

## 「ざぜ豆」

熊本に伝わる大豆料理、ざぜ豆。柔らかく煮たものと違い、ポリッとした歯ごたえが特長。もっとこの歯ごたえが欲しい、という方は水につける時間で調節してくださいね。

### 【作り方】

1. 大豆はさっと洗い、一晚(6~7時間)分量の水につけておく。このとき、豆全体が水にひたるようにする。(大豆が多いようであれば水を足してもOK)
2. 一晚経ったら、そのまま鍋に入れ強火~中火で熱す。ゆでながらアクをとり、大豆が水の表面に出てきたら水を足す(分量外)。少し歯ごたえを感じるくらいの固さ(30分~1時間)になるまでゆでる。
3. ちょうどいい固さになったら砂糖を入れる。
4. 15分くらい煮詰め、全体の水分が少なくなってからしょうゆを入れて、少し熱して完成。

### 【材料/4人分】

大豆.....300~400g(2カップ強)  
 砂糖.....150~200g  
※大豆の半分を目安に。  
 しょうゆ.....大さじ2~3  
 水.....6カップ強~7カップ

※砂糖は黒砂糖を使ってもひと味違っておいしい! 甘めが好きな方は多めにします。



おすすめの書籍やDVD、CDなどを紹介します!



### 『からだに優しい野菜の便利帳』

板木利隆(監修) 1365円  
高橋書店

掲載してあるのは、身近な野菜、穀物、きのこ、山菜、果物、香草などを100種以上。世界の品種、おいしいレシピや保存法、旬や栄養分まで何でもわかります。料理はもちろん、パラパラめくるだけでも面白く読めますよ。身体にいい食べ合わせについて書かれた続刊「もっと からだに優しい野菜の便利帳」(1470円)もおすすです。

お客様のご満足が私達の喜びです

## 株式会社キタノ住研

〒860-0826 熊本県熊本市平田2-20-41

- TEL 096-312-3303
- FAX 096-355-0318
- E-mail kitano-teruyuki@nifty.com
- HP <http://www.kitano-jyuken.co.jp>

一級建築士事務所 熊本県知事 2837  
 建設業許可 熊本県知事(般-18)15168  
 宅地建物取引業 熊本県知事(2)4313

キタノ住研

ウェブ検索



## ホームドクターキタノのひとりごと。

こんにちは。いかがお過ごしですか。北野です。

いよいよ私が一番好きな季節になりました。4月は、年度も変わり気分も新しくなります。我が家も今年は節目の年で、次女が大学4年生になり、いよいよ就職活動開始です。超水河期とのことですから、決まるまではやきもきしそうです。三女は、高校3年生で、大学受験まで9ヶ月。どこにいくのやら、県内か県外なのか、こちらも気になるところです。いずれにしろ動きが多い年になりそうです。

話題は変わりますが、最近、特に多くなっている工事があります。それはシロアリ被害の駆除・復旧工事。床下だけの被害もありますが、ひどい状況だと小屋裏まで登っているケースもあります。特に小屋裏まで被害にあっているケースでは、柱から梁材まで取替の工事が必要な場合もありますので、相当な費用がかかります。

シロアリは木材の内部を通って上がっていきます。ですから目視ではなかなか発見しにくいのが厄介な点。できれば、5年に1回は、点検・予防工事をされることをおすすめいたします。もちろん家は全体的な点検・修繕をすれば長持ちします。ぜひお気軽に住まいの点検についてご相談ください。



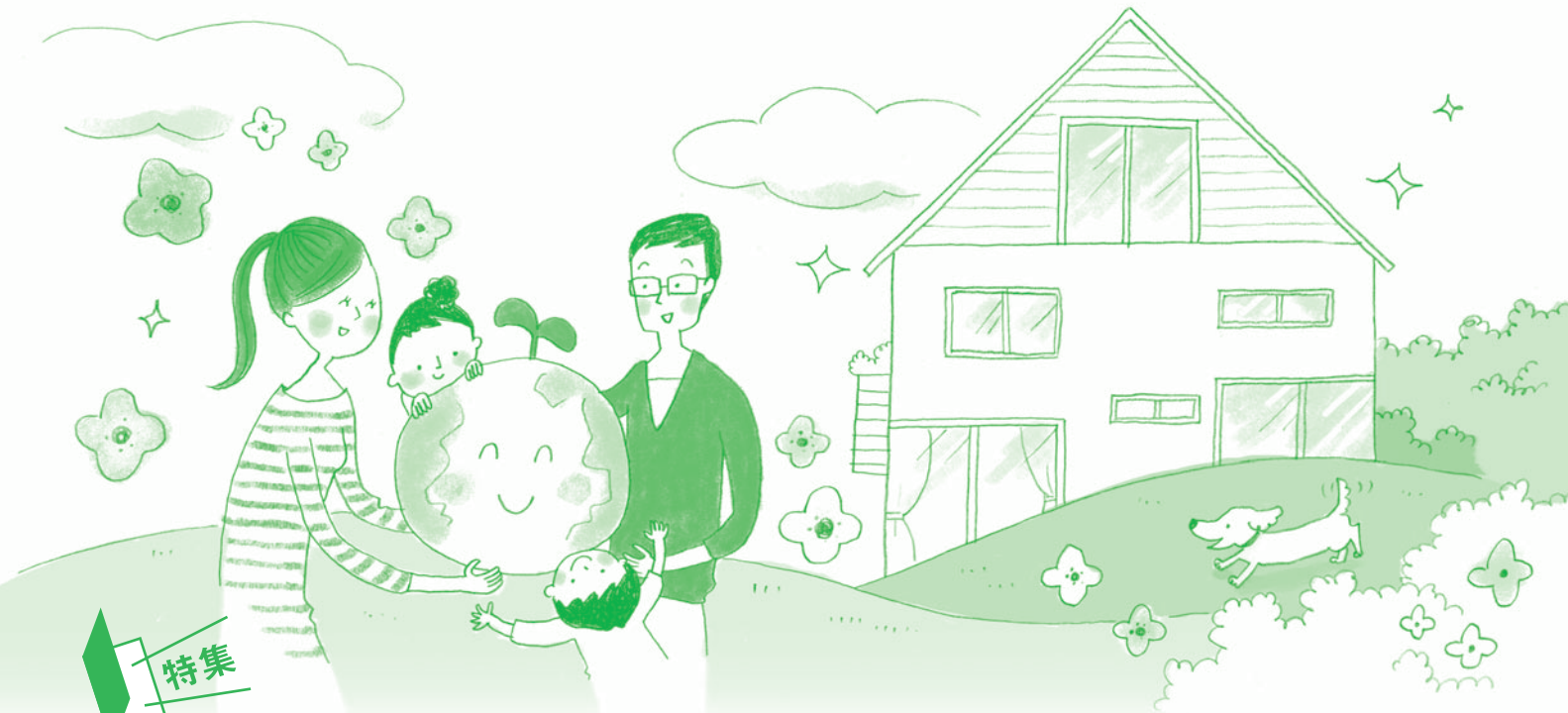
みなさまの住まいに、暮らしやすさをご提案



# ピタゴラス

ホームドクターキタノの

4月号 2010.April



特集

## いよいよスタートしました! 住宅エコポイント

いよいよ先月よりスタートした住宅エコポイント。この制度を利用すれば、おサイフにも地球にもやさしいリフォーム&新築ができますよ! ぜひ内容をチェックください。

## 今月のくまもと旬のレシピ 「ざぜ豆」



KITANO  
JYUKEN

# いよいよスタートしました! 住宅エコポイント

地球にやさしい暮らしができるうえに、おトクなポイントがつくという「住宅エコポイント」をご存じですか？  
今リフォームや新築をお考えの方はぜひぜひご活用ください。

【参考】住宅エコポイント事務局ホームページ <http://jutaku.eco-points.jp/>



## そもそも、住宅エコポイントって何？

地球温暖化対策と、経済の活性化を目的として、「エコ住宅」をもっともっと建ててもらおう！という取り組み。  
エコ住宅の新築と、エコリフォームの場合に、一定のポイントが国が発行します。

## ポイントがもらえる方法 その1 『エコ住宅の新築』って？

『エコ住宅』と認定されるのは2種類の住宅の新築工事。



### 1 省エネ法のトップランナー基準相当の住宅

これは、外壁や窓の断熱、給湯・暖冷房の設備が省エネ法のトップランナー基準の住宅。  
具体的数値としては、従来のエネルギー消費量と比較し、だいたい10%の削減とされています。

### 2 省エネ基準（平成11年度基準）を満たす木造住宅

平成11年の省エネ基準を満たす「木造」住宅。  
(1)と比較すると省エネの基準は少しゆるやかになります。

ドクターキタノからのアドバイス



もちろん、ただ建ててエコポイントがもらえるわけではありません。  
第三者機関の証明が必要な場合もありますから、新築をお考えの際はぜひご相談ください。

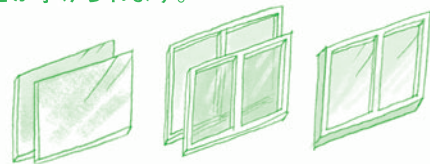
## ポイントがもらえる方法 その2 『エコリフォーム』って？

『エコリフォーム』と認定されるのは、以下の3種類のリフォームです。  
持ち家・借家、一戸建て、共同住宅に関わらずすべての住宅が対象となるのが特徴。  
ただし、すでに国からの補助を受けている場合はポイントの発行対象外となります。

※要件を満たせば、ポイント発行される場合でも税制特例や融資の優遇を受けることができます。

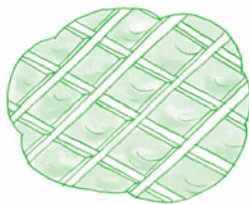
### 1 窓の断熱改修

住宅エコポイント事務局に登録された建材を使って、断熱効果のある窓にリフォームすることです。  
ガラスの交換・内窓の設置・外窓の交換などが挙げられます。



### 2 外壁・屋根・天井または床の断熱改修

住宅エコポイント事務局に登録された建材を使い、外壁や屋根・天井、床の断熱効果をアップさせる工事。一戸建て・共同住宅によって断熱材の最低使用量が細かく決められています。



### 3 バリアフリー改修

(1) もしくは (2) の改修工事と一体的に行う『手すりの設置』『段差解消』『廊下幅等の拡張』といったバリアフリーのリフォームです。

ドクターキタノからのアドバイス

(3) のバリアフリー改修は、あくまで(1) もしくは (2) と一体的に行う場合のみ対象となります。  
また、日曜大工といった、工事施工者との契約がない工事は対象となりません。ご注意ください。

## 発行されるポイントはどのくらい？

エコ住宅の場合  
一戸あたり、一律  
**300,000**ポイント

エコリフォームの場合  
一戸あたり  
**300,000**ポイント  
を上限とします。

※改修する場所や範囲によってポイントが異なります。

ドクターキタノからのアドバイス

リフォームの場合、場所や工事の広さによって異なります。  
この場合どうなるかな？ といった際はお気軽におたずねください。

## ポイントが発行できる工事の期間と申請期限は？

エコ住宅の場合  
●工事の期間  
平成21年12月8日～平成22年12月31日に建築着工し、平成22年1月28日以降に工事が完了したもの。

●申請期限  
○一戸建ての場合  
平成23年6月30日まで  
○共同住宅の場合  
階数が10以下…平成23年12月31日まで  
階数が11以上…平成24年12月31日まで



エコリフォームの場合

●工事の期間  
平成22年1月1日～平成22年12月31日に着手し、平成22年1月28日以降に工事が完了したもの。

●申請期限  
平成23年3月31日まで



ドクターキタノからのアドバイス

エコポイントの発行には期間の制限があります。近年中に…とお考えの方は、今年の新築&リフォームが狙い目ですよ。

## ポイントは何に使えるの？

取得したポイントは **商品交換** **環境寄付** **即時交換** が可能です。

### 商品交換

お気に入りの商品を選び、交換することができます。  
例えば省エネ製品や各都道府県の地域産物、商品券などです。

### 環境保全活動への寄付

さまざまな環境活動をしている169団体への寄付ができます。



### 即時交換

(追加で実施する工事費用への充当)  
エコ住宅もしくはエコリフォームに追加で実施する工事に、工事費用としてポイントを使うことができます。

1ポイント=1円換算

## ポイントを取得するまで



ドクターキタノからのアドバイス

住宅エコポイントの概要がおわかりいただけましたでしょうか。  
もっとココを知りたい、このリフォームは対象になる？ といったご相談は随時受け付けております。  
お気軽にご相談ください。また、キタノ住研では、面倒な申請の代行も行ってまいります！