



「ショウガの甘辛つくだ煮」

ショウガを使った、甘辛いつくだ煮。ごはんに乗せるのはもちろん、刻んで料理にも使えますよ。体の冷えが気になる方にもおすすめ。ショウガの辛みで体の中から温まりましょう。

【作り方】

1. ショウガは、繊維にそってタテ方向に薄くスライス。
2. 切ったショウガと砂糖の半量を鍋に入れて、弱火で30分ほど熱する。時々かき混ぜ、焦げつかないように注意する。
3. ショウガが透明に、やわらかくなったら残りの砂糖を入れ、同じくかき混ぜながら弱火で30分ほど熱する。
4. しょうゆを入れ、ひと煮立ちさせてからかき混ぜ、5~6時間程度置いておく。
5. 最後に汁気が無くなるまでかき混ぜて炊くと完成。

【材料】

ショウガ.....1kg
 ※新ショウガなら汚れを落とし、タワシで洗うとOK
 古いショウガなら皮をむきます。
 砂糖.....300g~500g
 ※砂糖はお好みで。
 しょうゆ.....50cc



おすすめの書籍やDVD、CDなどをご紹介します♪



「話のおもしろい人、ヘタな人」

立川 談四楼 (著) 1365円
 PHP 研究所

日常生活のなかでは、話のうまい人がよくしゃべる...とは限りません。話術の達人は少ない口数と絶妙の間がある。話芸のプロが「弟子にも教えなかった」コツをまとめた一冊。仕事はもちろん、プライベートでも大いに役立ち、かつ簡単に挑戦できる工夫が盛りだくさんです。

お客様の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 一級建築士事務所 熊本県知事 2837
- FAX 096-355-0318 建設業許可 熊本県知事(般-18)15168
- E-mail kitano-teruyuki@nifty.com 宅地建物取引業 熊本県知事(2)4313
- HP <http://www.kitano-jyuken.co.jp>

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。寒いお天気が続きますが、お元気にお過ごしでしょうか。年末から年始にかけて、仕事もプライベートも何かとあわただしく過ごしております。年末29日から東京に住む長女が帰省し、1月3日に帰京。三女は、1月15日・16日に大学センター入試試験を受け、受験まっただ中。いずれかの大学に合格すれば県外に出るのは決まっていますし、3月には引越しとなります。年が明けてから忙しい日々で、4月になれば少し落ち着くかなという感じです。



最近、仕事においてお問い合わせが多いのは、太陽光発電システムについて。補助金枠が不足しているほどの状況です。次いでエコポイント活用の断熱サッシ、窓、ガラスについてもよくご相談を受けています。また、以前と比べ安価で設置できる床暖房、すさま風をシャットアウトする断熱・気密性向上のリフォームのお問い合わせも多くなっています。

ちょっとした修繕やリフォームから本格的な改装・外構工事、住宅から店舗、病院等、守備範囲は広く、大抵のことにはお応えできる体制を整えております。住まいに関する「困ったな」があれば、まずはキタノまでご連絡ください。昨年と同様、今年もお気軽にご相談いただければ幸いです。

みなさまの住まいに、暮らしやすさをご提案



2月号 2011.FEBRUARY



自分でできるチェック&解決策
 家を長持ちさせる“定期診断”

家をもっともっと長持ちさせるためには、定期的な診断が欠かせません。今回の「住まいのビタミン」では、自分でできるチェック&簡単な解決策をご紹介します。

外回り編

今月のくまもと旬のレシピ
 「ショウガの甘辛つくだ煮」



「本もホカホカ」
 ショウガパローで元気!!



特集 自分でできるチェック&解決策 家を長持ちさせる“定期診断” 外回り編

住まいを長持ちさせる秘密は“定期診断”にあり！
そこで家のチェック法と簡単な解決策を3回にわたってご紹介します。
第1回目の今回は「外回り編」。
基礎部分や外壁などのチェック項目をまとめましたよ。

【参考文献】NPO法人 家づくり支援会 編集 「わが家の診断&対処法 [建てた後]に読む本」作品社 2006年



基礎部分のチェック!

基礎部分にヒビが入っている。

原因 コンクリートで作られた基礎は、水分が蒸発して固まる際に細かいヒビが入ることがあります。そのほか、強度不足や工事の不具合、地盤の影響なども原因に。また、表面に仕上げとして使用したモルタルのみがヒビ割れている可能性もあります。

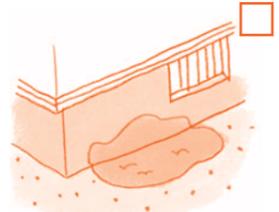
- 対処方法**
- ① [モルタル部分のみヒビが入っている場合]**
ヒビの部分を少し壊すと、ヒビの程度が分かります。モルタルであれば表面を補修すればOK。ホームセンターでも補修用のモルタルが手に入ります。
 - ② [基礎部分の表面のみの場合]**
基礎部分の表面にヒビが入っていたら床下などで基礎部分の内側もチェック。表面だけなのか、基礎全体の亀裂なのかを調べます。表面だけの場合構造上は問題はありません。ただし、そこから雨水が入るなどして基礎部分の鉄骨のサビを招くこともあるので、キタノへのご相談をおすすめします。
 - ③ [基礎部分全体のヒビの場合]**
基礎部分の表面・内側の同じ位置にヒビが入っている場合、構造上に問題があります。早めの施工が必要です。



基礎の一部だけいつも濡れている。

原因 地盤の水はけが悪いといった外的要因と、建物の内部で水漏れが起こるなどの設備的要因が考えられます。

対処方法 雨上がりに同じ場所が濡れている場合、土地そのもの・地下の雨水浸透枡・地上の雨どいに原因が。また、常時濡れているなら建物内部のトラブルが考えられます。その付近で水もれをしていないか調べましょう。臭いやメーターの動きなどで排水経路、給水経路かが確定できます。いずれにせよ確認後、キタノまでご連絡ください。



そのほか、基礎部分のチェック項目

- 部分的に白い粉がシミのように出てきた。**
少量であれば問題なし。ただし、ヒビから白い結晶が盛り上がってきたら鉄筋の影響かも。すぐにご相談を!
- 基礎の表面がはがれてきた。**
仕上げのモルタルだけなら構造上はOK。できれば補修を行きましょう。
基礎の亀裂や鉄骨部分のサビが見つかった場合は自分で補修せず、キタノまでご連絡を。



外回りのチェック!

家の周囲に異臭が…。

原因 どの場所で異臭がするのかわかる確認してください。動物のフンや、ゴミ置き場、隣家の間取り等が原因のこともありますし、自宅の問題かもしれません。常に同じ場所が、風向きによって変わるのか…など何度か様子を見ながら原因を探りましょう。

対処方法 自宅に原因がある場合、大きく分けて「浄化槽」と「通気管」の2つが考えられます。排水枡や浄化槽の蓋のずれや、浄化槽に空気を送り込む「ブロフ(イラスト参照)」の故障により臭いが感じられます。また、通気管に関しては、排水管の流れを安定させるために外気に開放して設置されるので、場所によっては臭いがします。位置の変更はお気軽にご相談ください。



そのほか、外回り部分のチェック項目

- 塀にヒビや傾きが。**
塀を自分で立てた場合、施工方法に問題があることも。また地盤沈下や土壌、もしくは年月による経年変化も考えられます。構造上の問題もあるので一度ご相談ください。

屋根のチェック!

コケが生えてきた。

原因 北側の屋根や、日の当たらない部分などで発生します。屋根材が古くなると表面の塗装がはがれ、雨水が浸透しやすくなりコケの生える土壌を作ってしまいます。

対処方法 簾、ブラシなどで水洗し、雑草があれば取り除きます。その際、屋根の下にあるものは移動したりシートで覆ったりするといいでしょ。隣接する家があれば前もって連絡を!



雨もりがしている。

原因 雨もりは、もれる水を止めても解決ではありません。できる限りの原因究明を心がけましょう。原因はさまざまで一概には言えません。雨水が当たる部分の損傷、防水処理のミス、配管ミスなどなど。原因が見つからないという場合はお気軽にご相談ください。大雨のときだけ、風の強い日に起こる…など、こまめにチェックし状況を記録していただくと原因が探りやすくなります。



対処方法 屋根材が原因の場合は、ずれを戻し、割れを補修するなどの対応を。そのほか、上階の窓・扉・換気口、壁、上階の浴室・トイレが原因なども考えられます。場合によって対処法は異なりますのでご相談ください。

そのほか、屋根部分のチェック項目

- 屋根が変色した、汚れが気になる。**
経年変化による劣化です。一部分のみの汚れや変色であれば、自分での掃除・補修・塗装もできますが全体であればご相談ください。
- 雨どいから水があふれる・雨どいが外れた。**
雨どいの中に泥などが溜まっていると水があふれたり、その重みで外れたりします。手の届く範囲であれば掃除を行い、水が流れるようにしましょう。難しければご相談をおすすめします。



注意 屋根の診断は大変危険を伴います。無理をせず慎重に行いましょう。屋根の上を歩行する際は裸足か、柔らかく滑りにくい靴を着用します。またスレートぶぎの場合、歩行によって傷むこともありますから、注意してください。

外壁のチェック!

外壁の色がぼやけてきた。

原因 直射日光が強く当たる場所やいつも雨がかかる場所では、塗装の劣化が早く色あせることがあります。防水性の塗料を使用している場合、色あせは防水効果が低下したことを示します。定期的なメンテナンスの目安となりますので、気付いたら早めに塗り直すことをおすすめします。

対処方法 塗り直すことが必要ですが、実は色によってもぼやけ方が変わります。鮮やかな青色やピンク色など強い色は、色あせが数年で出てくる可能性が高い色。もちろん、個人の好き嫌いはありますが、色あせしにくい色を選んで外壁を塗り直すことも必要でしょう。色についてはぜひご相談ください。

そのほか、外壁部分のチェック項目

- 触ると手が白くなる。**
吹きつけ塗装の仕上げの場合、経年変化によって起こります。これは塗装の寿命を示しているので早めに塗り直しましょう。
- 壁が緑色に変化した。**
コケやカビが変色した恐れがあります。一部分であればカビ取り剤を使用し、ブラシでこすることで改善されます。広範囲であれば、高圧洗浄や塗装が必要なのでご相談ください。塗装後は風通し、日当たりを見直し、再発を予防しましょう。



ドクターキタノからのひとこと

住まいは、人間の身体といっしょで、
早期発見、早期対応しておくこと
長生きにもつながりますから、ご
家族で定期的にチェックすること
をおすすめしています。その際の
メモ等があれば、私たちの対応も
かなりスムーズになります。また、
「どこを見ればいいのか分からない」
「自分で確かめると不安」という方
もぜひお気軽にご相談ください。
キタノ住研では住まいの診断も
行っていますから、ご連絡いただ
ければすぐにうかがいます!