

快適で楽しい暮らしを提案する情報誌です

かねとみ

Vol. 96

夏号

お客様の声

お客様よりうれしい声をいただきました

に感謝



KaNeToMi通信 富

ただ今進行中！

新築
〇様邸

完成まじかの〇様邸では、クロス工事が始まりました。
パテで壁の表面を成形してクロスを貼ってきれいに仕上げます。
イメージどおりの内装ができていき完成が楽しみです。



に感謝

リフォーム
〇〇様邸

キッチン、浴室、トイレなど水廻りのリフォームのお宅で、キッチンの施工が始まりました。

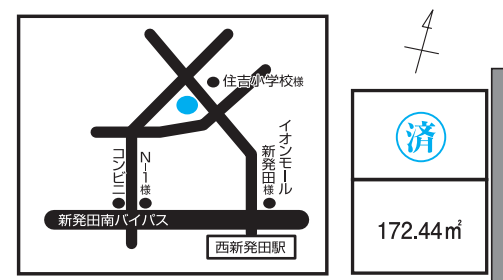
『マルチ収納対面キッチン』が組立られ、収納もタップリでとても使いやすいキッチンに生まれかわりました。



土地探しからローンのこと等、家作りの金において最善のプランも提案していただき大変助かりました。渋谷さんが色々してくれておかげで私達ほとんどはお家に住み、このお家ができてからの生活をイメージして書いていくことができて、また、ここでわりの強い私は理想を金で叶えることは難しいというところも諦めていはいが、いいこと・やりがいことを金で叶えることができてとても満足しています。住み始めて今、何の後悔もなく快適に過ごせることができているので渋谷工務店さんにお願いをこれからもしたいと思います。ありがとうございます！！

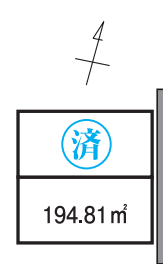
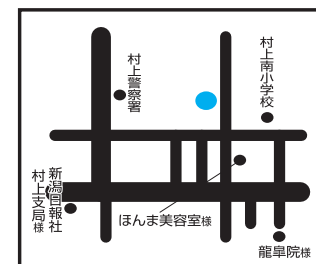
物件紹介

所在地
新発田市
富塚町一丁目地内
好立地
※建築条件つき



所在地

村上市
南町2丁目地内
好立地
※建築条件つき



楽しい住まい

～食中毒対策～

食中毒予防で大切なこと！



1. 加熱などできちんと殺菌すること
食中毒は、生肉、生卵などの肉類を生で食べたり、加熱不十分な肉類を食べたり、手指や調理器具などを介して菌が付着した食材を生で食べることで発生している場合もあります。しっかり加熱して食べましょう！

2. 細菌をつけないようにする

調理や食事の時に、細菌をつけないように、食材に触る前と触った後は必ず手を洗うことは基本です。また調理の際には、生肉、生魚を切ったまな板や包丁で、そのまま野菜などを切らないようにしましょう！
食事の際にも、生ものを扱ったドングリや箸を使わないようにしましょう！

3. 食中毒にかかりにくいカラダをつくる

日ごろから免疫力を高めていくことも大事な予防法のひとつです。その免疫力の根を握るのが「腸」です。健康な腸内環境はビフィズス菌や乳酸菌などの善玉菌が活発に機能しており、食中毒菌や病原菌による感染を予防するほか、発がん性物質を抑制する腸内環境を作ります。腸内の善玉菌を増やすのに効果的な以下の食材を食事に取り入れて食中毒に負けないカラダをつくりましょう！

食物繊維が豊富な野菜
さつまいも・切り大根・かぼちゃ・ごぼう
たけのこ・ブロッコリー・モロヘイヤ
オリゴ糖を含む食材
大豆・たまねぎ・ごぼう・ねぎ・にんにく・アスパラガス・バナナ



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

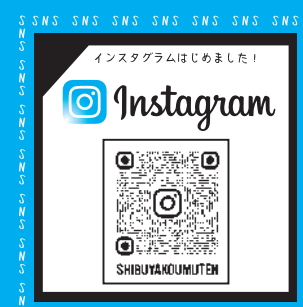
FAX.0254-53-1410

E-mail : oasis@shibuyakoumuten.co.jp

http : //www.shibuyakoumuten.co.jp/



東林寺住職書



憩える家

株式会社 渋谷工務店