

音楽会を開催しました

日時:平成30年7月28日(土)

7月はソプラコンサートでした♪

ソプラ歌手・・・田丸千晶さん、西村敬子さん、井上久美子さん
ピアノ・・・柴田典子さん、吉村敬子さん
に演奏していただきました。



クラシックあり、ポップスあり昭和の名曲あり!
と盛りだくさんで、3人のハーモニーが美しく
迫力があって、楽しいコンサートでした♪



♪音楽会のお知らせ♪

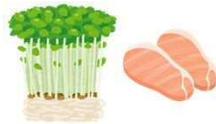
9月22日(土) 会場18:30～ 開演19:00

ピアノとクラリネットの音楽会を開催します。2つの可憐な音色をお楽しみ下さい☆皆様のお越しをお待ちしております♪

ご予約は・・・ TEL:0774-32-8483
(株)三浦建設 MAIL:office@kk-miura.com



旬のレシピ



9月に入ってもまだまだ暑いですね...
体力落ちてしまっていないですか?
今月は疲労回復に効果的なビタミンB1を豊富に含む豚肉・豆苗を使った簡単チャンプルをご紹介します♪

・・・スタミナ満点! 簡単カラフルチャンプル・・・

《材料》

- *豚もも肉(こま切れ)・・・100g
- *卵・・・・・・・・・・1個
- *豆苗・・・・・・・・・・1パック
- *トマト・・・・・・・・・・1個
- *かつお節・・・・好みの量
- *塩コショウ・・・・ひとつまみ
- *濃口醤油・・・・小さじ1
- *ごま油・・・・小さじ1
- *にんにくや生姜・・・お好みで



《作り方》

- ①豆苗は根本を落とし、半分の長さに切る。トマトは一口大に切る。にんにくや生姜を加える場合はすりおろしておく。
- ②フライパンにごま油を中火～強火で熱し、豚もも肉を加えて炒める。色が半分ぐらい変わったら豆苗とトマトを加えてさらに炒める。
- ③豆苗がしんなりしてきたら卵を加え、混ぜながら炒める。
- ④塩コショウと濃口醤油(お好みでおろしたにんにくや生姜も)で味付けし、かつお節をふりかければ出来上がりです!

糖質の代謝を助けるビタミンB1!
スタミナをつけて、乗り切り行って行きましょう\(^o^)/

LOHAS

=Lifestyles of Health and Sustainability
”健康と地球の持続可能性を志向するライフスタイル”

～ゴーヤでグリーンカーテン～

窓からの日差しがキツイのでゴーヤのツルで天然の日除けを作ってみようと、6月22日に植えたゴーヤですが、ここまで大きくなりました。



7/10 植えてから2週間以上経ってツルが網に巻き付き花が咲きました。



7/10



7/26



8/10

8月中旬に収穫して美味しく頂きました♪

夏本番、理想のカーテンまでには、なりませんでした。約1ヶ月でここまで大きくなりました!!



住宅豆知識

日々の暮らしの参考にして下さいね

～本当の事、職人の方に聞いてみました! part7～

古い瓦屋根を葺替えしたいのですが、最近多いカラーベストの屋根に変える事はできますか?

ANSWER



カラーベストとは、セメント、けい砂を原料として繊維で補強した屋根材です。強く、耐久性、コストパフォーマンスに優れていますが、瓦屋根に比べると耐久性は低く、金属部分の錆が発生する前に塗替えが必要で、できれば10年に一度再塗装をおすすめします。(色あせしにくい製品もあります)

同じ瓦でも、軽量瓦は瓦屋根の家の美観を損なわず、粘土瓦と変わらない耐久性を持ち、3割程度軽量化され、家への荷重が軽減されます。落ちにくい形状で設置する工法も開発され、地震・風による落下を防ぎ、安全性も向上しています。



カラーベスト



軽量瓦

他にガルバリウム鋼板は、金属系の屋根で表面に天然石が接着されているものもあり、金属屋根の軽量性、天然素材のメンテナンス性を兼ね備えており、耐久性も優れています。



ガルバリウム鋼板

瓦屋根から、色々な屋根材に変える事は可能ですが、リフォームの場合は瓦のズレなどによって、屋根材の下の野地材が風雨にさらされ傷んでいることもあるので、きちんと下地を見ておくことが重要です。

リフォームで出来ないことは無いんですね。自分で屋根に登って見ることは難しいので、信頼できるプロに任せたいと思いますよね。どんな事でもお気軽に、ご相談下さいね☆



リフォームにご関心のある方、不動産をお探しの方、建て替えをお考えの方、お気軽に御相談下さい。
小さな修繕から大改造まで当社のコーディネーターがご提案させていただきます。

URL: <http://www.kk-miura.com>



(株)三浦建設

〒611-0002 京都府宇治市木幡須留1-189

TEL: 0774-32-8483 FAX: 0774-32-6730

URL: <http://www.kk-miura.com>

Office mail: office@kk-miura.com