

元気が出る家づくり

発行日 令和5年7月

今月のハイライト

- ・エアコン交換
- ・素敵な玄関にするコツ
- ・ベビーマッサージでスキンシップ♪
- ・おすすめHP&アプリ「KOKOROBOココロボ」
- ・スープで野菜を！
- ・ようこそ、僕らの家へ



エアコン交換

こんにちは。スズモクの鈴木です。スズモクをご活用いただきありがとうございます。「夏」っていう暑さになりましたね。毎日が暑い……。

先日スズモク事務所のエアコンの位置を移動しました。半分くらい貫通している壁なのですが、エアコンをしっかりと止めているようでスタッフからの強い要望で移設してもらいました。が、移設後、おかしい動作をするようになってしまいました。スイッチ不良？ガス漏れ？配管の劣化？まさかの施工不良？など、10年くらい経っているので、いろいろ考えられます。きっと移設でよくあるパターンは、ガス漏れか配管の劣化。でもそこを交換となると、古いエアコンのままそこを変えてもその先の耐久は期待できませんので、新しいエアコンに変えることにしました。※自宅のエアコンは、5年で2台交

換（メーカー修理3回後）、メインのものが7年で、ガス抜け+内部フィンが錆で、ほぼ新品の費用くらい修理代で払っています。

さて交換した事務所のエアコンです。さすがめっちゃ快適です。ただの新品でなく、省エネ高機能タイプにしたので、直風をあまり感じませんが涼しい。いいエアコンは体感も進化もしていますね。新築の住宅が家庭用エアコン1台で冷暖房できるようになったのも、住宅性能はもちろんのこと、エアコンの性能、選定、使い方の工夫など進化してきたからです。

そういえば、ZEH（ゼロエネルギーハウス）の基準がUA値0.6なのか知っていますでしょうか？先日断熱で有名な先生に教わったのですが、「鉄骨住宅メーカー」に配慮してそのUA値になっているとのことで

した。つまり鉄骨住宅は0.6以下にするのがとてもむずかしいのです。まあ鉄は木材の480倍の熱を通しますのでしかたないですね。

今月も完成内覧会があります。この暑さの中、家庭用エアコン1台のみの稼働で、きちんと家じゅうが涼しくなるのか、ぜひ体験してください。エアコンの台数が増えるほど、修理や交換費用が発生しますし、毎月の電気代もかかります。また長い時間いる部屋で直風は体によくありません。エアコンの使い方もきっと新しい知識としてお役に立つと思います。

お会いできることを楽しみにしています。

鈴木



家づくりワンポイント

〈素敵な玄関にするコツ〉



玄関は住まいの顔。家のイメージは、玄関を開けて最初に見えた光景で決まることが多いと言われます。「ドアを開けてまず目に付く場所」を考えながら設計するといいでしょう。どこに何を置きたいかといったインテリアのことまで配慮しておけばさらに良しです。玄関ホールを広めに取れるなら玄関も立派な接客の場。

ちょっとしたベンチを置けば、家にあがってもらうほどではない来客のときに便利でしょう。ただし、オープンな造りにする場合は、玄関から家の中の様子が丸見えにならない工夫が必要です。壁の角度や柱の位置などを考えながら、機能的かつデザイン性にも富んだ玄関になるといいですね。



子育てQ&A

～ベビーマッサージでスキンシップ♪～



赤ちゃんとのスキンシップにはベビーマッサージがおすすめと聞きました。どうしたものなのでしょうか？



ベビーマッサージとは、手のひらで赤ちゃんの肌に優しく触れて愛情を伝えるコミュニケーションのことで、親子の絆が深まることで、赤ちゃんは自分は大切な存在なんだという自己肯定感が高まると同時に相手の気持ちを考え行動できる社会性も育むと言います。こうした心の発達と共に、マッサージによって分泌される「幸せホルモン」は睡眠のリズムと関係が深く、体の成長にも効果が期待できるそうです。赤ちゃんだけでなく親にとってもメリットは多く、喜んでくれる赤ちゃんを見ることで親として育児に対して自信がついてきます。特に赤ちゃんどう接すればいいかわからないという新米パパ・ママにとってベビーマッサージは良いコミュ

ニケーションツールとなるでしょう。

まずは快適な温度・照明で室内を整えます。温めた清潔な手で素肌にマッサージしていきましょう。ベビーマッサージは生まれてからすぐ始めてよいものですが、新生児の素肌には刺激が強いため、衣服の上から優しく撫でることから始めると安心です。一日に何回やってもOKですし、時間帯もいつでもかまいません。赤ちゃんのご機嫌が良い時がベストタイミングです。しかし、赤ちゃんの集中力は年齢プラス1分程度。嫌がったらすぐにやめましょう。あくまでも赤ちゃんのペースに合わせることが大切です。圧をかけたり、引っ張ったり無理な方向に動かさないように優しくゆっくり行います。





今月のお薦めホームページ&アプリ

●KOKOROBOココロボ

KOKOROBOは、メンタル不調の予防と不調のある方への早期手当、さらに必要な方に医療への橋渡しを行う、オンラインによるメンタルヘルスケアシステムです。コロナ禍で、メンタルに不安を抱えながらも感染を恐れて医療機関の受診を控える傾向が強まる中、不調を早めに判断し、悪化を防ぐことができると、日本医療研究開発機構 (AMED) の助成を受けた研究として、2021年4月にスタートしたものです。

<https://www.kokorobo.jp/>

メンタルの不調を感じているなら、まずはストレスセルフチェックから始めてみましょう。うつ、不安、睡眠に関する質問に答えると、ストレスの度合いが示されます。軽度から中等度の人にはAIによる認知行動療法の手法を活用したチャットボット (自動応答システム) を紹介し、中等度以上と判断された人には臨床心理士らによるオンライン相談を推奨しています。相談の対象地域は限定されていますが、今後も拡大を予定しているそうです。



アイデアノート ~スープで野菜を♪~

栄養バランスの取れた食生活をしたいと思っても、時間が無いとついつい野菜が不足しがちになります。そんな時には、煮込んでできるスープで野菜を味わうのがおすすめ。基本のスープを作り置きし、味のアレンジを楽しんでみましょう

●野菜スープは良いことばかり!

野菜をスープにすることで良いことがたくさんあります。まずは野菜のかさが減り、十分な量を食べられるということ。柔らかくなるので消化も良くなりますし、ビタミンCなどの水に溶ける栄養素も丸ごといただけます。バランス良く野菜を組み合わせたいなら「色の濃い野菜から色の薄い野菜まで色違いの野菜を入れる」と覚えておきましょう。



●まずは基本のスープを作り置き♪

鍋に固形コンソメ(10g)と水(1.5ℓ)を入れ、煮立ったらひと口大に切ったたまねぎ(500g)とにんじん(300g)を入れ、柔らかくなるまで煮ます。保存する袋や容器に5等分して冷凍・冷蔵しましょう。これが作り置きの基本のスープの一例です。

食べる時はそのまま温めるだけでもよいですが、塩・胡椒や好みの野菜も加え、最後に炒り卵やパセリなどで仕上げるとさらに味わい深くなるでしょう。

●アレンジが美味しい&楽しい!

味に変化をつけたいなら、カレー粉、トマトソース、キムチ、コチュジャンなどを加えてみてはいかがでしょうか。カルシウムを取りたいなら粉チーズやスキムミルクがおすすめ。

◆作り置きの基本のスープ例◆



＋ プラス



め。ミキサーにかけて牛乳や豆乳を加えるとクリーミーなポタージュになります。

野菜スープ作りで気を付けたいのが塩分取り過ぎにならないように薄味にすること。香味野菜や香辛料、柑橘類などで味のアクセントをつけるなど工夫するとよいでしょう。

「ずっとお金のかからない家」をつくろう

株式会社スズモク

【本社】 茨城県坂東市生子717-2

電話 0120-18-7388 (0280-88-0554)

Fax 0280-88-7388

Email info@suzumoku.com



7月29日 肉の日

スズモクのホームページではブログやアフター申込、個別相談会の受付、スズモクLINE@の登録なども出来ます。

<https://www.8341ie.com/>
「スズモク」で検索してください

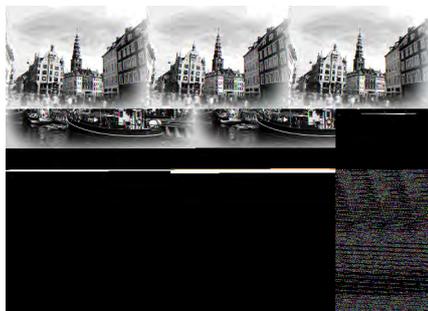


ようこそ、僕らの家へ

「北欧のパリ」

～デンマーク/コペンハーゲン～

デンマークの首都コペンハーゲンは、デンマーク東部のシェラン島東端に位置します。島という印象が少ないのは、対岸のスウェーデンと長さ約9キロにも及ぶ橋でつながっていたり、大陸側のユトランド半島とも橋でつながっているからかもしれません。デンマーク語で「商人



多くの人が集まるストロイエ

達の港」を意味する街だけあって、コペンハーゲンは世界有数の港町として拡大・発展してきました。

政治経済面においてデンマー



童話の世界!? ニュータウン地区

クの中に大きく存在するコペンハーゲンですが、欧州独特の伝統と洗練が入り混じった街並みは、文化の発信地としても魅力的で「北欧のパリ」とも呼ばれています。

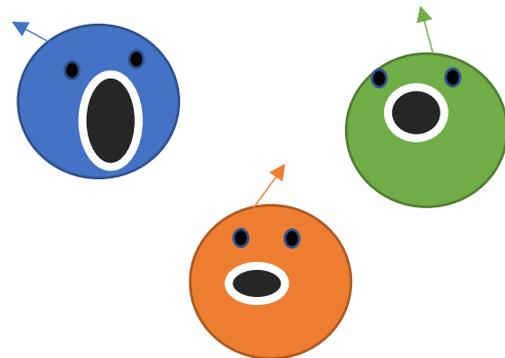
例えばニュータウン地区。レゴブロックのようなカラフルな家並みが立ち並んでいて、まるで童話の世界に迷い込んだかのようなようです。また、ストロイエは世界初の歩行者天国として有名で、大道芸人が連日熱演を繰り広げ、北欧ブランドの名店がひしめいています。

家づくり 3つの“魔もの”

家づくりは予想しないところで止まってしまうことがあります。現在のローンやクレジットの返済金額が多く、住宅ローンの審査に影響したり、土地が見つからない、建物がつくれる状態にならない、パートナーの機嫌が悪い。ご両親が賛成してくれない。信頼出来る住宅会社に出会えない、健康上の問題などもありますね。

でも、そういうことよりも**多くの方の家づくりの障害になる3つの魔ものが存在**します。

- ① 行動しないことです。
- ② 正しいことを知らないことです
- ③ 決断しないことです。



ひとつずつ解説します。

①行動しないことについて

せっかく家づくりをするなら、自分たちの納得出来る家づくりをした方がいいのではないのでしょうか？ほとんどの方が一生に一度きりの家づくり。何も知らない。見たことも聞いたこともない。それではいい家づくりが出来ないかもしれないですし、楽しい家づくりが出来ないかもしれません。まずどんな小さなことでもいいので自分達で行動することです。実際の家そのものを見たり聞いたり体験する、担当する人たちと会ってみる。話を聞いてみる。スマホやネットだけではわからないことが少しずつわかるようになります。

めんどうだ、とか、雨が降ったとか、今日は寒いとか、他にやることが出来たとか、「行動しない理由」はたくさんわいてきます。

まずは見学会やモデルハウスなどに足を運んでみてはいかがでしょうか？電話をしてみる、メールで聞きたいことを聞いてみるというスタートもいいと思います。

②正しいことを知らないことについて

インターネットの社会になり、たくさんの情報を知れるようになりました。でも情報量が多すぎてどの情報が正しいのか、自分たちに合っている情報はどれなのかはわからなくなっていると思います。ここで大切なのが「自分たちの話をきちんと聞いてくれ、自分たちに合った答えを用意してもらおう」ということです。その上で納得感のある内容でないと立ち止まってしまうです。

また本当のことを知りたくない。という方も存在します。

でも大丈夫です。本当のことを知っても乗り越えられます。私たちだけでなくご両親やご友人もみんな重要なアドバイスをしてくれます。100%正しいわけではありませんがよりよくなるアドバイスのはずです。

自分たちに合った正しい内容を知りたいと思ったら、スズモクの個別相談会をご利用するのもいいと思います。私たちはごまかすことなく真実をお伝えします。

③決断しないことについて

行動して、自分に合った知識を知り得た。その後は決断するだけなのですが、本当にこれでいいのだろうか？もっといい答えがあるかも知れない。冷静に判断出来ないと感じる。「今じゃない」はず…。

ここで重要なのは、先延ばしにするという決断はOKです。

ですが、いつまでも答えを出さずにいて、その結果が先延ばしになっている場合は要注意です。決断することから逃げてしまうクセがついてしまっている可能性が高く、いつまでもたっても家づくりの出来ない方の最大の特徴なのです…。

迷うこともいいことです。NOという答えでもいいのです。NOと決断してください。今はやらないと決断できたのであれば、いつかやると決断出来る日が来ます。

もしやると決断出来たのであれば私たちが全力でお手伝いさせていただきます。

今日は家づくりを止めてしまう 3 つの”魔もの”
に注意ということでご紹介させていただきましたが、
もしかしたら勉強や仕事、目標に対する取
り組み方など同じことが言えるかも知れません。

普段私自身もいろいろな決断・判断に向き合っています。失敗することもあります、失敗は成功のもと…のはずだと信じてます。やるという決断も やらないという決断も成功への一歩です。

何も行動をしなかったことで後で
後悔してる人はたくさんいます。

もちろん住宅ローンが始まったりすることで心配になることはあります。でも家族みんなでクリスマスパーティーを開いたり、お正月の家族の団らんや毎日のお子さん達とのコミュニケーション、かけがえのない日常が待っています。家族全員でいっしょに過ごせる時期というの期限があります。

私たちにお手伝いできることがあれば遠慮なくご連絡ください。
みなさまにお会いできることを楽しみにしております。

株式会社スズモク
代表取締役 鈴木 尚美

簡易版

家づくり計画書

プレゼント

Step 1. WEBで簡単お申込み

Step 2. 内容に基づき、計画書を作成

Step 3. 郵送またはメールにてお届け

無料

強引な営業行為などは
一切ありません

ご希望に合わせた
間取り図面
プレゼント



簡易版家づくり
お金の計画書
プレゼント



ご希望の方には
土地情報も
プレゼント



※簡易版になりますので内容の相違についてはご了承ください。

お申込みはQRコードから →

またはアドレスを打ち込んでください ↓

<https://www.8341ie.com/s13/toiawase.php>



UA値0.3 HEAT20 G2仕様（6地域）家庭用エアコン1台で全館冷暖房

木目とグリーンカフェデザインの平家 @完成内覧会※完全予約制

【日時】 7/29日（土）30日（日） 10:00～16:00

雨天決行。【完全予約制】

【場所】 吉川地区（地図は裏面です）

今回の見学会は、ご予約なしでは参加することが出来ません。

ご予約（開催日前日）+ご来場で季節の美味しいものプレゼント！

予約TEL 0120-18-7388 ※開催日より前にご予約ください

【今回だけ見ることが出来る10個の見所】

- 01) 外観デザインは木目とグリーンのカフェ風デザインの平屋
- 02) 18畳LDK パイン無垢の床材+Pタイル
- 03) LDKのライトバー間接照明
- 04) UB～脱衣ランドリー～ファミリークローゼットの動線
- 05) 開放的な書斎兼用ゲストルーム
- 06) 大きな土間収納
- 07) キッチン的一面タイル
- 08) フラットオープンキッチン
- 09) ルンバのための特殊クローゼット
- 10) 27坪3LDK無駄のない充実プラン



ご招待状（記入してお持ちいただくとそのまま参加出来ます）

お名前（ひらがなもお願いします） ご来場人数 大人 人・こども 人

ご住所 〒

お電話番号

今までのスズモク見学会ご参加回数

はじめて 2回目 3回以上



▲ご予約（当日不可）+来場でプレゼント！

UA値0.3 HEAT20 G2仕様 (6地域) 家庭用エアコン1台で全館冷暖房

木目とグリーンカフェデザインの平家@完成内覧会

7/29日(土) 30日(日) ※完全予約制

AM10:00~PM4:00 ※雨天決行

吉川地区

【内覧会場】
ナビ入力は
「埼玉県吉川市上内川2311」
で近くまで来られます。

内覧会をご希望される方は、
ケガ防止、現場の汚れ防止
のため、必ず『くつした』をは
いてきてください。裸足の場
合見学ができません。



ご予約のご希望の方は

0120-18-7388

までご連絡ください。当日お会いできることを楽しみにお待ちしております。



家づくりは
これから!!

スズモクの 無料個別相談会

個別相談ではきちんと時間をとってお話をお伺いし
その方にあった適切なご提案をさせていただきます。

1. 『もうこれ以上何もかからない資金計画』 & FP (ファイナンシャルプラン)

建物とか土地とか部分的なことではなく、住むまでにかかる費用すべてを把握してもらいます。(TVや冷蔵庫、もしものものも含めて) これがあれば費用の見落としがなくなり、建築途中で「予算が足りない!払えないかも…」なんてことにはなりません。

ファイナンシャルプランでは、家計簿の収支は実際どれくらいになる?車の買い替えは?子供の教育費は大丈夫?といったライフイベントの全てを含めて、お金の心配のモヤモヤを解消する提案を行っています。

2. 住宅ローンの攻略

金利が1%あがると700万円損をするって知っていますか?4800種類以上ある住宅ローン、その中でどれを選べばいいのか?あなたにとって最適な住宅ローンはどの金融機関のどの住宅ローンなのか?金利、保証料、選ぶ基準とは?どの住宅会社で建ててもこれは知っておいてください。

3. 『究極の土地探し方法』知りたくないですか?

人任せ、運任せでは「気に入った土地」を見つけることはむずかしいです。いい不動産屋さんの見つけ方、より多く・よりいい土地情報の集め方とは?不動産屋さんによるこんでコストダウンしてもらう方法とは?この内容を知ることにより、他の人よりもお得に土地を手に入れることができます。

4. 『理想の間取り図面と外観図』プレゼントします

あなたの住みたい家は実現できるのか?法律は?構造上問題ない?絶対にこだわりたいことは本当に必要なのか?何気なく考えていたプランのメリット、デメリットとは?メーカーショールームで設備の仕様をアドバイザーから丁寧に説明してもらうこともできます。

土日だにご予約が3週間先になることもありますので、
ご希望の方はお早めにお申し込みください!

TEL 0120-18-7388



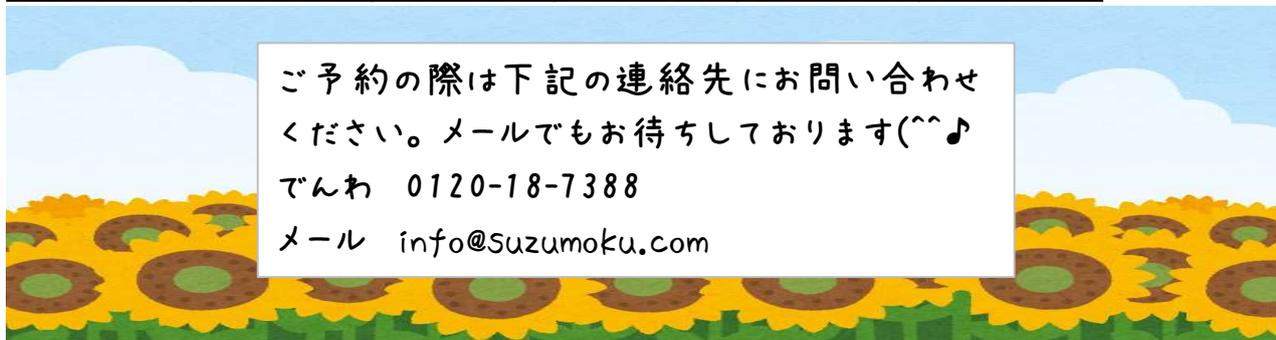


2023 年 文月 イベントカレンダー
7 月

予約制

日	月	火	水	木	金	土
7/2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安	7 赤口	8 先勝
9 友引	10 先負	11 三りんぼう 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝	15 友引
16 先負	17  仏滅	18 赤口	19 先勝	20 友引	21 先負	22 仏滅
23 三りんぼう 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先負	28 仏滅	注目! 29 吉川市 完成見学会 大安
注目! 30 吉川市 完成見学会 赤口	31 先勝	8/1 友引	8/2 先負	8/3 仏滅	8/4 三りんぼう 大安	

ご予約の際は下記の連絡先にお問い合わせ
ください。メールでもお待ちしております(^^♪
でんわ 0120-18-7388
メール info@suzumoku.com



もっとみなさんに
スズモクメンバーを
知ってほしい////

今月のスズモク

そんなコーナー

\(^o^)/



代表 鈴木尚美

映画「ゴッドファーザー」
のマイケル・コルレオー
ネです。
人生の生き方、運命の
受け入れ方、悲しさも
あるけど大好きです。

名探偵コナンの「灰原哀」
ちゃんです!!
あのツンデレな感じがたまら
ないのとこれまでの生い立
ちの悲しさ...
もはや私が幸せにしてあげ
たいっ!!と思うくらい大好
きです!!!



お客様&コーディネーター

遠藤 奈津美

資格:気密測定技能者
住宅省エネルギー施工技術者
三級ファイナンシャル
プランニング技能士
劣化対策アドバイザー

今月のテーマは好きなキャラクターは？



設計 小俣倫子

資格:2級建築士
気密測定技能者
劣化対策アドバイザー

千と千尋の神隠しの
「カオナシ」が大好きで
す。あの何とも言えない
存在感が好きです。
化け物みたいになった大
きなカオナシも可愛いで
す(^^♪

クレヨンしんちゃんが好
きです!!
特にぶりぶりざえもんが
好きです。
あの薄情なのに人減臭
いところが好きです。
あと最近はお殴られうさ
ぎも好きです。
あの表情と話し方...
不気味で可愛いです
(^^♪



事務 北島紋美

資格:劣化対策アドバイザー



お客様担当 森戸明日香

資格:気密測定技能者
住宅ローンアドバイザー
三級ファイナンシャルプランニング技能士
劣化対策アドバイザー

ポケモンのカイオーが好
きです!
シャチがモチーフのポケ
モンなんですよ!
大きくてカッコいい(^^♪

私の好きなキャラクターは
おはんちゅうさぎです!
優しく、健気にいつも頑
張っているのになかなか報
れなくて不憫で残念だけ
そこが可愛くて応援した
くなっちゃう愛らしいキャ
ラクターです。



お客様担当 高田 祐菜



お客様担当 藤田 莉乙

私は好きなキャラクターが
基本的に多いです(笑)
一番歴が長いのはアリエ
ルです。私の理想の女の
子像だからです!!
最近はおーさんが可愛く
癒されています。モチモチ
してほわほわのイラストが
あるとハマっちゃいます(^^♪



こんにちは。最近、キャンプをモチーフにしたアニメを見てキャンプをしてみたいという願望に駆られている遠藤です。今は手ぶらでもキャンプを楽しめる素敵な時代になったので、ハンモックに揺られながらキャンプ飯を楽しみたいですわ



今回は、潮来のあやめ祭りに行ってきました。
小さいころから祖母が「潮来花嫁さん」の歌を歌っているのを聞いていたので、実際はどんな所なんだろう?いつか行って実物をみたい!
と思っていた念願がようやく叶いました(^ ^)

歌の歌詞に
「潮来花嫁さんは 船でゆく キッチラ キッチラ キッチラコ」
と出てくるので、私も花嫁さんの気持ちを体感するべく手漕ぎ船も体験してみました。
ゆっくりと時間が進んでいくような感覚がとても心地よく
時間が過ぎていくのがあつという間でした。



日光アレルギーでなければ、
あと3周は乗りたかったです(泣)

また、「あやめ」もとても綺麗でピンクや青、紫といった色
とりどりのあやめが咲き乱れており
「いずれあやめかかきつばた」と、
ことわざで言われるのも納得なくらい
とても綺麗で見とれてしまうような美しさでした。

ここでは「藤」も綺麗に咲くとの事で来年は「藤」も見たい
ですね!



お店のInstagram



～見学会のお昼のおすすめ～

野田市にあるKOUJI SANDWITCH(コウジサンドイッチ)です。
ここではホールいっぱいのサラダとみっちり具材が入った
サンドウィッチを食べる事ができます♪
個人的には生クリームがさっぱりとして食べやすいのでデザート系が
おススメです♪

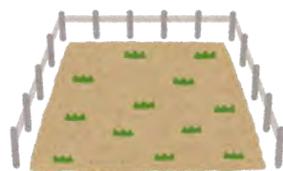
～地鎮祭について～

建築工事や土木工事が始まる前に神主を招き、
その土地の神様に対して工事の安全を祈願する儀式です。

地鎮祭を行うかどうかは、施主が判断する立場にあります。費用を抑えて略式で行うこ
ともでき、やり方によって必要な準備と費用が変わります。



スズモクの場合で地鎮祭をお願いする場合
神主さんがお供えものやテントなど
すべて準備していただけるので、とても身軽に地鎮祭を行うことができます。



土地と家づくりは遠藤まで
TEL:0120-18-7388
メール:endo@suzumoku.com



MOON DIARY



皆さんこんにちは！スズモクの藤田です(^.^)
2023年が早くも半年が過ぎて7月になりましたね
6月は寒かったり暑かったり毎日寒暖差で振り回されていましたが
これからはどんどん暑くなる一方だと思うので
暑さに負けないようしっかり体調管理していきたいと思います!!



☆☆6月の思い出☆☆



6月は毎日天気のコロコロ変わっていたので、
朝の服装選びが大変だったり、気候の変化で調子が
あまり良くなかったり…せっかく整えた髪の毛も
玄関をでれば雨で台無し(´-ω-´)
じめじめで少しどんよりしてしまう梅雨の季節。
ですが！そんな憂鬱さえ忘れてしまう私の楽しみが
この季節になると続々とやってきます!✦



それは大好きなチョコミントの季節です!! 5月後半になってくるとチョコミントの新商品の情報が
どんどん出てきて見つけるたびにいつもソワソワしています(笑) 今年もこの季節の幕開けとして、
ココスのチョコミントフェアで全種類制覇してきました!(^^)/(去年も制覇済み) もはや新商品は
私が全て食べておかなければいけない…という謎の使命感に駆られています(;・д・´)
去年は夏休みに1人で宇都宮のカフェまで真夏の昼時に駅から徒歩30分くらいかけて行って
期間限定のチョコミントのシェイクとパンケーキを食べに行きました(笑)



東京方面にはまだまだたくさん制覇できずに
いるチョコミントがたくさんあるのですが…
なかなか巡りきれずにいます(笑)
今年の夏はいっぱい巡りたいと思います!!
韓国にもチョコミントのお菓子やスイーツなど
たくさんあるので、早く旅行に行って
爆買したいと日々思っています。(。-v-)



☆☆お知らせ☆☆

今月もスズモクのYouTubeチャンネルに
ルームツアーの動画をアップしました♪
ありがたいことに見学会やお打ち合わせで
お会いした方々に「YouTubeみましたよ～」
「ルームツアーみたよ～」と声をかけて
いただけてとても嬉しく思います(^.^)
動画の完成度はまだまだですが…
これからもっと説明を加えて
より分かりやすく誰でも見やすい
動画にできるように工夫していきます!!
今月の動画のリンクを貼っておきますので
是非よかったら見てみてくださいね!

株式会社スズモク
YouTubeチャンネル
↓ルームツアー最新動画↓



F a b !



皆様こんにちは。スズモクの高田です♪
だんだん夏に近づき暑い日が多くなってきましたね*
私は花火大会やスイカを食べたり夏のキラキラした雰囲気大好きなので
早く夏が来ないかとワクワクしています☆

【今月の出来事】

私は食べるのが好きなのですが今月で一番美味しかったものを紹介します(#^#)
これは会社のメンバーと食べに行ったごはん屋さんなのですが店内もお洒落で可愛くてハンバーガーがとにかく絶品でした；；
今まで食べてきたハンバーガーの中でも上位3位に入る美味しさだったので機会があればもう一度食べに行けたらいいなと思います！



6月は雨が多く家でダラダラYouTubeやドラマや映画を見て過ごすことが多かったのですが一日中ゆっくりするのも癒しの時間になりました！
そして今月は自己投資して美容意識を高めるという目標がありました…
食生活の改善は何とか頑張っています!!笑 (ハンバーガーは食べてしまいましたが(;))
ストレスにならないように一週間に一回は程よく好きなものを食べてます！
いつもは水をこまめに飲んだりお腹が空いたらお酢を炭酸で割ったものやお芋チップスなどなるべくカロリーの低いものを食べることを心掛けています！
食事だけではなくストレッチなども始めないとな…と思っています^_^;
そして最近髪毛のケアも気を使い始めました。私は癖毛で梅雨の時期はどうしてもふわふわしてしまうのでオイルやヘアミルクやくしを変えたり試行錯誤してます(笑)
私はTikTok女性の〈休日vlog〉を見るのが好きなのですが、美容をしっかり気にかけている綺麗な女性ばかりでいつか私もそんな風になれたらいいなと思います(๑˘з˘๑)

スズモクのYouTubeでルームツアーの動画をアップしています！それぞれのお家の特徴をまとめています。
ありがたいことにお客様に動画を見たというお声がけをいただいています^^
撮影も編集もまだまだ成長段階ではありますが温かく見守っていただければ幸いです；；
そしてお客様のお家づくりの参考になればと思います！
ぜひチェックしてみてください。

YouTube
QRコード

