



あなたの住まいと暮らしを豊かに、健康に、快適に。+エコ



## 予算から暮らし改善！

予算に合わせてライフスタイルの変更を考えてみるのも、一手。

### 予算50万円くらいなら

よくあるのはビルトイン食器洗い乾燥機やコンロ、レンジフードの入れ替え、トイレや洗面ドレッシングのリフォームなど。「故障したので取り替えたい」のほか、最新型に取り入れて使い勝手やお手入れ性を向上させ、便利に快適に暮らしたい派などは、このジャンルのようです。



### 予算150万円くらいなら

筆頭はキッチン・バスなどの設備の入れ替え・交換。また「壁面収納などで、部屋をスッキリさせたい」「フローリングや壁紙などを貼替えてキレイに」などのほかに、外装や屋根の定期メンテナンスもこのジャンルでしょう。



### 予算300万円くらいなら

水回りで老朽化バス・洗面・トイレなど、何箇所かを同時にリフォームするケースが多いようです。キッチンまわりのリフォームでは、キッチン本体の入れ替だけでなく、食器棚や家電置き場も同時に考えると、使い勝手も見え変わります。



### 予算500万円くらいなら

LDKや水まわりのちょっとした間取りの変更を含めたリフォームが可能です。よくあるリフォームとして「築年数も経ってきたので、水回りの取り換えと一緒に、使い勝手も含めた動線や間取りの変更をしてお部屋全体を一新させたい」などがあります。



### リフォームで肝心なのは、建築条件を確認すること。

水道などの配管、電気の配線など、建築側の条件によってはリフォームできる範囲が変わってきます。それによって大きくリフォーム費用も変わるので、まずプロに現場を見てもらい、それぞれ条件を事前チェックするなど、早めに現場とプランのすり合わせを確認しましょう。

～より良い住環境をつくり手とともにすまい手へ・・・～

株式会社 桧徳

お問い合わせ・ご相談は ☎ 0120-026-560

〒330-0804 さいたま市大宮区堀の内町1-697

TEL:048-658-5600 FAX:048-658-5605

URL: http://masutoku.jp/

## 中山道六十九次 街道をゆく



中山道六十九次(なかせんだう-ろくじゅうきゅうつぎ)は、東海道と同じく江戸側は日本橋から発する。北に2里18町(9.8Km)歩を進めると次の宿場「粕壁宿」に至り、その次はいよいよ埼玉を北上する宿場街道となる。



### 日光街道もお忘れなく！「粕壁宿」

江戸から日光までの約140kmを結ぶ幕府の公道で、日光道中と言いました。始点は日本橋。中仙道の越谷宿からは日光に向け、粕壁―杉戸―幸手―栗橋と宿が続きました。

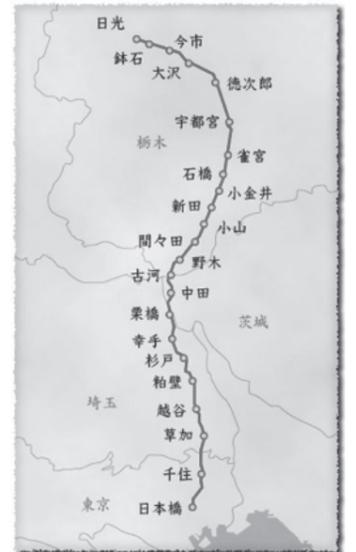
日光街道のみどころは、なんといってもゴール地点の日光東照宮でしょう。東照大権現と崇められた徳川家康の墓があり、歴代将軍や諸大名の社参の道として整備され、江戸から宇都宮までは東北へ向かう奥州街道と重複しているため、参勤交代の大名の通行も多かったとか。

### 粕壁宿の粕壁って、春日部じゃないの？

南北朝時代(14世紀)、春日部氏の領地からはじめは「春日部」、そして江戸・元禄期からは「粕壁」と。現在の春日部駅東口の旧街道一帯は本陣1軒、脇本陣1軒、旅籠45軒、問屋場1ヶ所、家773軒の充実ぶり。岩槻宿と関宿を結ぶ道が通ることからも、江戸と結んだ物資の集散地、商業・交通の要地として、日光街道23宿のうちの6番目の規模を誇りました。



日光街道粕壁宿



### 長年ご使用の換気扇で、ご使用前に次のような症状がありませんか？



もし心当たりがあるなら、今すぐ専門家によるチェックを。

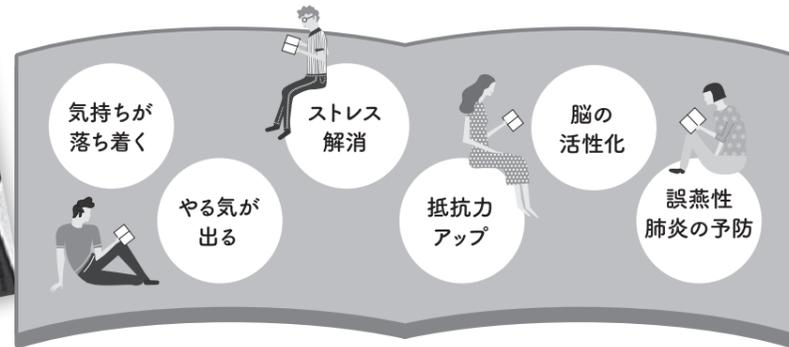
毎日を健やかなこころとからだに整えてくれる

# 「1分音読」のすすめ



テレビでおなじみの  
医師・ジャーナリスト  
森田豊氏 推奨

音読には黙読にはない  
6つのメリットが!



朝から音読! 気持ちも落ち着き、気分爽快!

ワンポイント  
アドバイス

テンポもよくて知性がひかる文章です。その光る部分がどこにあるのかを見つけるようにして読んでいくと、ぐっと味わいを感じることにつながるでしょう。

越す事のならぬ世が住みにくければ、住みにくい所をどれほどか、寛容で、束の間の命を、束の間でも住みよくせねばならぬ。ここに詩人という天職が出来て、ここに画家という使命が降る。あらゆる芸術の士は人の世を長閑にし、人の心を豊かにするが故に尊とい。

人の世を作ったものは神でもなければ鬼でもない。やはり向う三軒両隣にちらちらするただの人である。ただの人が作った人の世が住みにくいからとて、越す国はあるまい。あれば人でなしの国へ行くばかりだ。人でなしの国は人の世よりもなお住みにくからう。

越す事のならぬ世が住みにくければ、住みにくい所をどれほどか、寛容で、束の間の命を、束の間でも住みよくせねばならぬ。ここに詩人という天職が出来て、ここに画家という使命が降る。あらゆる芸術の士は人の世を長閑にし、人の心を豊かにするが故に尊とい。

山路を登りながら、こう考えた。智に働けば角が立つ。情に棹させば流される。意地を通せば窮屈だ。とかくに人の世は住みにくい。

山路を登りながら、こう考えた。

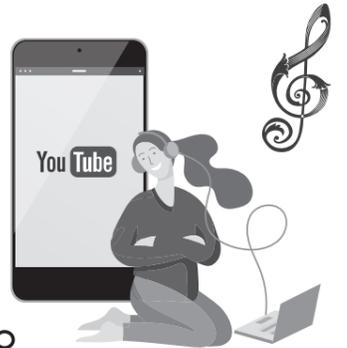
夏目漱石

草枕

いつでも聴ける YouTube で癒しタイム



あなたの好きな音楽は?  
ちょっとした癒しなら  
バロック音楽をお勧め。



船の上で演奏されたビッグイベント!

## ヘンデルの水上の音楽

ヘンデルは、バッハと同じ年に生まれていますが、バッハとは対照的に、若い頃からイタリアへ出向き、その後はイギリスを来訪し市民権まで獲得。

そのヘンデルの作った管弦楽曲の代表作が「水上の音楽」です。

舟遊びのために作られた曲だということは事実のよう。

野外で演奏されることを想定していますので、全体に明るく、開放的な雰囲気が溢れ、管楽器は合奏協奏曲のような雰囲気もあります。



George Frideric Handel

## 大学発商品図鑑



大学の逸品を  
手に入れちゃおう

### あなたはどっち派? 大学発のうどん・そば

みかんの皮を有効活用!  
みかんうどん 龍谷大学

処分されていたみかんの皮の乾燥粉末を小麦粉に混ぜ込み、鮮やかな色合いと香りを実現。龍谷大学経営学部・藤岡章子ゼミの学生が、和歌山県有田市の「早和果樹園」と開発。噛むほどに深い味わいが広がる麺と、お好みでさまざまな薬味との相性をお試しあれ。

【価格】680円(税込)/1袋200g(2人前)、つゆ70g×2袋  
【お問い合わせ先】早和果樹園のHPから通販で購入可。  
和歌山県内のサービスエリア、土産物店、大学内生協等でも販売。

粗挽きそば粉使用  
信州アルクマそば 松本大学

信州産粗挽きそば粉使用のインスタント蕎麦。松本大学人間健康学部の矢内研究室と(有)あつみ野食品、JR東日本長野支社の合作。そば粉として使用しているのは、すべて信州産粗挽きそば粉。自宅で手軽に本格的な蕎麦の味を楽しめます。

【価格】216円(税込)/118g(めん:90g)つゆ付  
【お問い合わせ先】楽天等で通信販売。JR東日本長野支社管内の駅構内店舗、一部の列車内販売、長野県内の主な「道の駅」等でも販売。