

# 元気が出る家づくり

発行日 令和5年9月

## 今月のハイライト

- ・13年前の約束
- ・建築中は現場を見に行った方がいい？
- ・職場復帰のタイミングと準備
- ・おすすめHP&アプリ「スイミンネット」
- ・時間栄養学で体調を整える
- ・ようこそ、僕らの家へ



## 13年前の約束

こんにちは。スズモクの鈴木です。まだまだ暑い日が続きますね。また新しい台風も発生してるみたいで、この時期は特に心配です。計画していた富士山登山も台風直撃の日程になり、ツアー中止になってしまいました。前日まで、もしかしたら行けるかもと思ったりもしましたが、富士山のライブカメラを見てみると、ほぼ灰色。どう考えても無理です（苦笑）。コロナ解禁で予約も日程調整もむずかしいので今年も断念します。また来年チャレンジします。

先日 13 年前に住宅を建てていただいた OB 様と焼き肉に行ってきました。当時はじめて長期優良住宅の認定制度が始まり、四苦八苦しながら構造計算や図面を何度

もやり直した住宅です。完成を楽しみにしていただいて、「完成したらみんなで焼き肉に行きましょう。招待しますから！」と。完成してから会うことがあったり、電話で話すことがあったり、メールだったりそのたびに「あの日の約束楽しみしてます」と言い続け、ついにその夢が叶い、おいしい焼き肉をいただいてきました。この 13 年に起こったことなど、たくさんのお話を聞き、何よりお互いに元気でいれたことが何より良かったです。とても楽しい時間でした。ありがとうございました。

50代に入り、今やらなければ出来なくなってしまうことや、今会わなければ会えなくなってしまう人がいることなどを強く思うよう

になりました。私の父は 49 歳で亡くなっていますので、その年齢を超え、「健康」ということも強く意識しますし、後では出来ないと思いますので「今」出来ることは「今」全力でやろうと思います。やりきれないことも多くありますが全力感のある人生は、失敗も挫折も出会いやチャンスも多くなり、濃い人生になります。

ということで、今は休みもほぼなくひたすらパッシブハウス認定用の図面と資料作成を行っています。その他の業務とあわせると、スーパーハードだなあと思いますながら試練を楽しもうと思います。富士山にも行きたかった。

鈴木



## 家づくりワンポイント

### 〈建築中は現場を見に行ったほうがいい?〉



工事現場を見学すると構造材を組み上げた状態を見ることができ、耐震性や耐久性の確認にもなります。

特に次の点に注意しながら見学するといいでしょう。

- \*基礎の仕上がり
- \*基礎の換気口の配置  
(標準的な間隔かどうか)

- \*アンカーボルトによる基礎と土台の緊結具合や位置
- \*土台と柱、筋交いの緊結
- \*土台や柱など木の種類

このほか、工事現場の整頓具合や職人さんたちの仕事の様子も大事な点です。見学の際は、現場の様子に詳しい第三者に立会いを頼むのもいいでしょう。



## 子育てQ&A ~職場復帰のタイミングと準備~



そろそろ職場復帰を考えていますが、何から準備したらいいか不安が募ってきてしまいました。どうしたらよいでしょう？



子どもの預け先をどこにするか決めることから始めてみてはいかがでしょうか？例えば保育園が決まったなら入園日がいつになるのか、慣らし保育は何日あるのかを確認します。入園から職場復帰日まで余裕が持てると親も子ども負担が少なく済みます。入園が決まったタイミングで、勤務先に報告を入れて復帰の意思を伝え、会社の都合を聞いておくともよいでしょう。

また、具体的な復帰日を決めるには、社会保険料が発生するタイミングも考慮する必要があります。会社の総務など担当部署にも相談してみましょう。各自治体にもルールがあり、保育園の入園から復職証明書を提出するまでの期限を設けているので、必ず確認

するようにします。

職場復帰に向けて不安でいっぱいになるのも無理はありません。その場合、やるべきこと、やっておくといいこと、やりたいことなど思いつくままに書き出してみましょ。その上で自分のペースでできること、他との関わりが必要なことの二種類に分けて考えていくと、取り組みやすくなるのでおすすめです。

まずは職場復帰を決意した自分を褒めてあげてください。大変な覚悟が必要なことですし、誰もができることでも、当たり前なことでもないはず。自分を大切にすると同時に、自分を支えてくれる人、大事にしたい人への感謝や丁寧な接し方も忘れないようにしてください。





## 今月のお薦めホームページ&アプリ

### ●スイミンネット

今回ご紹介するスイミンネットは、すこやかな眠りのための情報を田辺三菱製薬株式会社と吉富薬品株式会社が提供するWEBサイトです。

まずは「“眠り”のしくみ」のページを開いてみましょう。眠りの基本メカニズムと眠りについての不思議について解説しています。基本的な知識を得たら、さらに「STEP-1 睡眠や不眠について知る」→「STEP-2 睡眠セルフチェック」→「STEP-3 質の高い睡眠のために」と

<https://www.suimin.net>

読み進んでみてはいかがでしょうか？自分の睡眠に不安があり「病気なのか？」「不眠症？」「原因があるのか？」など悩んでいる場合、このサイトから正しい知識・情報を得ることでスッキリするかもしれません。他にも、睡眠に関する資料をダウンロードできる「スイミン資料集」、「睡眠用語辞典」、医師や専門家による眠りに関するコラムが読めるようになっています。読んでいる内に気持ちが楽になって寝てしまうかもしれませんね。



## アイデアノート ～時間栄養学で体調を整える～

**2017年のノーベル医学生理学賞以降、認知度が上がってきた体内時計という言葉があります。栄養学との関係では、食べる時間帯こそが大事という時間栄養学にも注目が集まっています。**

### ●体内時計・時間栄養学とは？

多くの生物は地球の自転周期に合わせて約 24 時間周期のリズムを刻んでいます。細胞レベルに存在する時計遺伝子がコントロールしていて、これを体内時計と呼んでいます。しかし、その周期はおよそ24.5時間と、地球の自転周期である24時間より長いので、このずれを毎日リセットする必要があります。

例えば、朝食をとると消化酵素やホルモンが分泌され、腸の蠕動(ぜんどう)運動が始まるなど、体内時計が

リセットをする良い機会となっています。この体内時計を栄養学の観点から研究するのが時間栄養学と言われるものなのです。つまり、何を食べるかだけでなく、「いつ食べるか」という身体のリズムや吸収・代謝の時間帯を意識して行動することが重視されているのです。

### ●体内時計を整えるために…

私達の体には、昼間適度に動き、夜間には余分なエネルギーを貯蔵し、且つ休む機能が備わっています。しかし体内時計が乱れると、いわゆる時差ぼけのような状態になってしまいます。リズムが狂い、内臓の動きを阻止するために体調不良になる可能性が高まります。まずは、朝起きたら太陽光を浴び、朝食をしっかりと食べ、体内時計をリセットさせること



を意識しましょう。また、リセット効果を十分に発揮させるために、前日最後の食事(夕食)から翌日最初の食事(朝食)は10時間以上空けることをおすすめします。起床から2時間以内に朝食を摂取することも大切なポイントです。

ずれをリセットする必要がある



「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



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

「アートから自然まで、様々な魅力を持つ街」  
～アイスランド/レイキャビク～

アイスランド島南西部のレイキャネース半島の根元に位置し、フィクサ湾に面する港湾都市であり、アイスランドの首都でもあるレイキャビク。この名は「煙たなびく湾」という意味で、最初の上陸者が近郊の温泉から上る湯煙を炎の煙と間違えて名付けたと言われています。



ハットルグリムス教会

レイキャビクのメインストリートであるイガヴェーグルは、最も古い通りの一つでもあり、最古のレストランや、歴史的建物が今も多



美しいレイキャビクの街並み

く残り賑わっています。レイキャビクのランドマークと言えるのがハットルグリムス教会。デザインはアイスランドの溶岩玄武岩の風景になぞられていると言われ、デンマークのグルントヴィークス教会に通じる表現主義建築による教会堂です。丘の上に立つ高さ74.5mのアイスランドで最も高い建物の一つで、1986年に完成した比較的新しいものですが、建設に41年もの歳月を要した大変美しい教会です。

# 「そんな家はいらない！（怒）」

こんにちは。スズモク代表の鈴木です。

この言葉は自宅の建て替え計画の最中に嫁さんに言われた言葉です。

言っておきますが、私自身は建築の知識も、経験値も、正しい判断基準も、今後の生活のためにどんな家づくりをした方がいいのか、もちろん嫁さんのために、子供のためにすべてわかっているつもりでした。



**でも自分の嫁さんを納得させることは、出来ませんでした。**

**ガ~~~~ン(T\_T)**

奥さんを納得させるためには、図面やプランではなく、実物を用意して実際に目で確認したり、体感を出来るようにしなければいけなかったのです。幸いにしてうちの奥さんは、見学会への出席回数も多かったので、AさんのLDKだったらどう？じゃBさんの家事動線は？Cさんの外壁とDさんの外壁どちらにする？体感的には・・・？

実際に見たことがある住宅のイメージで、やっと納得してくれる状態が出来ました。

プロである私の提案よりも **自分の目で確認したもの、体験したものでしか納得出来なかった**のです。

これから家づくりを考えている、あなたのご家族はいかがでしょうか？

仲良く不安もなく順調に家づくりをすすめられているのでしょうか？

もし、『**自分の目で実物を確認した方が間違いない**』と思えるので

あれば、ぜひ現場内覧会に参加して欲しいのです。

## 現場内覧会に参加してほしい理由は **3** つあります。

### 1. 家づくりで家族が仲良くなる方法を見つけること

ひたすら図面を見ている、プラン集を見続けても、この間取りがいい！という答えをだすことは、とてもむずかしいのです。現場見学会というのは、みなさんと同じように、実際に自分たちが住むために真剣に考えてつくっている家を見るということですので、展示場のように見せるためだけにつくられていません。**多くの現場内覧会に参加すること**は、「知識」がつくのはもちろんですが、**直感力で「これがいい！」という判断が出来るようになります。**

私の家族もそうですが、見た実物を確認しながら答えをだせるという素晴らしいメリットがあるのです。図面や雑誌、インターネットだけではプロの私でも家族を納得させることは無理なのです……。

### 2. 家づくりのウソを見抜くチカラをつけること

お客様がいろんな勉強をしたからといっても、所詮は素人です。プロほどの知識も経験も手に入ることはありません。そうであれば、「現場内覧会に勉強に行く必要なんてないじゃないか？」という意見も聞こえてきそうですが……。

**現場内覧会でわかること、それはウソや自分の都合でしか話をしない人を見抜く力がつくということです。**現場内覧会の会場では、運営として営業担当者でなく、その社内で働いている人間が多く参加しています。たまに職人さんも参加しています。その会社の本当の姿を確認することが出来るのです。

### 3. 家づくりの正しい進め方を知ること

家づくりにおいて「お金」は重要です。単なる建物の購入金額だけでなく、他の費用も多くかかることがあります。ローンの借り方一つで支払金額も大きく変わります。また、住宅ローン+光熱費その他が「支出」になりますので、全てのトータルで考えないといい家はつくれませんし、コストも効率悪く多くかかってしまいます。

**スズモクの見学会では家づくりをはじめる前に何を知らなくてはいけないのかを明らかにします。**

私達は、お客様に納得して家づくりに取り組んでもらい、家づくりが終わってからこそ毎日が充実してしあわせで、地震や災害、健康や環境からも家族を守れる住宅を用意したいと思っています。

## まとめると現場内覧会は

1. 家づくりで家族が仲良くなる方法を見つけること
2. 家づくりのウソを見抜くチカラをつけること
3. 家づくりの正しい進め方を知ること

の3つの理由がありますので、

[家づくりの決定前に、ぜひスズモクの内覧会にご参加ください！](#)



スズモクの見学会は「日経ホームビルダー」2013年6月号で取材されています。

最終的にどの工務店で、ハウスメーカーで、設計事務所で、選ぶのはあなたです。  
でもその前に、絶対に家族が仲良くなり安心できる家づくりの準備をしてほしいのです。

スズモクでは「**家づくりに悩む人のサポートをしよう！**」ということが目的で現場内覧会やイベントを開催しています。実際に来た人が「とても面白かったよ」とか「役に立った」、「モヤモヤがすっきりしました」なんて声を聞くのがとてもうれしく感じています。

**家づくりを決定する前に必ず、スズモクの内覧会にご参加ください！**

スズモクのメンバー一同、当日お会いできることを楽しみにしております。

「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

代表取締役 **鈴木尚美**

UA値0.36 HEAT20 G1仕様（5地域）家庭用エアコン1台で全館冷暖房

# シンプルモダンと木目Neuアクセントの家 @完成内覧会※完全予約制

【日時】 9/9日（土） 10日（日） 10:00～16:00

雨天決行。【完全予約制】

【場所】 つくば地区（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) 外観デザインはシンプルモダンと木目Neuアクセントの家
- 02) 梁だし+吹き抜けの広く感じる17畳LDK
- 03) LDKの作業ステーション
- 04) UB～脱衣ランドリー～ファミリークローゼットの動線
- 05) オープン階段+アイアン手すり
- 06) 玄関からの洗面トイレへの上手な動線配置
- 07) W個別書斎
- 08) 歩ける吹き抜けで速乾ランドリー
- 09) 1階の充実度のお手本です
- 10) 収納充実しています



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0.36 HEAT20 G1仕様 (5地域) 家庭用エアコン1台で全館冷暖房

# シンプルモダンと木目Neuアセントの家@完成内覧会

9/9日(土) 10日(日) ※完全予約制

AM10:00～PM4:00 ※雨天決行

【内覧会場】  
ナビ入力は  
「つくば市下河原崎632番地1」  
で近くまで来られます。

つくば地区

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。

ナビでは表示されませんので  
下記QRから確認ください



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。

セブンイレブン  
つくば下河原崎店様

UA値0.3 HEAT20 G2仕様（5地域）家庭用エアコン1台で全館冷暖房

# 北面オープンのナチュラルデザインの家 @完成内覧会※完全予約制

【日時】 9/23日（土） 24日（日） 10:00～16:00

雨天決行。【完全予約制】

【場所】 古河地区（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) 外観デザインはナチュラルカラーのシンプルモダン
- 02) 梁だし+吹き抜けの約24畳のLDK+和室一体空間
- 03) 広い土間収納
- 04) 北向きのオープンLDK大きな窓を配置
- 05) TVボード床下エアコン+おしゃれなエコカラット
- 06) 南に採光窓が取れない場合の参考になる設計
- 07) 個別書斎+ファミリー収納
- 08) 歩ける吹き抜けで速乾ランドリー
- 09) 1畳より少しだけ広いトイレはゆとりが
- 10) 扉で分けが出来る子供部屋



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 (5地域) 家庭用エアコン1台で全館冷暖房

# 北面オーブンのナチュラルデザインの家@完成内覧会

9/23日(土) 24日(日) ※完全予約制

AM10:00~PM4:00 ※雨天決行

【内覧会場】  
ナビ入力は  
「古河市本町2-11-29」で近く  
まで来られます。

古河地区

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?不動産屋さんによろ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  
9月

長月 イベントカレンダー

予約制

日	月	火	水	木	金	土
8/27 赤口	28 先勝	29 友引	30 先負	31 仏滅	1 大安	2 赤口
3 先勝	4 友引	5 先負	6 仏滅	7 大安	8 赤口	<b>注目!</b> 9 つくば市 完成見学会 先勝
<b>注目!</b> 10 つくば市 完成見学会 友引	11 先負	12 仏滅	13 大安	14 赤口	15 友引	16 先負
17 仏滅	18 敬老の日 大安	19 赤口	20 先勝	21 友引	22 先負	<b>注目!</b> 23 古河市 完成見学会 秋分の日 仏滅
<b>注目!</b> 24 古河市 完成見学会 大安	25 赤口	9/26 先勝	9/27 友引	9/28 先負	9/29 仏滅	9/30 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

台風で富士山が中止に。。  
パッシブハウスのスペシャルセミナーで軽井沢まで行ってきました。  
涼しかった。シーズンなので渋滞。



設計 小俣倫子

資格:2級建築士  
気密測定技能者  
省化対策アドバイザー

4年ぶり!!ぐらいに開催された境町の「ふるさと祭り」に。  
子供たちは友達と出かけたので旦那と二人久々のデート気分で楽しんできました。



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  
省化対策アドバイザー

大洗水族館に行ってきました。ふわふわのクラゲも日向ぼっこしてるペンギンも可愛かったです。イルカの人懐っこさにやられましたね。  
水槽の前で見るとたまにあいさつしてくれるんですよ~♪



お客様担当 藤田 莉乙

最近是小山方面やつくば方面など近場で送ることが多いです!!  
外は暑くて耐えられないので涼しくて快適な映画館にほぼ毎週行って休日を過ごしています。

今月のテーマは最近のおでかけは?です!!!

小山市にある夜パフェ専門店「カフェ REVERS」に行きました。  
夜食べるパフェは罪悪感もありますが幸福度が最高に高まりました(^~^)



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  
省化対策アドバイザー

最近のおでかけは、コロナ禍も落ち着いてきてずっと中止だったお祭りやクレヨンしんちゃんに会えるイベント、娘のダンスのイベントや初めて行った坂東市の市民プール!!外で過ごすことが多いので日焼け対策しても焼けてしまう...(泣)



専務 北島紋美

資格:省化対策アドバイザー

私の最近のおでかけはお台場で開催されているちいわ縁日に行きました!!  
ヨーヨー釣りやくじ引き、ご飯屋さんなど色々見どころがあってすごく可愛かったです。



お客様担当 高田 祐菜



こんにちは。今年のお盆休みは家を出ようとした途端にゲリラ豪雨になってしまい玄関ドアを開ける事すらままならない期間が続いていましたが

何とか、合間をみて「成田山」に行ってきました！  
ウナギはお値段が高すぎて手が出なかったの、..  
きゅうりの1本漬けを食べました(笑)  
これが塩味がちょうどよくてとても美味しく、できる事なら10本くらい食べたくってしまうので、行かれた際にはオススメです♪



またお盆前には「金曜ロードショー展」に行ってきました♪

ジブリが好きなら、繰り返しみていて魔女の宅急便はセリフを暗唱できる私ですが

なんと、この展示会ではキキになりきれのフォトコーナーがあり、ポーズもキキを意識して撮ったのですが何といても小物やパンのクオリティーが高すぎて、映画の中にいるかのような体験をすることができました。

また、「魔女の宅急便」以外にも「崖の上のポニョ」「もののけ姫」「千と千尋の神隠し」のポスターのように撮れるフォトコーナーもあり皆さんの好きなジブリ作品で撮る事ができるので、キャラクターっぽい服装で行かれるとテンションが上がること間違いなしです!(私はサンのような恰好をしました)



また、個人的な見どころとしては、金曜ロードショーの軌跡をたどるコーナーにある、ジブリの公開年に合わせた、その時に起こったブームや、流行品、曲などの実物の展示です。

見ていると、「たまごっち」や「任天堂DS」「初代プレステ」など青春時代を共に過ごした物があり大人が見ても、懐かしい!!と大盛り上がりしてしまう事間違いなし!

ジブリ好きの方もそうでない方も楽しめる展示会になっています♪次はジブリ美術館に行く予定なので、ぜひ次号もお楽しみください♪

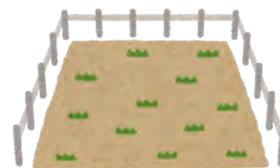
質問：お隣さんとの家の境界の塀ってどうすればいいの？

A. 自分たちの敷地内で自分たちだけでやってしまうか、

お隣さんと金額を折半して、出し合ってお互いの敷地の境界の間でやる方が多いです。



土地の境界様々なトラブルも多くあるので注意が必要です!!



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



# Fab!



皆さんこんにちは。スズモクの高田です★

早いものでもう9月になりますね。。。洋服屋さんでニットが売り出されているのを見て夏の終わりを感  
じて寂しくなりました;;ですが、秋はお洒落しやすく、紅葉が綺麗に映える時期なので温泉旅行など  
行って景色を楽しみたいなと思っています！

今月はお盆休みがありました皆さんはどこかお出かけになりましたか？私は台風ときいてインドアを  
極めてしまいました(;)ドラマや漫画三昧でしたがスイカをたくさん食べれたので結構満足でした(笑)

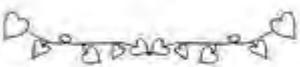
### 【今月の出来事】

今月はジャニーズJrの東京ドーム公演に行ってきました！私はHiHi Jetsの高橋優斗くん推し  
なのですが登場から真正面にきてパフォーマンスしてくれてとてもかっこよかったです♡

ライブに使ううちわやパネル、ネイルなど全部前日に準備したので夜中の3時まで作業してから  
向かったのですごく寝不足でしたがその睡眠欲にも負けないくらい夏らしい盛り上がりを感じて  
キラキラしたひと時を過ごせました(\*^\*)v

そして先日お台場のちいかわ縁日に行ってきました♡  
いところ行ったのですが朝早くから並んで  
約4時間並びました。。。小さい子からご年配の方まで  
来ていてちいかわの人気を再確認しました！  
縁日ではちいかわのヨーヨー釣りやくじ引きちいかわ  
モチーフの屋台などあって言葉にならない可愛さ  
でした(n\*´ω`\*n)

屋台では肉まんを食べたのですがすごく美味しかったです！  
ちいかわの武器のさすまたのバルーンが売っていて私も  
買ったのですが、小学生のいところがさすまたをもって  
ちいかわの真似をしていたのが可愛すぎて  
その日のダントツMVPでした(/ω\)



スズモクの公式YouTubeでルームツアーの動画を  
アップしています☆

9月は2回完成見学会があり両方とものお家を撮影  
させていただきます！

それぞれのお家の特徴などをまとめているので  
ぜひよかったらチェックしてみてくださいね^^



# MOON DIARY



皆さんこんにちは！スズモクの藤田です(^\_^)  
今年はお祭りや花火大会もたくさん開催され  
久しぶりに夏らしい夏を過ごすことができ、  
気づけばもう9月になっていました(笑)  
皆さんも今年には夏らしい思い出が出来ましたか？  
まだまだ暑い日が続きますが、暑さに負けないよう  
今月も頑張っていきましょう(^\_^)/



## ☆☆今月の思い出☆☆



8月はお盆休みもあり、たっぷり夏を満喫することが出来ました！



お祭りに行って屋台でかき氷を食べたり、お家の庭で手持ち花火をしたり、びしょ濡れになるまで水遊びしたりクーラーがガンガンの涼しい部屋でチョコミントアイスを食べるのも私の夏の風習です(笑)  
夏は暑さで食欲がなくなってしまう人が多いですが…私の食欲は1年中尽きることを知らないのです(\*^\_^\*)  
今月もたくさん美味しいものを食べました！

↑上の写真は江戸屋の定食です！全部美味しいのですが特にしそひじき五穀ご飯が大好きでいつもご飯だけ先に食べてしまい、おかずだけになってしまいます(笑) 右の写真はカフェ・ド・クリエの →ソルベージュプレミアムチョコミントと珈琲ゼリーチョコミントです！ソルベージュは10周年を祝って例年より10倍の爽快感になっていてミント感が強くめちゃうちゃ美味しかったです(\*´艸`)♡  
そろそろチョコミントの季節が終わりますが、それと同時にお芋の季節にもなるので楽しみです…！！



## ☆☆お知らせ☆☆

9月は古河市とつくば市の2回完成内覧会があります！  
どちらのお家もルームツアーを撮影させていただくので  
よかったらYouTubeでぜひ見てみてくださいね(^\_^♪