

# 木族の家通信

No.134

家族が集う木の住まい  
株式会社 **木族の家**  
KIZOKU NO IE

2020年1月1日号 (毎月1日発行)

## キゾクノイエ NEWS!!!

東京オリンピックの2020年!  
ついにやってきたね〜♪

HAPPY  
New Year!

新年明けましておめでとうございます!皆様には、健やかに新春を迎えられたこと、お慶び申し上げます。また、旧年中はひとかたならぬご厚情を頂きありがとうございます。木族の家は「地域で一番評判のいい工務店」を目指し、社員一同一丸となりサービス向上に尽力して参ります。皆様のご健勝とご発展をお祈り申し上げます。本年も宜しくお願ひ申し上げます。



2020年1月吉日  
木族の家 取締役社長 大月 俊



2020年1月11日(土)・12日(日)・13日(月・祝)

■場所：松本市空港東  
■時間：9:00~17:00

【予約制】『薪ストーブのぬくもりの中、のびのびと暮らす家』



完成見学会の  
お知らせ

2020年1月18日(土)・19日(日)※2日間のみ

■場所：松本市新村付近  
■時間：9:00~17:00

『夢のガレージ&悠々子育てLIFE』



1月の見学会は  
3週連続・4会場!  
いろんなおうちに  
出会えるね♡

2020年1月18日(土)・19日(日)・20日(月)

■場所：松本市里山辺  
■時間：9:00~17:00

【予約制】『40坪の土地に建つ自然素材の家』



2020年1月25日(土)・26日(日)・27日(月)

■場所：松本市神林  
■時間：9:00~17:00

【予約制】『陽だまりの中で安心に包まれる平屋風ハウス』



★各見学会の詳細はHPでお知らせします♪【<https://kizokunoie.com>】→【見学会情報(メニューバー内)】又は【木族の家からのお知らせ(トップページ下)】をチェック!!

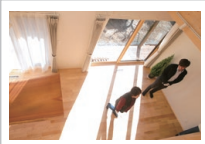
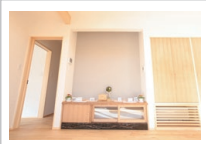
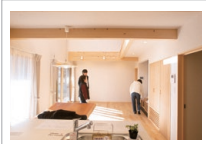
素敵なおうちが完成しました

『3つのこだわりが詰まった  
LDKのある3世代の家』

◆場所：塩尻市広丘吉田  
◆完成見学会：2019年11月30日~12月2日

11月~12月に完成見学会を開催したおうちをご紹介します♪今月号で紹介するのは3世代の家族が住む、梁組みの天井を楽しめるおうちです。木族の家では完成見学会をほぼ毎月開催しています。お施主様とつくる「ただ一つの特別な家」をご覧くださいませ。

見学会へのご来場ありがとうございます!



←フルフラットのキッチンには開放感たっぷり

# 現場実況中継



現場実況中継は、木族の家ホームページにてご覧いただけます。【木族の家 HP (kizokunoie.com)】→トップページ下又はメニューバー▶ブログ【現場中継】

## 松本市 空港東 Kさま邸

■新築  
1月完成予定

1月11日(土)~  
完成見学会です  
♪(^o^)!



### 1. 外壁仕上げ

松本市空港東のK様邸は外壁の仕上げを行いました。今回の仕上げの色は、薄いグレーで決まりました。一見白に見えますが、建物全体を引いてみた時、シックにシャープに見える気がします。外壁の白はよく見ますが、白にも赤の入った白、青の入った白、黄の入った白といろいろあり、それぞれ僅かながら外観の印象に変化を与えます。K様邸は薪ストーブの煙突も含めた・・・(…HPへ続く)

## 松本市 新村付近 (島内) Kさま邸

■新築  
1月完成予定

1月18日(土)~  
完成見学会です  
♪(^o^)!



### 1. クロス工事 (パテ処理)

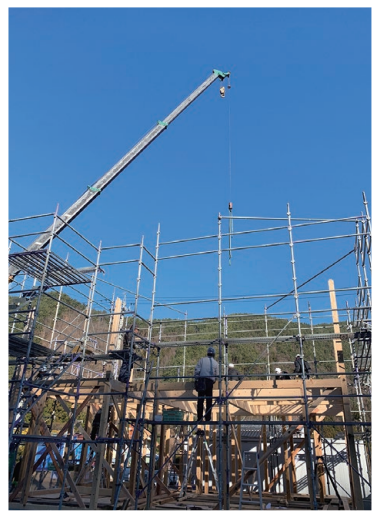
大工さんの内部造作工事が終わり、内装工事に入りました。クロスを張る前にボードの凹凸を失くす為にパテ処理を行ったところで。このパテ処理がクロスの仕上がりを大きく左右します。パテは塗りっぱなしでなく、この後紙やすりで擦り平らにします。ほこりが多く大変な時があります。

## 東筑摩郡朝日村 Sさま邸

■新築  
4月完成予定

### 1. 建て方

東筑摩郡朝日村 S様邸は建て方を行いました。天候は、見事な晴れ。雲一つありません! また気温もこの時期にしては考えられないくらい陽気でした! 現場は、星がよく見える自然に囲まれた場所ですが、やはり雪が多いようで、これから本格的な冬に入る前に何とか屋根や外回りをまとめたいと挑んだ建て方です。しかし・・・(…HPへ続く)



## 松本市 里山辺 Yさま邸

■新築  
4月完成予定

### 1. 外部配管

松本市里山辺のY様邸、着工いたしました。これからよろしくお願いたします。工事は基礎工事も進み、給排水設備の外部配管を行いました。外部配管は、狭いところを掘って配管するので、小さな重機が活躍します。また、排水の配管は勾配(傾き)が重要で、規定以上の勾配をとらないと、排水管の詰まりの原因になってしまいます。なので、前もって配管の設計が必要で・・・(…HPへ続く)



## まいにち、養生ごはん

薬膳の考え方をベースに、気軽につくれる「養生ごはん」。

食による「こころとからだのセルフケア」を始めませんか?

## 免疫力アップ! トッピングで楽しむ 焼き酒粕2種

空気が乾燥し、風邪やインフルエンザなどの流行する季節になりました。毎日の食事で身体の免疫力を高めて、元気に乗り切りたいですね。「免疫力アップには発酵食品」と最近よく言われていますが、それは発酵食品によって免疫細胞の6~7割が存在する腸の調子が整うためです。そこで今回は、「酒粕」を使った簡単レシピをお伝えします!



### 材料(作りやすい分量)

酒粕(板状のもの) 100g  
A 柚子蜂蜜: 柚子1個、蜂蜜大さじ1~2  
B 胡麻味噌: 練り胡麻(白)・蜂蜜各大さじ1、白味噌小さじ1

### 作り方

- 1 柚子蜂蜜は、柚子の皮を薄く包丁で削ぎ、千切りにする。2つに切って種を取り、果汁を絞る。柚子の皮と果汁にひたひたになる位の蜂蜜を加える。柚子の皮から水分が出て全体がなじむまで、しばらく置く。
- 2 胡麻味噌は、Bの全ての材料をよく混ぜ合わせる。
- 3 酒粕は一口サイズの四角形に切り、トースターなどで香ばしい焦げ目が付くまで4~5分焼く。
- 4 3の焼いた酒粕の上に、柚子蜂蜜または胡麻味噌を乗せる。

ただ焼くだけのシンプルレシピなので、「酒粕を使ったことがない」という方も失敗なく作れます。また加熱することで、酒粕の独特の香りがマイルドになり、食べやすくなります。おやつや酒の肴などにもおすすめです。美味しく食べて、元気にお過ごしくださいね。

(養生キッチンふうど 主宰/松橋佳奈子)