快適で楽しい暮らしを提案する情報誌です

KaNeToMi通信 かねとみ冨

Vol. 83
新年号

新年あけましておめでとうございます。
旧年中は格別のご愛顧賜りまして誠にありがとうございました。コロナ禍の中、一企業の努力だけではカバーしきれない世界的な流れの中、物資等の流通の混乱などにより、あらゆる業種が非常に厳しい状況に直面しています。
新型コロナウィルスの終息を祈念しつつ、当社は社員一丸となり『お客様にお喜びいただけるサービス活動』を念頭に地道にひとつづつ目前のできる事から取り組んでまいる所存でございます。本年も変わらぬお引き立ての程よろしくお願い申し上げます。

家、建ててます

○様邸

新発田市緑町の新築住宅です。
この季節、暖か～い家に住みたくなるはず！外断熱のｱﾙﾐｽｸﾘｰﾝﾎﾞｰﾄﾞで家をスッポリ包み込みます。その後気密測定を行い、隙間の無い冷暖房がきちんとｺﾝﾄﾛｰﾙできる家が完成します！

○○様邸

村上市に建築中の新築住宅です。
今年のうちに地盤改良工事、基礎工事まで進み新年早々に上棟予定です。
作業場では棟梁が墨付け、刻み作業をすすめています。
この時期は毎年、雪が少ないことを願いながらの作業です！

eハウスビルダー
東北電力推奨電化住宅施工店

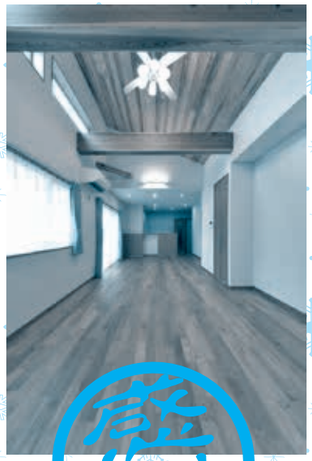
お客様の気持ちになって誠心誠意
一級建築士事務所　宅地建物取引業　福祉住環境コーディネーター
株式会社 渋谷工務店

〒958-0851　村上市羽黒町7番40号
TEL.0254-52-4760
FAX.0254-53-1410
E-mail：oasis@shibuyakoumuten.co.jp
http：//www.shibuyakoumuten.co.jp/

お客様のよろこびの声

お客様よりうれしい声をいただきました

感謝



感謝

契約前から完成後の今も親身になって応対して頂いており、渋谷工務店さんにお願いして良かったと感じています。私達の希望や要望を聞いて取り入れながら、時に打ち合わせも下さり、素敵なお住宅が完成しました。職人の方や建築に関わる他の会社の方々も丁寧に、親切に建築に当たって頂きました。また、契約後も変更や追加の要望に多く応えて頂きましたが、見積額から変動なく仕上げて下さった点も良かったです。全体の工程・工期がわからなかった点、途中で決める事が多々あり慌ただしくなった点は残念でした。早い段階で、工事日程や進め方、私達はいつまでに何から順に決めたらいいのかを示してもらい、下絵から、バランス良く打合せやショールーム見学が出来れば、より一層に思いを込めて臨めたと思います。（新潟　市　様）

楽しい住まい

～「早食い」をやめて健康アップ！編～

○よく噛んでゆっくり食べる健康効果

よく噛んでゆっくり食べることは、肥満を防ぐだけでなく、体に様々な良い影響があります。

脳の発達

よく噛むことは脳細胞の働きを活性化します。顎を開けたり閉じたりすることで、脳に酸素と栄養を送り、活性化します。子どもの知育を助け、高齢者にとっては認知症の予防に大いに役立ちます。

歯の病気を防ぐ

よく噛むと唾液がたくさん出て、口の中をきれいにします。この唾液の働きが、虫歯になりかかった歯の表面をきれいにしたり、細菌感染を防いだりして、虫歯や歯周病を防ぎます。

○よく噛んでゆっくり食べるための秘訣！

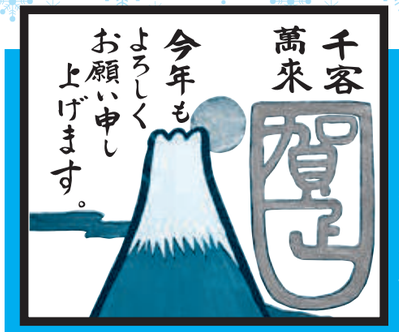
料理の際は食材を大きく厚めに切り噛み応えがある状態にしましょう。
魚や肉は骨付きの物を選ぶと噛み応えや食べにくさで時間をかけて食べることができます。
よく噛むためには「噛める」ことも大切です。毎日の歯磨きや定期的な検診で虫歯や歯周病を防ぎましょう。

味覚の発達

よく噛むと食べもの本来の味が分かります。人は濃い味にはすぐに慣れてしまいます。できるだけ薄味にし、よく噛んで食材そのものの持ち味を味わうよう、心がけましょう。

胃腸の働きを促進する

よく噛むと消化酵素がたくさん出て、消化吸収を助けてくれますが、食べ物がきちんと咀嚼されないと、胃腸障害の原因となりがちです。



東林寺住職書

SNS

インスタグラムはじめました！
Instagram

フェイスブックやってます！
facebook

家づくりの情報やイベント情報掲載！
HP