

予告 完成内覧会のお知らせ

開催日時 5月17日～5月25日
開催場所 福井市西谷

*期間中土日を除く平日は、ご連絡いただければご案内させていただきます。

詳しくは、福井新聞広告や弊社案内等で、改めてお知らせいたします。

では 皆様のご来場をお待ちしております。

お問い合わせは
伍代工務店まで・・・
☎ 0120-124-255



入社しました！

営業担当の
江戸 正昭 と申します。



4月1日より伍代工務店の
営業担当として入社致しました。
約20年の営業経験を生かし、
皆様のお役に立ちたいと思いますので
お伺いした時にはどうぞお気軽にご相談下さい。

趣味は、男の料理！だから？？
間取りで気になるのは 家事動線！！



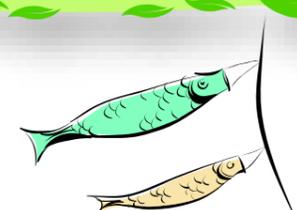
2014年5月

伍代幸夢店



いつもありがとうございます

KINOKAめーる



太陽のチカラ

新緑の緑がまぶしく輝く季節になりましたね。
木々たちは明るい太陽の光の下で、春を満喫しているように見えます。

毎日、太陽の光を浴びて生活していますか？木々たちと同じように、私たち人間の生活も、太陽に大きな影響を受けています。

例えば、一日は24時間ですが、人間の生体リズムは本来25時間弱で、一日の長さよりもちょっと長いのです。そのため、ダラダラと生活していると、実際の時間と生体リズムがずれてしまうことがあります。それをリセットしてくれるのが太陽なのです。朝起きて太陽の光を浴びると、「メラトニン」という眠気をうながすホルモンの分泌が止まり、かわりに「セロトニン」という、覚醒をうながすホルモンが分泌されます。これにより、体内時計がリセットされ、生体リズムを24時間に合わせる事ができるのです。またこのメラトニンは、昼の間はほとんど分泌されず、太陽の光を浴びてから14～15時間後に分泌されるようになります。なので、朝、太陽の光をたくさん浴びてすっきりと目を覚ます事で、夜自然に眠くなるような体が作られるのです。

毎日当たり前のように昇り、そして沈んでいく太陽は、私たちの住む地球のある「太陽系」でたった一つの恒星、自ら光を発する星です。地球が誕生した46億年前からずっと、太陽は地球を照らし続けています。太陽と地球との距離は約1億5千万キロメートル。普通の人にはピンときませんよね。でもこの距離のバランスと、太陽の持つチカラのおかげで、地球は現在のような水と大気に包まれた青い惑星となり、地球上に生命が誕生したのです。つまり地球は、太陽の恵みをたくさん受けている星なのです。人間もまた同じ。前述したセロトニンというホルモンには、心と体のバランスを整える働きもあります。セロトニンが足りなくなると、気持ちが不安定になったり、ひどい場合はうつ病になる事もあります。太陽の光のあたらない部屋ですずっと生活していると、人は病気になってしまいます。太陽の持つチカラ。遠い昔から今もずっと、私たちはそのチカラに守られて生きているのです。

さあ、明日からは、朝起きたらまずベランダに出て深呼吸。太陽の光を全身に浴びれば、心も体も快適な一日が始まりますよ。

ホッとタイム

今年の、桜はお天気の崩れが少なく 例年より長くお花を楽しめましたね～なんて言っている間にももう五月になりました。新人さん達は初めての環境にちよっぴり慣れた頃かしら？そんなあなたに面白心理テストを・・・

☆会社の飲み会の日。長テーブルを全員が囲むことになりました。あなたはどの席を選ぶ？

- A 長テーブルの短い辺の席
- B 長テーブルの長い辺の席
- C はじっこが目立たない席
- D 上司の隣の席

答え（仕事に対する気質がわかる）

- A 周りをよく見渡せる場所なのでリーダータイプ
- B 全員と顔を合わせる席なのでコミュニケーション重視型の人
- C 引っ込み思案で受動的な人が多い
- D 権威に弱い人

観察してみると面白そうですね！(^^)！

100円SHOPZ
おもてなし 100

レースのコースターでおもてなし

可愛いレースのコースターで、初夏のおもてなしを楽しんでみましょう。

●コーヒーカップの下に敷く

コーヒーカップとソーサーの間にレースのコースターを1枚はさんでみましょう。可愛い飾りになります。コーヒーがこぼれても安心です。

●ナプキンをくるんで

くるくる巻いたナプキンをレースのコースターでくるんでラフィアや麻ひもで結んでみましょう。オシャレなおもてなしになります。結び目にお花を一輪挿しても素敵ですね。



●キャンドルホルダーに

ガラスのコップの外側に両面テープでコースターを貼ります。キャンドルを入れて火を灯すとレースの間から炎が見えて素敵です。

会社名 株式会社 伍代工務店
住所 鯖江市下野田町25-7-2
連絡先 0778-62-1258 (代)
ホームページ http://www.kinokanoie.co.jp
Facebook www.facebook.com/godai.koumnten
yumehouse 夢ハウスパートナー



『木の香の家』は伍代のこだわり！
新築・リフォーム・増改築・古民家の再生など
適材適所を考え 皆様にご提案しています。
※配信の停止を希望される方は、お手数ですが弊社までご連絡下さい。

今月も読んでくれてありがとう。来月も一生懸命作ります。お楽しみに！



2014 May

旬 かぼちゃ そらまめ 竹の子
グリーンアスパラガス 春かつお

誕生石

エメラルド 石の色... 安定、満足感
精神と身体を癒し健康へ導く。

今月の豆知識

5月2日は、ハナハ夜です。

日本茶(緑茶)の
おまかせ



ストレス解消
血圧調整
美肌・アンチエイジング
疲労回復
風邪予防
口臭・歯の健康
抗菌
二日酔い防止

今回はあやっ ♪ 『みんな-♡ごはんにするよっ』

ホワイトチョコのパンナコッタ

材料(4人分)

- ゼリーの型 4コ用意
- プレーンヨーグルト 200g
- ホワイト板チョコ 80g
- 牛乳 1/2 カップ
- 生クリーム 1/4 カップ
- 砂糖 大さじ1
- 粉ゼラチン 5g
- 市販のブルーベリーソース 適量



作り方 スイーツ好き♡

- ① 粉ゼラチンをふやかしておく。
- ② 板チョコを刻んで小鍋に入れて牛乳、砂糖を加えて弱火にかけ、溶かす。
- ③ ②に①を入れ、よく混ぜる。
- ④ ボウルにヨーグルトを入れ、泡立て器で混ぜ、なめらかにしたら、③と生クリームを入れ、よく混ぜる。
- ⑤ ④をボウルごと氷水で冷やしながらか、時々混ぜて、とろみがつくまで冷やす。
- ⑥ 型に⑤を流し、冷蔵庫で30分以上冷やす。



出来上がりにソースをかけてるしおがね

Kid's

公園で遊ぼう



風が気持ちいい季節です。家族で公園にでかけてみましょう。

◆外遊びの重要性

この頃はテレビを見たり、ゲームをしたり、家の中で遊ぶ子供が増えているようです。時代は変わっても、子育ての中の重要なポイントは変わりません。季節の風にあたりながら思いっきり外で遊びましょう。子供は飛んだりねたり、筋肉を使うことによって、体が成長します。その中で暑い、寒い、なども感じとり、自然に季節感などが身につきます。

◆人間関係を学ぶ

公園にはいろんな年齢の子供達がいいます。遊具を譲り合ったり、おもちゃを貸し借りしたり、大きなお兄さん、お姉さんに助けってもらったり、子供達は生きて行く上での社会の第1歩である人間関係を、公園での遊びを通して学んでいきます。家の中の一人遊びでは学べない事ですね。

◆自然に触れ合う事が大切

公園で遊んでいて蝶々を見ついたり、めずらしい花を見つけたり、土を這っている昆虫を見つけたり、身近な自然に触れ合う事によって五感が身につきます。情緒豊かな感性を身につけて育つと気持ちの落ち着いた、よく気が付く大人になります。まだ歩けない赤ちゃんでも公園に連れて行って子供達の遊ぶ声を聞かされると、とたんに目が輝きます。子供同士のやりとりを本能で感じるのでしょうね。太陽の光を浴びて元気いっぱい、公園で遊んでみましょう。

誕生日の占い

1月 生まれ

井戸端会議のようなお喋りは薄っぺらな印象を与えてしまいそう。TPOにあわせたり、口数を減らしてみても。

2月 生まれ

すぐに返事しないと断るキッカケを無くす羽目に…。なんでも面倒なことほど後回しにしないことが大事。

3月 生まれ

多少のトラブルは対処の仕方次第で吉事に変化させることが可能。諦めなければ努力に見合った収穫あり。

4月 生まれ

言葉にトゲがあったり、笑う回数が減ったと感じたら心の乾きのサイン。異性と一緒に過ごす時間を作って吉。

5月 生まれ

悲劇のヒロインのように話を美化しているかも。すべてを信じたり鵜呑みにしない方がよさそう。よく見極めて。

6月 生まれ

社交辞令や表面的な会話になりがち。有意義な時間にするため、一歩踏み込んだ質問で情報収集しましょう。

7月 生まれ

何事も完璧にやろうとしなくてOK。自分を追い込まないで。片付けられないときには一旦放置して大丈夫。

8月 生まれ

雰囲気や圧倒されて、注意力散漫になったり思考停止してしまうなど影響を受けやすい模様。休息がポイント。

9月 生まれ

誤解や無用な対立を避けるため、自分の言動を相手の立場から見たり、第三者的な視点で見るとも大切。

10月 生まれ

プランを実行にうつして吉。表現力に優れるときなので積極的な発言を…。高い集中力が発揮できそう。

11月 生まれ

いつの間にか相手に主導権を与えがち。おだてに乗ってしまうと余計な仕事も増えそう。口車に注意。

12月 生まれ

不安や迷いを感じたときは、猛進しないで立ち止まる勇気が必要。軌道修正し直すことが成功への近道。

すてきおうち計画

～アイデア玄関収納～

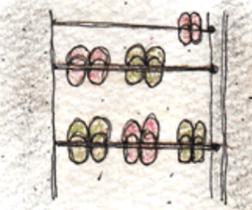
見せる収納



靴を余すめに収納。

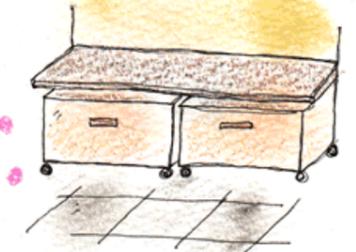
奥行きも取らない、靴も探しやすい。

ただキレイな靴じゃないと見せると悪くなるかも...

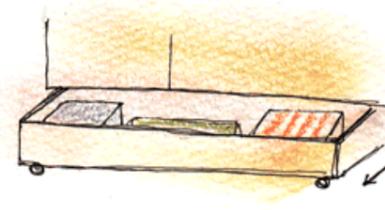


こちら壁面利用のスリッパラック、アイアン製だととってもオシャレ!

スペース利用収納



備え付けのベンチを利用したアイデア収納。



同以下高木箱下に収納Box。キャスター付で出し入れが楽々♡

玄関はお家の「顔」と言うべき重要な場所です。とはいえ、靴や雨具などの外出に必要な物を収納する場所でもありますよね。美しくそして収納力があるのが、理想の玄関ではないでしょうか？ シューズボックス以外にもこんな収納例があ