

サンエースの現場レポート

今回は塗料についてご紹介します。弊社では数ある塗料の中でもアステックペイントの塗料を使用しています。その中で、いつもお客様にご提案させていただいているプランがラジカル制御型塗料プランとフッ素遮熱プランです。特にオススメなのがフッ素遮熱プラン。一般的な塗料と違い遮熱機能がついているので耐候性に優れているだけでなく日射反射率が高く、熱を吸収しにくいという特長があります。耐久性も20年と長いことも特徴ですね。ライセンスを持っている業者のみが使用することができる塗料です。塗装するといっても様々な効果を持つものもありますので気になる方はぜひご相談下さいね。



実践!生活のミニ情報

フライパンでダントツ人気の素材は「フッ素加工」。使い勝手がよく愛用している人も多いと思います。だけど、いつの間にかびりついてちやっこ…というお悩みもよく聞きます。こびりつきの原因はフッ素加工の剥げ。そこで今回はフライパンを長持ちさせるちょっとしたコツをご紹介します。

焦がしちゃった…そんな時は焦らずに

うっかり焦がしちゃった(汗)そんな時は水につけ置き…なんてこともあるかと思いますが、でも、ジュッと音がするくらいの勢いで水につけるのはNG。ジュツという音は急冷しすぎた証です。フッ素加工は極端な温度変化が苦手。これを繰り返すと、表面がはがれる原因になります。まずつけるなら、お湯かぬるま湯で。フライパンの表面温度をできるだけ急激に変えないことがポイントです。

フッ素加工のフライパンを長持ちさせるテクニック!!

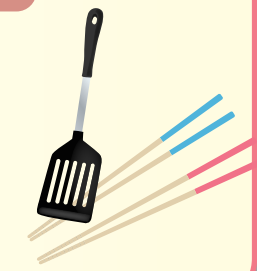


たわし選びのポイント

フッ素加工はガンガンゴシゴシ洗われるのが苦手。金属のたわしでこすっていると劣化を早めます。つけ置きである程度汚れが落ちたら、柔らかめのたわしやスポンジでお手入れしましょう。

調理ツールの選び方のポイント

フッ素の加工を痛めないようにするには調理時に使うヘラなどのツール選びもポイントのひとつです。オススメの素材は、木製、竹、ゴムなど。カチカチさせてしまう金属ヘラはNGです。製品の中には「金属ヘラOK」になっているものもありますが、長く愛用したい時は金属以外が◎。



編集後記

弊社専用アプリを開発しました！お客様とのコミュニケーションを円滑にするために弊社独自のアプリを開発しました。無料ダウンロードで月額費用もかからず、登録するだけで割引に使える3万ポイントをプレゼント中です！1ポイント1円で使用することができ、最大10万ポイントまで使用可能です。毎日ログインするだけでポイントが貯まっていくので毎日弊社のアプリを開いてポイント活して下さいね！アプリには様々な塗装や工事などの情報はもちろん、今後たくさん機能を更新していく予定ですので、ご登録をお待ちしております！



穴埋め

二字熟語

□に漢字を入れて、二字熟語を完成させましょう！矢印の方向に熟語が出来るように考えてね。



答えは中面でCHECK!

職人のちよつと一言

今回はシーリング及び防水工事のスペシャリストの渡辺晃成(わたなべこうせい)を紹介します。いつも気さくで頼りがいのある職人で、若く見られがちですが施工経験豊富!現場ではいつも丁寧な心がけており、私たちも関心するほどです。シーリングという外壁のボード同士、またはサッシと壁の間を充填剤で埋める施工を主に行っているの工期は短く、一つの現場では1~2日しかいないちよつとレアな職人でもあります(笑)。今度弊社のYouTubeにも出演するのでぜひご覧ください。



News Letter 2024.12

Sunace News Letter

サンエース通信



こんにちは! 新井です!



毎年思うことなのですが、本当に1年が過ぎるのが早いと感じます。このことを「ジャンナーの法則」というそうで、歳を取るにつれて人生の「1年」の比率が小さくなるため体感として1年が短く感じるとか。ご存知でしたか?さて、年末年始ですが12/29~1/5までお休みをいただいております。

来年もより一層皆様のお力になれるよう頑張りますので、サンエースリフォームをよろしくお願いいたします!

PICK UP

当社の職人がYouTubeに出演中!

サンエースリフォームの職人がYouTubeチャンネルの「現場メシ【職人ドキュメンタリー】」に出演しました。内容は大きく前後半に分かれており、前半は社長や職人の仕事ぶりや人柄についてインタビューを受けて、後半では美味しい食事とお酒を嗜みながら気楽にお話をするというものです。ユニークな板金工事職人と、一級塗装技能士の資格をもつ強面だけど実は優しい職人の二人が出演します。東村山に根付いて活動する弊社のことを楽しく観て知っていただける動画になっていますのでぜひご視聴ください!



今月の健康レシピ大百科は

まいたけハンバーグ



株式会社サンエースリフォーム

〒189-0003 東京都東村山市久米川町2丁目28-5

☎042-398-1717

受付時間 9時~18時 (年末年始を除き無休)



ホームページはこちら!

<https://sun-ace-reform.com/>

東京都東村山市で外壁塗装、屋根塗装、板金工事、防水工事、シーリング工事、足場仮設のことなら株式会社サンエースリフォームまで

株式会社サンエースリフォーム ☎042-398-1717



サンエースリフォーム公式アプリはこちら!



穴埋め
二 字 熟 語
来月号もお楽しみに!
収 受 験
享 診

暮らしと健康

貼る場所でこんなに違う あなたに合った「あたためカイロ術」

風邪を予防するには「風門のツボに貼る」
風邪対策のカギになるのが「風門(フウモン)のツボ」。「風門のツボ」は背中上部、両方の肩甲骨の間にあります。「今日は寒いな...」と感じたら、そこに風邪予防にカイロを貼っておきましょう。肩や肩甲骨の血流も良くなり、カラダのこわばりも和らぎます。実は、予防だけでなく風邪をひいた後にも効果的。風門のツボにカイロを貼って温めると早く治ります。

全身冷え対策には「命門のツボに貼る」
カラダを芯から温めたいなら「命門(メイモン)のツボ」がカギになります。命門のツボは、腰の部分。ちょうどおへその反対側にあります。冷えてきたと感じたら、芯まで冷え切る前に早めにカイロを貼りましょう。寒い日は、風邪の予防「風門のツボ」とダブルで貼るのもおすすめです。

おなかをあたためるには「関元のツボに貼る」
おなかを温めるカギになるのが、「関元のツボ(丹田のツボ)」。下腹部分、ちょうどおへそから指4本くらい下のあたりにあります。寒さでおなか冷えて痛い、おなか冷えて下痢っぽいなど、冷えによる胃腸のトラブルは、この関元のツボを温めると胃腸が温まり、治りが早くなります。また、「関元のツボ」は女性にとってなくてはならない、とても重要なツボのひとつ。生理痛や生理不順、不妊症など、女性のお悩みとともに関りが深いツボです。「冷えると生理痛がひどくなる」「子宮を温めたい」という方は、ぜひこの関元のツボを温めてみましょう。

※カイロを貼る際は、低温やけどに十分注意しましょう。

健康レシピ 大百科

今日の献立 《まいたけハンバーグ》

【材料】(2人分)
まいたけ 1パック
ほうれんそう 1/2わ
合いびき肉 250g
おろしにんにく 小さじ 1/2
塩 ひとつまみ
こしょう 少々
卵 1個
パン粉 1/4 カップ
サラダ油 小さじ1×2回
ソース (トマトケチャップ 大さじ2、オイスターソース 大さじ1)

【つくりかた】
① まいたけ1パックは粗みじん切りにする。ほうれん草は5cmの長さに切る。
② ボウルに合いびき肉、おろしにんにく、塩、こしょうを加えて、粘りが出るまで練り混ぜる。
③ 卵、パン粉、まいたけを加えてよく混ぜ、4等分して小判形に成形する。
④ フライパンにサラダ油を入れて強火で熱し、ほうれん草をざっと炒めて取り出す。続けてサラダ油を中火で熱し、③を並べ入れ、約2分焼く。焼き色がついたら上下を返して約2分焼く、ふたをして約5分蒸し焼きにする。
⑤ ソースの材料を混ぜ、器に盛ったハンバーグにかける。ほうれん草を添えたらできあがり。

炊飯器を上手く使って 節電しよう!

毎日の食事の支度に欠かせない炊飯器。炊飯器は「炊飯時」と「保温時」で大きく消費電力量が変わります。保温機能を使用すると、常に電力を消費します。

炊飯器の消費電力

炊飯器はほかの家電に比べて消費電力の大きい家電です。消費電力を気にせずにほかの家電と同時に使用するとブレーカーが落ちたり、コンセントが発熱したりする可能性も。また、炊飯器の種類によっても消費電力は異なります。IH式炊飯器は消費電力が大きく、5合炊きでは1200W、3.5号炊きで700W前後です。一方、マイコン式炊飯器は消費電力が比較的少なく5合炊きで650W、3合炊きで350W程度なのでIH炊飯器の約半分のワット数で使用できます。

炊飯器の電気代はどれくらい?

炊飯器の年間消費電力量はIH5.5合以上8合未満の場合で83.82kWh、年間電気代の平均は2,263円です。炊飯器に限らず、家電製品の電気代を計算するときは以下の方法で計算できます。

$$1時間あたりの消費電力(kW) \times 使用時間(h) \times \text{電力会社の料金単価(円/kWh)}$$

家電の電力量や電力会社の料金単価は各家庭によって異なりますが、目安として上記の方法で電気代を計算してみてください。

炊飯器の電気代を節約する方法

①保温機能をなるべく使わない
ご飯が炊きあがったらすぐに小分けにして保存すると、長い時間保温するよりもおいしく食べられます。炊飯が終了すると自動的に保温になるため、ご飯が炊きあがった時点でスイッチを切っておきましょう。

②ごはんはまとめて炊飯し、冷凍する

1回の炊飯にかかる電気料金は約4.5~6円といわれています。朝・昼・晩で毎食ごはんを炊くよりも、1日1回まとめて3食分のご飯を炊く方が節電につながります。電子レンジ1回分の電気料金は約0.6~0.8円程度と考えると、保温や毎食の度に炊飯するよりも経済的です。まとめ炊きは節電だけでなく節水にもつながります。残ったご飯はラップで小分けして冷蔵庫または冷凍庫に入れておき、必要に応じて電子レンジで温めましょう。

③エコ炊き機能を活用する

「エコ炊きモード」が採用されている機種は消費電力を抑えながら炊飯できるので、通常の炊飯モードよりも電気代が安くなります。エコ炊きモードは電力を抑えて炊飯しても炊き上がりがおいしくなるのが特徴です。一方、短時間で炊き上がる「早炊きモード」は炊飯時に一気に水を沸騰させるので消費電力が増え通常モードよりも電気代が高くなる場合があります。

④タイマー予約を使う

帰宅時間や家族がそろう食事時間にあわせて炊飯が完了するようにセットします。食事のときに炊きあがったばかりの美味しいご飯が食べられるうえに保温時間を減らせます。炊飯器の買い換えを検討されているなら1回あたりの炊飯や保温機能の省エネ性能が高い製品を選びましょう。



暮らしの防犯マメ知識 ペットによる火災を防ごう!

屋内でペットを飼う人が増えるに伴い、ペットの思わぬ行動による火災事故も増加しています。飼い主の外出中に、犬や猫がコンロの操作ボタンを押したことによる事故が多いということです。

ペットが引き起こす火災の事例

- ・猫がコンロのスイッチを押してしまい、コンロが点火して出火
- ・犬や猫が電気コードやケーブルを噛み、ショートして出火
- ・犬や猫がコンセントに尿をかけ、ショートして出火
- ・犬が振り回した衣類に電気ストーブの火が着火
- ・ペットが電気ストーブを倒して出火

日頃からペットの癖や習性を把握しておき、頻繁に噛みついたり尿をする場所には電気製品を置かないようにしましょう。

思わぬ火災事故を防ぐ対策

- ・電気製品のプラグは使用しないときには抜く
- ・スマートフォンやバッテリー、充電コードなどは放置しない
- ・ペットが電気コードをまとめ、電気コードに保護カバーを巻く
- ・ストーブなどの暖房器具の上には洗濯物などを干さない
- ・留守にするとときや、目を離すときはペットをケージに入れる

電気製品の周りにはこまめに清掃し、動作不良や焦げ臭いなどの異常がある場合はコンセントを抜き、必ず安全点検をしてください。

