋数は多くなくていいかな → 間取りは今のままで十分 → でも、全面的に綺麗にしたい！！  
 そこで、スケルトンにして大きな間取り変更なしの全面リフォームに決定！！寝室へエアコンを付けるご要望については、構造上の問題でリビングのエアコンの風を寝室へ送るなどの工夫をいたしました。小学校のすぐ近くなので、お孫さんが学校帰りしょちゅう立ち寄られるとのこと。お一人でも毎日楽しく暮らせる素敵な空間になりました♪

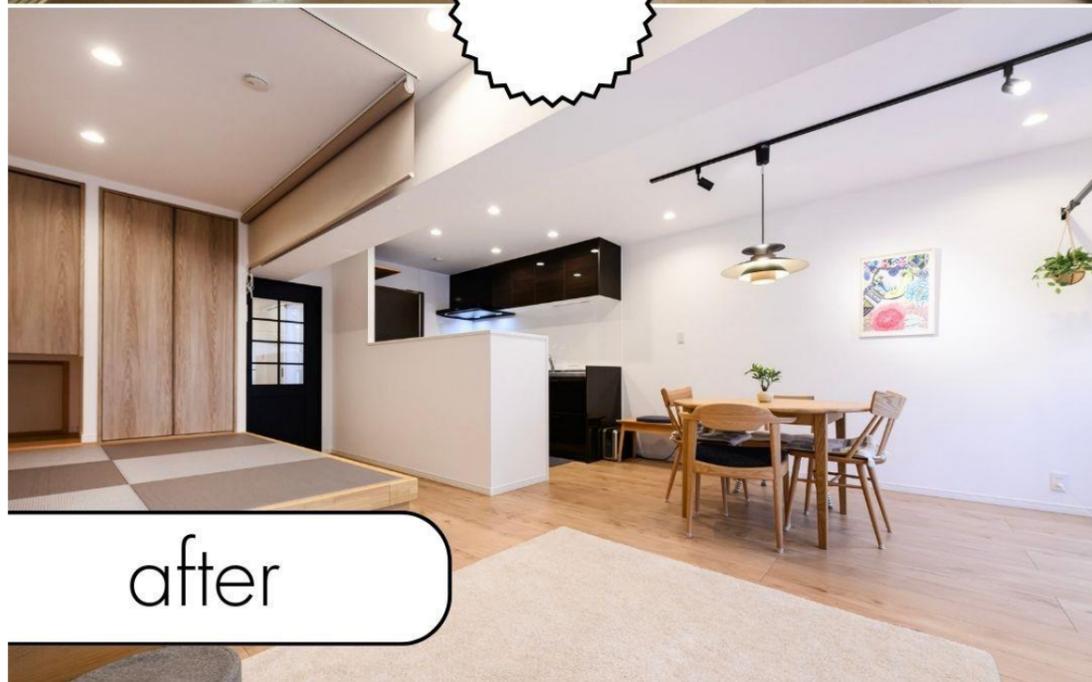


before

リビング



after



after



after

### 尼崎城の展示物を植木工務店の大工さんが作りました！！



完成！ \ (^o^)/

8月3日に尼崎城イベントに「組子コースター作り」で出展。そのご縁で、みんなが触れる展示物コーナーの「お城の継ぎ手」が摩耗でささくれてきたため、触られる方がお怪我をされないよう刷新したいとご希望で尼崎城の管理会社様より依頼いただきました♪

右：組子のコースター作成中！なかなか苦戦しますが、出来上がると何だかスッキリした気持ちになるから不思議です♪



インスタも見てね



ものづくり部隊！  
 左：丸ノコで一つつ丁寧にカットします。  
 右：金槌とノミの音が響きます♪ 熟練の技ですね！



【編集後記】  
 「若葉便り2024年秋号」いかがでしたか？例えば事例のリフォーム前とリフォーム後をご覧いただくと、その違いは一目瞭然。リフォーム後の暮らしがいかに豊かなものへと変化しているかが伺えます。美しくなったお家を見ると気持ちは当然上がります。気持ちが上がれば行動も変わってきます。一杯のお茶だって美味しくなったりするものです。今回、完成した事例のお宅を伺い、そんなことを感じたりしていました。古今東西、家や建築物は私たちと切っても切れない重要なもの。今回の尼崎城のご依頼も含め、そこに携わらせていただけることに改めて誇らしい気持ちにさせていただきました。厳しかった夏の暑さもようやく和らぐことができました。どうぞ皆様それぞれの素敵な秋を満喫されますように..♪