

元気が出る家づくり

発行日 令和6年3月

今月のハイライト

- ・震災地視察
- ・リビング階段のメリット・デメリット
- ・子ども部屋はいつから？どんな部屋？
- ・おすすめHP&アプリ「YAMAPヤママップ」
- ・「Me Time(ミータイム)」を作ろう！
- ・ようこそ、僕らの家へ



震災地視察

こんにちは。スズモクの鈴木です。先日、地元工務店の方に案内してもらい被災地に視察に行ってきました。大規模に火災になったところ、建物が崩れてしまった市街地周辺を見てきました。ひどい状況で言葉がうまく言えません。「お見舞いと復旧、復興をお祈り申し上げます。」という言葉は軽すぎてしまう気がします。崩れた家に関しては2分以内に1階や2階、またはすべてがそうってしまったということで、避難する時間も無かったのかと思われる。崩れた箇所を見ると、シロアリの被害や金物不足、無理そうな構造など想定外でなく、想定できる内容でした。その中で新しい建物や、古くても交番などはしっかりしていましたが、今であれば耐震等級3の認定は必須かと思えます。火災地域に関してはほぼ一体が焼け野原。消火活動が出来なければ、木造はもちろんのこと、鉄骨

でも人間の存在できる場所はその場にはないことがわかりました。ただ運もあります。1本の道路挟んだ新築2棟が外壁を焦がしたくらいできれいに残っていました。

また、地震保険の基本料率というものが、都道府県別に設定されています。今までの震災や活断層の位置などで茨城県はトップクラスに高く設定されています。ちなみに令和4年10月の設定では、石川県の地震保険が一番安くあまり被害を考えられていない地域でした。

私は「現状のまま何もしない未来」を見てきたと考えています。いつどこで震度7以上の地震があってもおかしくないのです。1000年に1度と言われる規模の地震が1995年の阪神淡路大震災から7回記録されています。約

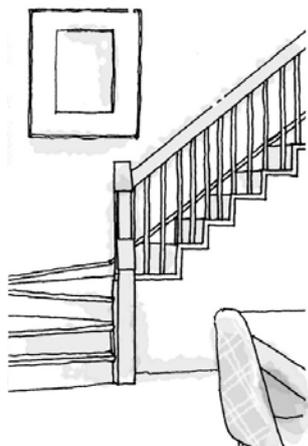
30年で7回の発生です。自宅は耐震等級3で新築しましたが、他の古い建物もしっかり何らかの対策をしないといけないかと思いました。今すぐ出来ないとしても、数年以内での計画は立てようと思います。計画を立てないことにはやれるのか、やれないのか検討出来ませんからね。

そういえば、スズモクのモデルハウスの施工が着々と進んでいます。現在基礎工事中。先日の雪で間に合わないかも？となりましたが、天気の合間をすり抜けなんとか進んでいます。上棟は3月19日。パッシブハウス認定物件になります。毎週見に来ていただくと、かなり施工に詳しくなりますよ。ご希望あれば毎週かよってください。

鈴木



家づくりワンポイント <リビング階段のメリット・デメリット>



2階への階段をリビングに取り付けたデザインを「リビング階段」といいます。メリットは、廊下を作らないのでリビングを広くできる、1階の暖房で2階まで暖まるなどがあげられます。ただ、1階の暖房で2階までを暖めるにはそれなりに暖房費がかかります。これがデメリットでしょう。

子ども部屋が2階なら、自室に行くときは必ずリビングを通ることになります。家族のコミュニケーションが取りやすいのはメリットですが、子どもが友達を連れてきたらプライベート空間を公開することになります。ご家族でライフスタイルの希望を話し合って検討されることをおすすめします。



子育てQ&A ~子ども部屋はいつから?どんな部屋?~



子ども部屋はいつから必要でしょうか?

また、どんな部屋にしたらいいかアドバイスがあったら教えてください。



一般的には小学校低学年くらいからと言われていますが、住宅の事情やライフスタイルなどによって違ってきます。転居などのタイミングや、特にいつと決めず子どもからの要望があった時に話し合って決めていくというのも一つの方法と言えるでしょう。

子どもの立場からすると、ひとりで過ごせる空間ができるというのが一番大きなメリット。部屋を掃除する、片付けるなど子どもの管理能力を育むチャンスでもありますが、逆に片付けがうまくいかず、部屋が散らかるといったデメリットもあります。親としては子どもが部屋で何をしているのかわからないので、不安な面も出てきます。子ども部屋を与える時

にはこうしたメリット・デメリットを踏まえつつ、掃除や片付け、生活習慣のルール作りなど話し合っておくとよいでしょう。

部屋で何をするかにもよりますが、四畳半くらいが平均の広さのようです。机とベッド(又は布団)を置くのが一般的ですが、重要なのは収納量。プラスチックの引き出しケースなどは、子どもの成長に応じて手の届く高さに段を増やして調節できるのでおすすめです。子どもが自分で片付け、管理しやすいものにしてあげましょう。インテリアのデザインは、子どもの好みが出てくるまではあまりはっきりと決めつけず、子どもの興味に応じて揃えていってあげるとよいのではないのでしょうか?





今月のお薦めホームページ&アプリ

●YAMAPヤマップ

YAMAP は、株式会社ヤマップが運営する登山向けアプリ・コミュニティサイトです。2019年7月から提供が始められたサービスで、地図を事前に保存することで、電波の届かない山中でも地図を表示できて、スマートフォンのGPS機能により現在地がわかるようになっています。ヤマップ代表春山氏の頭にこのアプリの構想が浮かんだのは、大分県の九重連山を登っていた時。スマートフォンの地図アプリに自分の現在位置を示す印

<https://yamap.com>

が圏外であるのにも関わらず表示され移動していたことに気づいた時だそうです。約2年後に最初のバージョンがリリースされ、多くの登山者に利用されて広まり、2022年には累計ダウンロード数が300万を突破しました。

登山開始からの経過時間、歩行距離などを確認でき、記録された軌跡は、撮影した写真やメモと共に活動日記として保存され、他のユーザーに向けて公開することもできます。



アイデアノート ～「Me Time(ミータイム)」を作ろう!～

忙しいだけの毎日はいや!もっと豊かに暮らしたい!

こんな悩みを解決してくれるのが池田千恵さん(株式会社朝6時代表・早起きトレーナー)が提唱する「Me Time」という考え方。彼女のメソッド、取り入れてみませんか?

●「Me Time」とは?

「Me Time」は自分だけの、自分のための時間という意味。海外では自分ひとりだけの時間を強調して表す口語として「My time」とは区別して使われ始めているそうです。

楽しいこと、嬉しいこと、気持ち良いことをして過ごす、つまり自分で自分の機嫌を取る時間です。忙しい日々の中、そんな贅沢な時間は取れない!という人が多いかもしれません。どうしたら「Me Time」を確保できるのでしょうか?



●「Me Time」を確保するには?

自分を優先するのだと心に決めましょう。「Me Time」を確保するために睡眠時間を削ったり、通常の2倍の速さで作業を処理する努力をするなどしてはいけません。

まずは「Me Time」を確保。そして残った時間を周囲のために使うのです。常に自分を一番に置くことを習慣づけることで自分が本当にしたいことが見えてきます。一番作りやすい時間帯は朝だと言います。朝は自分さえ早く起きれば邪魔されない時間が取れるからです。自分の24時間を見直して取りやすい時間を探してみましょう。

●「やりたい」と「やらなくちゃ」を区別

さて、私は具体的に何がしたいのか?思い浮かばない人も多いかもし



れません。そんな時は「やりたいこと」を書き出してみましょ。次にその理由を書き添えてみます。理由がどちらかというポジティブなら「やりたいこと」、ネガティブなら「やらなくてはならないこと」だということわかります。理由までさかのぼることで、自分の本音が見えてきて、本当は何がしたいのかがわかってくるようになるでしょう。

「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



3月21日 ランドセルの日

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

「歴史を感じる街並」

～ブルガリア共和国/ソフィア～

ブルガリア共和国の首都であるソフィアは、ヴィトシャ山のふもとに位置し、ブルガリアの政治・経済・文化・教育の中心地です。ヨーロッパ最古の都市の一つで、その歴史は7千年以上に及びとされます。その証拠に多くの歴史的な建造物が街のあちこちに見られます。例えば



美しいソフィアの街並み

ローマ時代後期の紀元4世紀に建てられた聖ゲオルグ聖堂は赤いレンガで作られ、ドーム中央にある中世のフレスコ画は12～14世紀のものと言われてい



大きな存在感を誇るアレクサンドル・ネフスキー大聖堂

ます。黄金色のドームを持ったアレクサンドル・ネフスキー大聖堂は20世紀初期に建てられたもので、高さ45m、鐘楼は高さ50.52mにも上るバルカン半島で最大の正教会の聖堂です。他にもイヴァン・ヴァソフ国立劇場、ロシア帝国の皇帝アレクサンドル2世の像など見応えのあるものがありますが、一方でソフィア最大の商業的な通りであるヴィトシャ通りには、ロレックスなどの高級品からH&Mなど気楽に入れるお店が並び、ショッピングを楽しむ人々にぎわっています。

私が太鼓判を押します！



家を建てるのが冬暖かく夏は涼しい家がいいと思い、
 建築会社を探していたところ、スズモクさんのことをYoutubeで見かけ、
 ホームページを見れば、家の性能とプランが紹介されているので、信頼
 できそうだなと思い、相談しようと思いました。
 相談を始めてみると、断熱・気密はもちろん、床下エアコンなど
 様々な面で性能が違っていたことが分かりました。また、土地探し
 から河取り、和昭社様まで、親身に相談に乗っていただきました。
 インスタで見つけたお水出しをやりくりと相談してとても、実現できるよう
 丁寧に対応していただきました。

1/2

ご住所

つくば市

お名前

石川

様

子育て世代にやさしい家プロジェクト
株式会社スズモク

私が太鼓判を押します！



工事が始まりました。吉岡棟梁をはじめ、とても丁寧な施工
 していただきました。現場で細かな改善の相談もできました。性能も
 Ua値0.38、C値0.3と想像以上に良く大満足です。
 住み始めて約3ヶ月が過ぎ、外は真夏の寒さですが、家
 の中はエアコン1台で2階までしっかりと暖かく感じています。
 夏もどよめく快適な暮らしに感じています。入居後にちねとした
 トラブルがあれは際も、迅速に対応していただきました。
 社長をはじめ、スズモクさんのみなさんのおかげで、理想通りの家を建てる
 ことができました。自信を持って、太鼓判を押させていただきます！

2/2

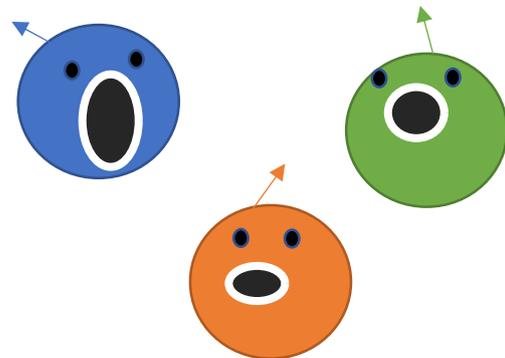


家づくり 3つの“魔もの”

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も期限があります。

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

UA値0.23 HEAT20 G3仕様（5地域）エアコンなしでも暖かい

外につながるデザインLDKの平屋

@完成内覧会※完全予約制

【日時】 3/23日（土）24日（日）開催 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+ご来場で
季節の美味しいものプレゼント！予約TEL 0120-18-7388

【今回だけ見ることが出来る10個の見所】

- 01) 外観デザインはブラウンにホワイトアクセントデザイン
- 02) 人気のキッチン横ダイニング、天井の高い梁だしリビング
- 03) 大きい土間収納
- 04) 床下エアコン+キッチンカウンタータイプ
- 05) LDK+和室で29畳の大きさ
- 06) ファミリークロゼット
- 07) コの字型形状プラン
- 08) W1600洗面台
- 09) テレワーク用書斎も完備
- 10) 太陽光16kw搭載



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+来場でプレゼント！

UA値0.23 HEAT20 G3仕様 (5地域) エアコンなしでも暖かい

外につながるデザインLDKの平屋@完成内覧会

3/23日 (土) 24日 (日) 開催※完全予約制

AM10:00~PM4:00 ※雨天決行

【内覧会場】

ナビ入力は

「つくば市今鹿島3158」
で近くまで来れます。

つくば地区



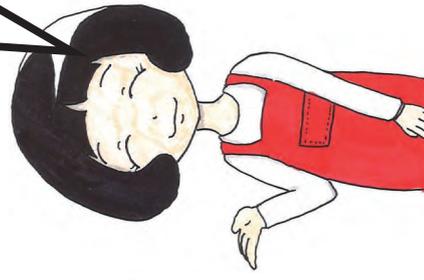
ご予約のご希望の方は

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

イベントページより

WEBご予約も可能です



地図QR→

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
合見学ができません。

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



2024年
3月

弥生 イベントカレンダー

予約制

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

野菜も先般的に好きですが「ナス」料理が好きなものが多い気がします。でも何でも食べるのが健康にいいはず!! 太ったりするけど...

好きな野菜は「もやし」です。焼肉食べ放題でももやしナムルばかり食べてしまう程です(^_^)



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野菜です!!!



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

好きな野菜は「ブロッコリー」です。基本マヨネーズが好きなのでつけて食べたり、ブロッコリーにのせてトスターで焼いたりします!!

好きな野菜は「キャベツ」です!!好きな野菜というか今ハマってる野菜ですね(^_^) 蒸し野菜にはまっているのでキャベツが甘くて最高に美味しいです♪



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

好きな野菜は「セロリ」です!! スライスして生ハムでくるんでオリーブオイルと塩をかけて食べる食べ方にハマっています(^_^) キムチにしても美味しいですよ!!

好きな野菜は「きゅうり」です!! みそきゅうりが大好きで夏は基本的にきゅうりを食べています!!



お客様担当 高田 祐菜



こんにちは。アレルギーには乳酸菌がいいと聞き乳酸菌生活を続けている遠藤です。
かれこれ、4か月程度続けているのですが、ここ最近はおしゃみもかなり減ってきているような気がします。

みなさんも乳酸菌パワーで花粉の時期を乗り越えましょう！

今回、名探偵コナン30周年展に行ってきたのでそのレポートをさせていただきます。



今回のコナン展はこれまでの作品の原画が飾られていたり
歴代の犯人が全員飾られていたり、コナンファンにはたまらないものでした。



個人的に一番印象深かったのは
毛利小五郎がこれまで打ち込まれた
麻酔針の本数!!

なんと驚きの88本!

展示作品の中にこれまで打ち込まれた
麻酔針タワーがあったのですが

実物の針の大きさでみると
意外に太く、こんなに刺されて良く無事で
いられるな...と小五郎の身が心配に
なりました(°_°)

変装マスク



また左の写真は怪盗キッドなどの変装マスク!

変装後にゴミ箱に捨てたというコンセプトで
ゴミ箱に入っていたのですが

あまりのリアルさにのぞき込んで
ビックリしてしまいました(笑)

コナンの中の住民達もこんなのが道に落ちて
いたり、ゴミ箱に捨てられていたら
ビックリですよ。

名探偵コナンの中のカップル



最後に名探偵コナンの中のカップルで作ったハートのオブジェ。

コナンの中には色々なカップルがいますが

今年の映画「100万ドルの五稜星(みちるべ)」はメインが平次と和葉ちゃんの話
なので、どんなラブラブ・ドキドキ展開が待っているか今年もすごく楽しみです!

もし、コナンの映画を見たいけど内容がついていけないか心配という方。

私が抑えておけば大丈夫なら選をお伝えしますので、遠慮なく聞いてくださいわ。

土地と家づくりは遠藤まで

TEL: 0120-18-7388

メール: endo@suzumoku.com



Fab!



こんにちは。スズモクの高田です！

段々と冬の寒さが和らいできて春を感じられるようになりましたね❁私は寒いのが大の苦手といつつ結局は寒さも冬の醍醐味として美化してしまう愉快な人間なので冬が終わってしまうのは少し寂しいです；；春になり新しい環境に飛び込む方などいると思いますが、皆様にとっても素敵なスタートが切れることを願っております (*^-^*)

【最近の出来事❁】

1月30日に山田涼介くんが写真集を発売したのですが、その記念に渋谷のタワレコでパネル展示がやっていたので行ってきました❁素敵な山田くんがたくさん飾られていてあまりにも幸せで両手を合わせてしまいました。非常によかったです。たくさん写真があったのですが、一つ一つにメッセージ書いてあって健気で愛しい山田くんでした(/ω\)♥



そして先日友達の誕生日をお祝いしに恵比寿のアフタヌーンティーに行ってきました！

ちょうどバレンタインの時期だったので私の大好きないちごのスイーツがたくさんありました♥

いつまでも食べれてしまうくらい絶品でした(>_<)

ポテトもあって、サワークリームとトリュフの二種類あり

どっちも食べたのですがほんとにどっちもおいしくて絶品なので皆様にもご紹介させていただきます(/o^^)

【MERCER BRUNCH】というお店です！

私が行ったのは恵比寿の店舗ですが他にも銀座や六本木にも店舗があります！

記念日など特別な日に行くと喜ばれること間違いなしなのですごくおすすめです(♥・`艸`♥・)

YouTube
QRコード



スズモクの公式YouTubeに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。見学会にきてまた見返したい方や、スズモクがどのような家をつくっているのか気になる方などいろいろな方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ね(❁^-^❁)

