なるみや工務店

「すこやか日和」で検索！ Vol.11

いつもご愛読いただきありがとうございます。
2010年1月もあっと言う間に終わりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

今回は、今話題の坂本龍馬の定宿『寺田屋』を中心にその近辺をお送り致します。『寺田屋』は京阪中書島駅を下車、“中書島繁栄会”を通り北へ徒歩3,4分の所に位置します。その近辺には、昔の港町伏見を再現した『十石舟・三十石船』や、月桂冠や黄桜などの伏見の清酒処の酒蔵も点在し、昔のおもかげのままと思っていると、その中はレストランや展示場、お土産コーナーにまでなっていました。今回は、“中書島繁栄会”の店主の方にも伏見のみどころをたくさん案内していただき、歴史ある伏見の街並みを生かしながら、現在にあった用途で改装されていました。また、今年は大河ドラマ『龍馬伝』といこともあり、平日の昼間でも観光客でにぎわっていました。私も、今度撮影がきたら絶対見学に行くぞ～っと、いまから張り切っています。
このニュースレターをご覧になっている皆様にも、事務所周辺の伏見の名所、店舗等をご紹介していきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。
また、伏見や伏見以外の地域でも、素敵な場所や史跡等がありましたら『成宮工務店の広報』さかもとまで、ご連絡お願いいたします。
ありがとうございました。

中書島にある旧旅館

納屋町商店街の看板

龍馬通り

坂本龍馬の銅像

癒空間

開運 リフォーム相談開催中！

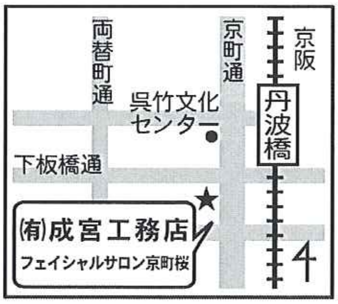
↓お気軽にお電話ください↓

0120－91－7638

E−mail：narumiya@7638.jp

有限会社 成宮工務店

〒612-8083 京都市伏見区京町6－70－3



京阪丹波橋駅　西口下車
南へ徒歩3分

www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp

はじまりました
★京町家再生プロジェクト★

前回、みちがえる変身を遂げた町家改装ですが、また上京区のほうで１２月下旬から３月上旬までの予定で改装工事がはじまりました。
平屋の２件を1件にして、ロフトがつく予定ですが、今回もかなりの古家です。どんな仕上がりになるのか、いまから待ち遠しいです！
改装前のそのままの状態の写真をご覧いただきますが、初めて行った時はほんと『え～っ！！大丈夫かいな～』と思うような家でしたよ！

屋根も葺き替えしないといけないくらいな状態です。

うわ～っ！天井おちてるやん！

天井裏。
上ると底が抜けます。

地震のあとのようなキッチン。
改装後はシステムキッチンになります。

和室。
床も腐ったとこがありました。。。

よく見たら、和式便器の上に洋式をのせているだけですね。

www.7638.jp

現場監督『こにし』の現場リポート

いつもお世話になっております。現場担当の『こにし』です。
現在、宇治市で新築工事をさせていただいております、F様邸をご紹介いたします。
このお家は、1階はお施主様がヨガ教室を開く予定になってるんです！
今回は、解体前から建て方までをリポートしていきます！！

---

①地鎮祭

地鎮祭：その土地の神（氏神）を鎮め、土地を利用させてもらうことの許しを得ます。神を祀って工事の無事を祈る儀式と認識されており、安全祈願祭と呼ばれることもあるそうです。

---

②根きり掘削

木造3階建ての家を支える基礎前の重要な作業です。3箇所の山が見えますが、山と山の間に地中梁と言って、3階建ての家の重量を受け止める為に必要な部分です。谷間に砕石を敷き詰めて機械でつき固めて、その上に捨てコンクリートを流し込みます。

---

③基礎の配筋

地中梁、ベタ基礎、縦基礎の中には鉄筋が組み込まれています。鉄筋を入れることにより基礎の強度が増し地震で建物が倒壊するのを防ぎます。写真に写っているのがJIO（日本住宅保証検査機構）と言って、民間の検査機構です。鉄筋の検査を実施している風景です。

---

④基礎の出来上がり

③の鉄筋の後にベタ基礎を打って、乾かした後に型枠を組みます。型枠の中にコンクリートを流し込み、乾いた後に型枠を撤去します。写真は、型枠を撤去した後です。十分の乾かし期間を経て、この上に家が建つのです。（しっかりとした基礎が出来上がりました）

---

⑤建て方、棟上

レッカー車により、工場でプレカットされてきた構造軸組材を組立てします。（家の骨組です）。先に足場を組立てして大工さんの足場を確保しています。家の大きさが徐々に分かってくる風景です。
（※プレカットとは、事前に工場で木材をコンピュータ制御により機械で加工しておくことです）

---

⑥⑦補強鉄骨梁、固定ボルト

3階建ての建物で、1階はフィットネススペースとして利用するため、大きな空間を作りました。大きな空間を作る為には補強が必要です。今回は、鉄骨の大きな梁を入れ、建物の重量、耐震などに配慮した方法で組立てしました。写真の灰色の部分が鉄骨の梁です。6本のボルトで木部と固定し、頑丈な骨組みが出来上がりました。

今回はここまでです。次回をお楽しみに～。

木の家に住もう ウッドハウス
様々な木材が活躍

木の恵みを活かし、そこに住む人が健康で、快適に暮らせるような家をつくろうという
コンセプトのもとにつくられた『健康住宅ウッドハウス』。
『ウッドハウス』には、様々な木材が住まいのあちこちで活躍してます。
どのような木材が活躍しているのか、今号・次号にわたってご紹介したいと思います。

構造材A【柱・梁】

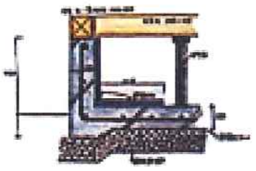
『ウッドハウス』に使用する構造材は、適材適所の原則に沿って部位別に樹種を選びます。その結果、柱や梁などの主要構造部には、乾燥率・強度などに安定した品質を保てる信州カラマツ集成材などを使用しています。
日本の山々は林業による適切な手入れによってその豊かな自然が保たれていますが、国産材を使用することは、この適切な管理を保ち山を守ることにつながります。
また、ご要望に応じてホワイトウッド集成材やレッドウッド集成材もご用意しています。

What＆Why？　集成材について

構造用の集成材は正式には構造耐力用部材と呼ばれ、強度を保証するためにラミナ（板材）・接着剤・積層数・配置などが厳格に定められていて、最終的に性能保証試験をクリアしたもののことをいいます。品質にバラツキがあって強度が不安定になりがちな一般のムク材とは異なり、どの程度の荷重に耐えられるかが明確になっているので安心です。

構造材B【土台】

建物を支える土台がシロアリや湿気によって傷んでしまったら・・・
たとえどんなに立派な家を造っても意味がありません。でも『ウッドハウス』なら湿気やシロアリを寄せ付けないTBボードと強いヒバを使用しているので安心。ヒバは、発散する成分の働きで虫を寄せ付けないため防虫効果に優れ、水に強いことでも知られています。また、ヒバには抗菌性があってカビや細菌の増殖を抑えるので、通常の木材と違って人体にも有害な防虫処理の必要がありません。『ウッドハウス』は見えない部分でも健康に配慮しているのです。



木は、その手触り、香り、柔らかさなど、木が受けた自然の恵みを人にも与えてくれます。
家族の成長を楽しむかのようにゆったりと構える『木の家』。
何代にもわたって受け継がれる本物の住み心地・・・
そんな『木の家』ウッドハウスについて、もっと詳しくお知りになりたい方がおられましたら、ぜひお気軽に成宮工務店までご連絡ください。おまちしております！

☎：0120－91－7638　E-mail：narumiya@7638.jp

WWW.7638.jp 「なるみや日和」 WWW.7638.jp 「なるみや日和」 WWW.7638.jp

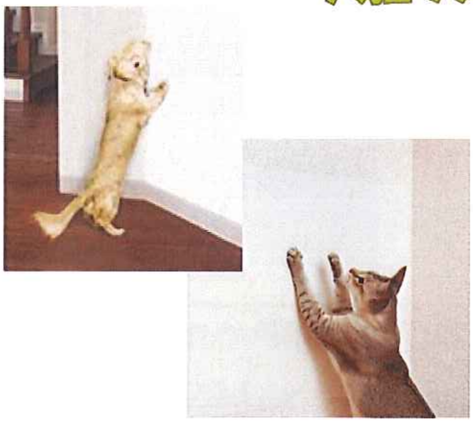
リフォームまめ知識

今回のリフォームまめ知識は、ペットリフォーム特集で～す！！
最近、ペットを飼っておられるおうちが増えましたよね。かわいい家族の一員のために
快適で暮らしやすい環境にちょこっと変えてみませんか？

ペットくぐ～る（ペット用ドア）

●開き扉にペット用ドアを付けることによって、
ペットとの快適生活をサポートします。
対応ドア厚：28mm～37mm
間口サイズ：中サイズ／W192×H237[mm]
大サイズ／W327×H473[mm]
三方枠タイプ／W200×H349[mm]

犬猫ツメ傷保護シート



猫、犬の爪とぎ傷から柱や壁を保護します。

吸着タイプ　色／グレー・ベージュ
●吸盤効果で吸着するので、糊残りの心配がありません。

粘着タイプ　色／透明
●粘着タイプは壁や柱に強力に接着します。
※現状復帰が必要な壁などにはご使用しないでください。

わんわんスベランEX

光沢が美しいツヤ出しタイプ
木の風合いそのままのツヤなしタイプ

愛犬の関節脱臼や腰痛を防止！
おしっこの染み込みを防止！
床面の爪の傷を防止！

乾燥後は、
犬が舐めても
安心で～す

●「わんわんスベランEX」は、木製階段、床、フローリング、Pタイル、クッションフロア、ビニル床、塗り床等に塗布することにより、優れた防滑効果を発揮します。

おばあちゃんの知恵袋

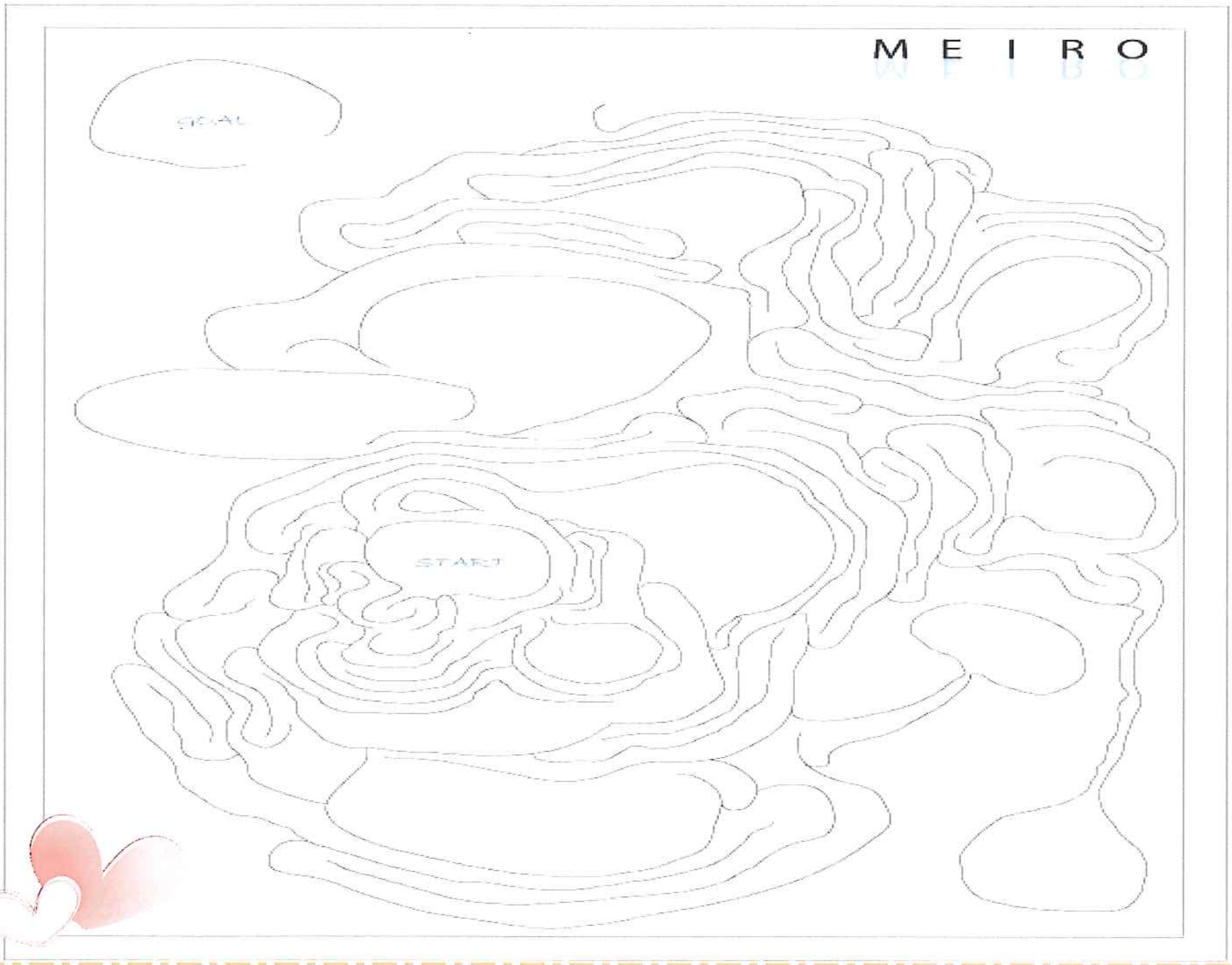
★空気が乾燥している時にも　タオル温湿布★

濡らしたタオルを硬くしぼってビニール袋に入れ、電子レンジで温めます。その熱いタオルを、さらに乾いたタオルで巻いて、胸や首すじに巻きます。ほどよく湿った蒸気の熱がじんわり患部を温めて、これで咳はかなり楽になります。エアコンの効いた部屋など、空気が乾燥してのどがつらいときにもよいでしょう。

www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp

ちょっと一息　め・い・ろ

なにこれ～～っ！！って思うような迷路を作ってみました。
けっこう難しいんですが、必ずゴールにたどりつくので、やってみてくださいね♪



クールチョコフォンデュ

家庭で楽しむ バレンタインデザート

354.0kcal（1人分）　15分

＊材料（4人分）＊
板チョコ … 70g
卵黄 … 1個
砂糖 … 大さじ2
牛乳 … 100ml
生クリーム … 100ml
カステラ … 適量
果物 … 適量

＊作り方＊
1. チョコは小さく割り、電子レンジか湯煎でとかす。
2. 卵黄と砂糖を泡立て器でよく混ぜ、沸かした牛乳、1.を順に加え、さらによく混ぜる。
3. 生クリームも加える。氷水で冷やしながら、ふんわりするまで泡立てる。
4. カステラや果物を適当な大きさに切り、3.をつけて食べる。

とくとく情報　0120-91-7638

あなたのお家は大丈夫？

まだまだ寒いこの季節、『給湯器が突然壊れた！なんとかして～』というお電話がよくかかってきます。
最近、給湯器の調子が悪い・温度が上がらないなどといった事があれば要注意です。給湯器の寿命が近づいているのかもしれません。
突然こわれるその前に、点検・交換を検討してみてはいかがですか？

★とりあえず交換コース★

【リンナイ　２４号/壁掛給湯器】
台所・浴室リモコン付
￥３３３，９００－　を

工事費込みで
￥１５０，０００－（税込）

【リンナイ　１６号/壁掛給湯器】
台所・浴室リモコン付
￥２７９，８２５－　を

工事費込みで
￥１３２，０００－（税込）

★これからはエコ！エコジョーズ交換コース★

【リンナイ　２４号/壁掛給湯器】
台所・浴室リモコン付
￥４２８，４００－　を

工事費込みで
￥２５０，０００－（税込）

【給湯器工事について】
●標準工事：既存給湯器撤去・処分、新規取付、給水・給湯配管接続、ガス可とう管接続、リモコン交換。
●別途工事：種類の異なる給湯器への交換（給湯専用→追焚付き等）、新規リモコン配線。

このほかにも、マンション用や据え置きタイプなど、多数取り揃えております。見積もりだけでもＯＫです。お気軽にご連絡くださいね。

0120-91-7638　おくだ マデ

編集後記

いつもご愛読いただきありがとうございます。皆様お元気でお過ごしでしょうか？私サカモトは、去年の12月に風邪を引いてから、乾燥した部屋にいると咳だけがいまだに続いてます。
このまま花粉症へと続いていきそうな気配です。
前回の年賀状ニュースレターは、皆様に大好評いただきました。ありがとうございます。
これからも、楽しく、皆様のお役に立てるニュースレターづくりを目指してまいりますので、よろしくお願いいたします。

E-mail:narumiya@7638.jp

伏見・大黒寺の
節分祭体験

**2月3日、成宮工務店のご近所さん、大黒寺で行われた節分祭にでかけました～。
ここの節分祭は、地面幅1m、長さ2mの所に護摩を焚き、そこを裸足で歩くのです。
社長は去年、家族で行って『裸足で燃えた護摩木の上を歩いたぞ～！』と自慢しており、
な、なんと今年は社員全員に強制命令！『そんなん無理だぁ～』と思いながらも、
体を張ってリポートしてきました。**

先頭は山伏の人たちです

たくさんのフラッシュを浴びながら
のしのしと歩いてました

★感 想★

歩くまでは緊張してたけど、やってみると、
あっという間で、熱いとか感じる余裕がなに
もなく、終わってしまいました。
でも、今年一年無事健康でいられそうな気が
します。
また来年も参加したいな♪

うちわで扇がれてメラメラしてます。
奥さんファイト～！！

金札宮

おすそわけ

護摩焚き

鬼は外～

★うちの自慢のぺっとちゃん★

２０１０年、第１回目のぺっとちゃんは、ちょ～かわいい
ニャンコちゃんの登場で～す。
O様のお宅に迷い込んできた子猫ちゃん『くろすけ』。
魔女の宅急便の「ジジ」のような大きなお耳が特徴的ですね～。

江戸時代ではボク達黒猫は
『福猫』として魔除けや幸運、
商売繁盛の象徴とされて
いたんだって～

ご主人様のために
福をまねくんだニャ～

うちの自慢のぺっとちゃん大募集！
E-mail:narumiya@7638.jp
まで、ご連絡ください！
かわいいぺっとちゃん
お待ちしております。

江戸前寿司 祇園なかむら

まだまだ寒い日が続きますが、春に近づきつつある今日この頃、みなさまいかがお過ごしですか？
2月の京都では、いろいろな春を告げる催しが行われていますね。
その中で、伏見の酒造開きと、北野天満宮の梅花祭をご紹介します！

【酒蔵開き】
新酒きき酒、新酒粕の計り売り、鳥せい本店の特製粕汁の販売（1杯100円）、伏見の名産品（酒饅頭、京野菜、酒器、京漬物、京するめ、生花）などの即売会も行われます。
日時：2010年2月14日（日） 午前11：00～午後3：00
会場：伏見銘酒協同組合
参加料：200円（きき猪口小、きき酒券3枚付）
場所：伏見銘酒協同組合・・・京都市伏見区丹後町148－1
TEL：075－612－6006

【梅花祭】
御祭神菅原道真公のご命日にあたり梅花祭が斎行され、当日は上七軒歌舞会協賛の野点茶会が三光門前西広場にて催され、上七軒の芸妓・舞妓さんたちの野点の接待なども行われます。宝物殿も特別に公開され、毎月の縁日・『天神市』の日でもあります。
日時：2010年2月25日（木）
祭典：午前10：00～11：00
野点茶席：午前10：00～午後3：00
茶拝服券：1，500円（拝服券・宝物殿拝観券・おさがり引換券の三連券）
場所：北野天満宮・・・京都市上京区馬喰町
TEL：075－461－0005 URL：http://www.kitanotenmangu.or.jp/

日曜・祝日 お昼のコース

（上の写真は3,000円のおまかせコースです）

menu

12：00～14：30まで営業しております
（平日は前日予約のみとなっております）

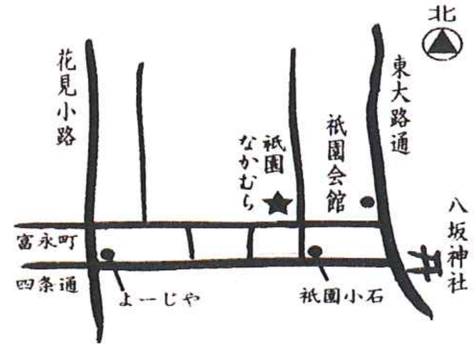
海鮮丼	￥1,500-
おまかせコース	￥3,000-
おまかせ上コース	￥5,000-

3,000円と5,000円のにぎりは、大将が心をこめて、にぎってくれます。
ネタはその日の仕入れによってかわります。

～夜のコースはこちら～

おまかせ鮨コース
￥6,500-
おまかせ料理コース
￥8,000-

お店の外観
緑の暖簾と赤いちょうちんが
目印です。



場所：京都市東山区祇園町北側347－26
ピッケルビル 1階
電話：075－525－1165

www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp 「すこやか日和」 www.7638.jp

開運！ 風水の知恵を暮らしに生かそう ラッキー風水

二月は大きな変化の月！

二月は、節分・立春があり、暦の上で一年のスタートの時ですが、風水上も一番大切な変わり目の月です。また、豆まきや受験などもあり、勝負にでる月ともいえます。いちかばちかの勝負といっては言いすぎですが、この勝負を通して人間関係に一つのきっかけが与えられ、新しいつながりが広がります。バレンタインデーもその分かりやすい例といえるでしょう。

【節分　豆まきが福を呼ぶ】

二月三日は節分です。節分とは、字のごとく節の分かれ目を言います。冬から春に季節の移り変わりがこの二月の節分。季節は四つありますから、この日以外にも春から夏、夏から秋、秋から冬に移り変わる時も本来なら『節分』で、昔は『節分』と言ったのですが、今では二月の節分だけをさしています。

節分といえば、豆まき。炒った大豆を神棚にお供えして、それを外に向かって「鬼は外」、家の中に向かって「福は内」と一家の主人や年男が豆をまきます。豆まきで人間関係を広げていく方法は「鬼は外、福は内」とやる時に「福は内」を１回多く言うこと。毎年、福が一つずつ増えていくからです。豆まきは毎年続けてこそ効果は高まるものです。一年だったら、一個だけの福しか手に入りません。五年なら五個、十年なら十個福が残ります。

【立春　勝負に出て行く時】

節分の翌日（四日）は立春で、この日から暦上の春が始まります。昔はここから一年が始まるとされていました。だから、八十八夜や入梅など立春から数えて何日目というのです。気は『陰』と『陽』に分けられますが、立春は陽の気がスタートする時にあたります。新しく勝負に出て行くには良い日です。

【受験　パワーのつくインテリアと食事】

試験に強いインテリアと試験当日に良い食事、持ち物があります。文系と理系にわけて考えますが、文理の区別がない場合は、文系を参考にしてください。全ての基本は国語、読解力をつけてあげることで全体的に学力がアップします。

文系　東が基本。東のパワーをつけることです。部屋のインテリアは、勉強机は部屋の東に置き、その上にスタンドを置きます。寝る時は南枕にします。食事は和食中心に魚など淡白なもの、あっさりしたものが良いでしょう。試験の時には赤いハンカチや赤鉛筆など赤い物を持っていくこと。赤いハンカチは理系の人でも、あがってしまう人も持っていくとよいものです。

理系　南が基本。南のパワーをつけましょう。部屋のインテリアは南に勉強机。北にベッドを寄せ東枕で寝ます。食事は根菜類や魚介類。試験当日はグリーンか白のハンカチを持っていくこと。

さて、かなわないときは神頼みですね。試験合格に良い神様は天神様。天神様は古くから『通りあんせ、通りあんせ』と童謡に歌われるぐらい庶民に親しまれている神社で、九州の大宰府天満宮や京都の北野天満宮、東京の湯島天神が有名です。無事試験がすんだら、祈願した神社にお礼参りに行くことを忘れないように。昔から、神様は（ありがとうございます）という言葉が一番好きなのです。

きょうまちざくらの りにゅーある

今年は、なんと京町桜がオープンして5周年！！
はじめの1年は、マンションでサロンをさせてもらい、2年目にテナントサロン　今にいたります。
今年は5周年という事で、心機一転！思い切って店内をリニューアルする事に決定しました。
『お客様が癒され、喜んでもらい、満足して頂ける空間・・・』
『スタッフも新しい空間の中で、お客様と心ひとつになれるような時を過ごせる空間・・・』って
想いえがいている時に、なるみや工務店に相談しちゃいました。
やっと本気モードになり、今は『あーでもない』『こーでもない』と言いながら、どんな内装にするか検討中です。今は私のわがままを聞いてもらいながら、素敵な空間ができることをワクワクしていま～す。できあがるまでの物語を連載していくのでお楽しみに♪

ここをもっとこうして～
こうしたいね～ん
私の要望に答えてね。

エステルーム
今の照明の雰囲気は残しつつ。。。

カウンセリングルームも
イメージチェンジ！
どうしたらいいかなぁ

もっと壁を活かして
できないかな～

近くのインテリアショップで
カーテンを物色中・・・

オーナー・セラピスト　大募集！！

メイクやエステが大好きな方大歓迎です♪
充実した教育体制があるので、未経験でも安心♪

人と人との出会いを大切に…。心と心のふれあいを大切に…。
をテーマにたくさんの出会いの中から笑顔と喜びが広がっています！私たちと一緒に夢を追い続けて輝きませんか？とっても楽しく明るい環境です！貴女の夢、貴女の笑顔のお手伝いをしま～す！

資　格：未経験者歓迎　※お子様がおられても大丈夫！
勤務時間：9：30～　＊時間・曜日はご相談に応じます。
休　日：日曜日・祝日
給　与：フルコミッション制です。
待　遇：メナード認定のエステセラピストの資格取得、
ディプロマ発行（認定証）、受講料免除、各種研修制度有
（エステ・メイク・サプリメント）

私達は、貴女の夢、幸せな未来を応援します！！

お問い合わせ
075-603-0427　または　kyomachisakura@7638.jp

フェイシャルサロン京町桜

京都市伏見区京町６－７０－３

TEL：075-603-0427　E-mail：kyomachisakura@7638.jp

『京町桜』で検索！

2月のおすすめ

すご～くかわいい色のリップグロスが新登場！
かわいらしい　プリプリ
ひと工夫するだけ　お肌がパーッと
明るくなりますョ

今だけ

リップお買い上げで
ストラップグロスをプレゼント！！

つき華
リクイドリップ

1月21日新発売

みずみずしく輝きに満ちた
ぷっくりと立体感のある唇に。
うるおいが続く
リクイド状口紅です。
全10色　税込3,150円

春に向けての準備は大丈夫？

冬に乾燥したお肌は、かた～くなってますョ。゜゜（´口｀。）゜゜。

オーナーおすすめ

- 夜はていねいに一日の汚れを　**クレンジング　＆　ウォッシング！**
  ローション　でうるおいタップリのお肌
- 朝はお肌を守る　**ベースメイク**

プラスオン

ハーブマスクパックで
古い角質を取り除いて、くすみ解消！
ローションの浸透を良くします。
ハーブの香りで癒し効果もバッチリ♪

くすみスッキリ、すべすべ肌

京町桜では

プチ美肌レッスン・プチメイクレッスン　開催中です！
貴女にあった　お肌のお手入れを提案していきます。
まずは、今お使いのお化粧品を正しく使っていきましょう。

大人気のコブタちゃんストラップ

Vol.9でご紹介した
コブタちゃんストラップに
ご要望の多かったNewカラーが
登場しました！
購入ご希望のかた、
実物をご覧になりたいかたは、
お気軽に京町桜まで
ご連絡くださいネ

お手入れキット ご用意しています

まずはお試しを！
ご自分で体感してみて
くださいね

www.7638.jp「すこやか日和」www.7638.jp「すこやか日和」www.7638.jp