

なりたい自分探し

おぎはらの しゅみかつ



趣味活しましょ。

こんにちは！プランナーの荻原です。今年はオリンピックイヤーですね。今回はオリンピックの追加種目に選ばれた『ボルダリング』に挑戦しました。専用のシューズをレンタルし（窮屈なのですが、ホールドに足を掛ける時に大事になるそうです。）、初心者講習を15分受けてクライミングスタート！ただ登れば良いわけではなくルールもあります。①レベルによってテープが色分けされています。②同じ色のテープのホールドのみ掴んで登ることができます。③スタートとゴールは両手で掴まなければいけません。

最初は壁角度が85度だったので結構順調にクリアしていききました。しかし100度になると1回ではクリア出来なくなってきました。全身を使って登らなければいけないのに、どうしても腕だけの力に頼り腕が疲れてきて途中で落下…。結構な高さがあるので怖いのですが腕が痛くて怖さも飛びます。更に意地悪な所に次のホールドがあったりします。考えて登り方を工夫しなければクリア出来ません。なので、登る前に壁に向かってしばらくルート確認してから挑戦します。

帰る時には指に力が入らず腕がパンパンになっていました。次の日は更に全身筋肉痛が追加されました。『筋肉痛が治ってきた頃が次回登る目安』とお店からもらった紙にかいてありました（笑）

⑩ボルダリング編



100度
がんばれ～！



100度
ゴール！

135度は無理～！

⑩ 難易度

⑩ 続けられる度

⑩ おすすめ度

本人の主観により、おぎはらマックス(愛犬)のお顔ポイントで評価しています。

あなたの住みごころ考えてみませんか？ 住環工房スタイルの生活提案いたします。

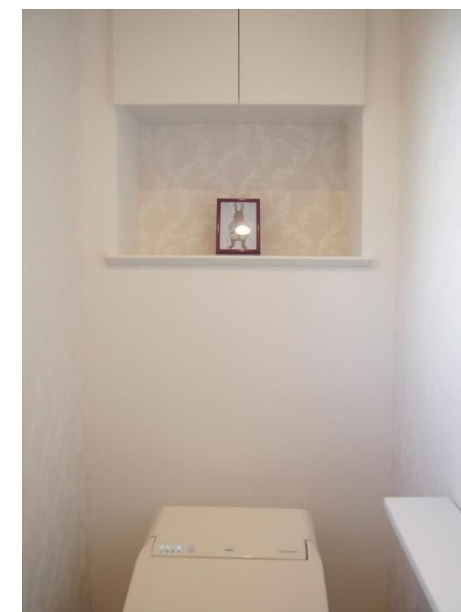
住環生活

じゅうかんせいかつ

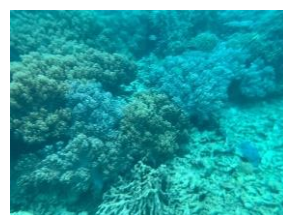
Spring 2020 Oyen (税込)



姉妹が住み継ぐ我が家。
昔の面影を残しつつリフォームで暮らしやすさと安心を。



南の島ならではのブルーのグラデーションの風景に癒やされます♪



くまこの てくてくくまん歩

こんにちは。アシスタントコーディネーターの熊谷です。
「くまん歩」第2回目ではありますが今回は海外編！フィリピンのセブ島まで弾丸旅行に行ってきた。アクシデントだらけな私の初海外旅行をご紹介します。
まず今回の旅行の目的であるシンパエザメと泳ぐため、ホテルを早朝に出て4時間近くかけてビーチに向かったのですが、まさかの悪天候…。高波のため船が出向出来ずツアーが中止になってしまい、浅瀬でシュノーケリングをすることになった。

海の中は南国とは思えないほど寒く、現地の方もここまでの悪天候は珍しいとおっしゃっていて自分の運の無さには笑ってしまいます。

雨+強風の中でのシュノーケリングはなかなかのハードさでしたが、海の中はとっても綺麗で色々な種類の魚と遭遇出来ました。

2日目以降は前日の天気が嘘のように晴れ、無事にリゾートを満喫することが出来ました。アクシデントもなんだかんだ楽しくなってしまうのが旅行の醍醐味ですね。そのうちシンパエザメはリベンジしたいと思います。

次はどの国に行こうかな！



● お問い合わせは下記まで <http://www.rfv-juk-m.jp>

株式会社 住環工房マルナカ

0120-940-869

〒223-0057 横浜市港北区新羽町 896

phone・045-545-9211 fax・045-545-9212

e-mail・welcome@juk-m.com

営業時間・am9:00～pm6:00

■一級建築士事務所登録 ■神奈川県知事登録 第16455号 ■建設業許可登録 ■神奈川県知事許可（般-30）第79614号



* Contents *

* 佐藤コラム 『お任せください！』

* じゅんぼ～の 『日々雑感』

* かんたんDIY 『パパリフォーム』

* Jukankobo Journal 『今月の事例』

* おぎはらの 『趣味活しましょ。』

* くまこの 『てくてくくまん歩』

株式会社 住環工房マルナカ

佐藤のコラム

Leave it to me!

『お任せください!』



「商品供給についてのお知らせ。」

報道等で連日伝えられている、中国を中心に感染拡大しております新型コロナウイルスの影響は、建築業界にも大きく及んできています。住宅設備機器及び建材の商品供給に大きな影響が出ています。

国内のメーカーのほとんどで商品注文において、受注停止、納期未定等の対応を行っている状態です。

実際には住宅設備機器などは国内生産がほとんどですが、金物、部品などについては中国生産品の物が多く、供給されなければ組み立てができないということになります。また、食器洗い洗浄機、IHクッキングヒーター、換気扇、水栓金具などはOEM商品が多く、一つのメーカーに依存している為、影響も大きいものとなっています。

現状、ウイルス終息の目途が経っていない状況ではありますが、中国国内では工場職員の安全確保を行うと共に生産ラインの復旧に全力を尽くしているとのことですので、一日も早い正常化を待ちたいと思っておりますが、今後につきましてはお客様の工事予定をお聞きしながら商品発注を行って参ります。商品納期により工事の予定等ご相談させて頂くことも出てくると思っております。

私どもも精一杯ご協力をさせて頂きますので、何卒、ご理解の程宜しくお願い申し上げます。また、個別案件については担当者よりご連絡をさせて頂きます。

当面はウィルスの拡散防止のためにできることをひとりひとり心がけて行きたいですね。



じゅんぼーの

日々雑感

日々出会う色々なコト。感じたコト。大好きなモノ。等身大で綴ります。

「今回は近場で・・・南町田」

いつも住環境生活をご愛読頂きましてありがとうございます。今年は本当に温かいですね。日々生活している分にはとてもありがたいですが、雪を商売にしているスキー場などは大変でしょうね。私も今年は雪山あきらめて相変わらず海に入ってます。

さてオープン時はニュースやテレビ東京「アド街く○○」でも特集されていました、南町田グランベリーパークです。映画館、ショッピングエリアと鶴間公園という大きな公園を取り込んだ施設です。休日には駐車場に列ができるほどにぎわいを見せています。私自宅より歩いて40分位なので運動不足解消の為歩いて向かう事に致しました。

映画鑑賞が目的で、鑑賞後遅い昼食だったのですんなりお店に入れるかと思ったら大間違い。飲茶の食べ放題のお店などは14時に行って「今からですと食事できるのは20時位ですね。」なんてたんとんと言われまして食事処はすべて長蛇の列!! 結局はフードコートをつらつら歩き焼き餃子、水餃子をつまみにしてビールで乾杯。行きたい店には入れませんでした。他には日本最大級のアウトドアショップや六本木から移ったスヌーピーミュージアムなどまだまだ行きたいお店がたくさん。もう少し混雑がなくなった頃に行くのが良いかもね。



フードコートにぎやか～





昼食ビール最高!!

スヌーピーミュージアム 長蛇の列

3 児のパパがお届けする

かんたんDIY

パパリフォーム



我が家では子供たちのワガママを形にしている現場監理担当の松谷です。今回はダイニングテーブルをリメイクしてみました。子供の成長や使い勝手の変化によって、上ったり、角に頭をぶついたり、危ないのでテーブルもリフォームが必要のようです(笑)

Before

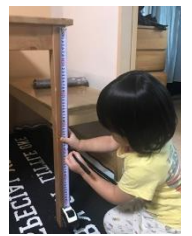


3年使ったダイニングテーブル。コーナーテーブルにする事にしました。

1



2



3



4



5



6



7



8



まずは使う人のサイズを測ってテーブルの高さを決めます。

脚にカットするラインを描きます。必ず四面描くのが大事。描いたらテープを貼って…切る準備OK。

ラインの通りに慎重に切ります。お兄ちゃんと妹。交代して協力して切れました。

最後に切り口は紙ヤスリで綺麗に仕上げます。

みんな安心して遊べるようになりました◎

Do You Like It?

Jukankobo

Marunaka

0120-940-869

Jukankobo Journal

Tuesday, March 10, 2020

Leave It to us!

Jukankobo

Marunaka

045-545-9211

For the latest refurbished case report

姉妹が住み継ぐ我が家。

昔の面影を残しつつリフォームで暮らしやすさと安心を。

長年住み慣れた我が家。間取りを変えることなく、姉妹のこれからの暮らしをより快適にするための改造計画で新築のような住まいに変貌しました。

快適安心ポイント1

収納はすべて造作。

地震が来ても安心です。

以前は食器棚や洋服ダンスなど置き家具が中心でした。たっぷりの収納を造りつけにすることですっきりと安全に暮らせます。



Before

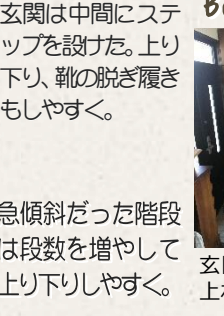
使わない部屋は共用のウォークインクローゼットに用途変更。



共用部分にあるクローゼットスペースは2カ所。季節外のお洋服やお掃除用具、スツーカーなどもたっぷり収まって、もうお部屋を占領することはありません。



それぞれの寝室にも大きなクローゼット。衣替えの入れ替えも不要です。



キッチンの食器棚と家電収納、ダストボックスが一体に。もう倒れてくる心配無用です。



快適安心ポイント2

家の中の段差は極力小さくする工夫を。

上り下りもしやすく。

古い住宅は大きな段差がたくさん。今は意識しなくても歳を重ねるごとに感じる負担を軽減する配慮を。



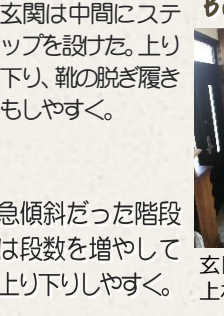
Before

急傾斜だった階段は段数を増やして上り下りしやすく。



Before

玄関は中間にステップを設けた。上り下り、靴の脱ぎ履きもしやすく。



Before

玄関の上がり口と手すりなしでは上れなさそうな階段は将来負担に。



快適安心ポイント3

最新の住宅設備で使い勝手やお掃除のしやすさがアップ。

老朽化していた設備も一新。快適さとお手入れのしやすさだけでなく、アクセントクロスや飾り棚スペースで遊び心もプラス。



Before

寒かった浴室は広々と。高断熱浴槽で温かく。



Before

壁面の小さなニッチにはお気に入りの絵や小物を飾って。



Before

タイル貼りのトイレと浴室は冷たい印象でした。



快適安心ポイント4

日当たりの良いリビングは隣の和室とつながりをもたせて広々空間に。

グレーの畳でモダンな印象の和室に。リビングとの一体感も演出。



Before

大きなソファを置いてゆとりの空間リビング。間仕切り扉を開放すればより広々と。開口を天井まで広げたため、和室の奥までたっぷり光が届きます。ソファで寛ぐのもよし。畳の上でごろ寝も良いですね。



Before

隣の和室は暗く物置スペースのようになっていました。



Before

昔ながらの網床和室。お客様が来たときに使っていただけの落ち着いた一室に。



Before

窓を塞ぐようにタンスを置いて納戸のように。



*DMご不要の場合は、お手数ですがご連絡くださいませ。

株式会社 住環工房 マルナカ

*いつもお読みいただきありがとうございます。ぜひご意見・ご感想をお聞かせ下さい。