

あ
い
ば

相場通信8月号

発行所
相場ヒロユキ建築事務所



社長の顔写真入りバズが
走り出しました

相場ヒロユキ
建築事務所(有)

磐田市豊岡7060-1
TEL: 0538-66-7766



錆色
サイコー

ホームページ&ブログ
ご覧ください。



今月の話将棋

頭の体操

2020. 8 (3手詰)

5	4	3	2	1	
		▲	▲		-
			▲	▲	二
	▲			▲	三
				▲	四
					五

特駒

金

ヒント:
無し
(答えは3手詰)

◎◎◎◎◎

14歳でプロの世界へ...
そのまま公式戦無敗の
29連勝他、多くの記録を
更新中の史上最年少棋聖
藤井聡太さん(18歳)
何でしよこの落ち着き...
将棋の効果どすやねえ
「考える」「先を読む」「待つ」
「負けを認めて、活かす」
18歳にして全て
小言っているやのうな性格
(うん、完全に私は負けてます。)
今後も活躍が楽しみです。



◎◎◎◎

日々是好日 8月の食養生

なすは身体を冷やす作用が
穏やかな「涼性」の食材です。

胃など、消化の働きを高める

作用があるので

夏の暑さで

食欲の低い

とき、おすすめです。

なすの成分

ナスニン

コレステロールの上昇を抑えます

なすの「アク」には

ポリフェノールの一種、クロロゲン酸

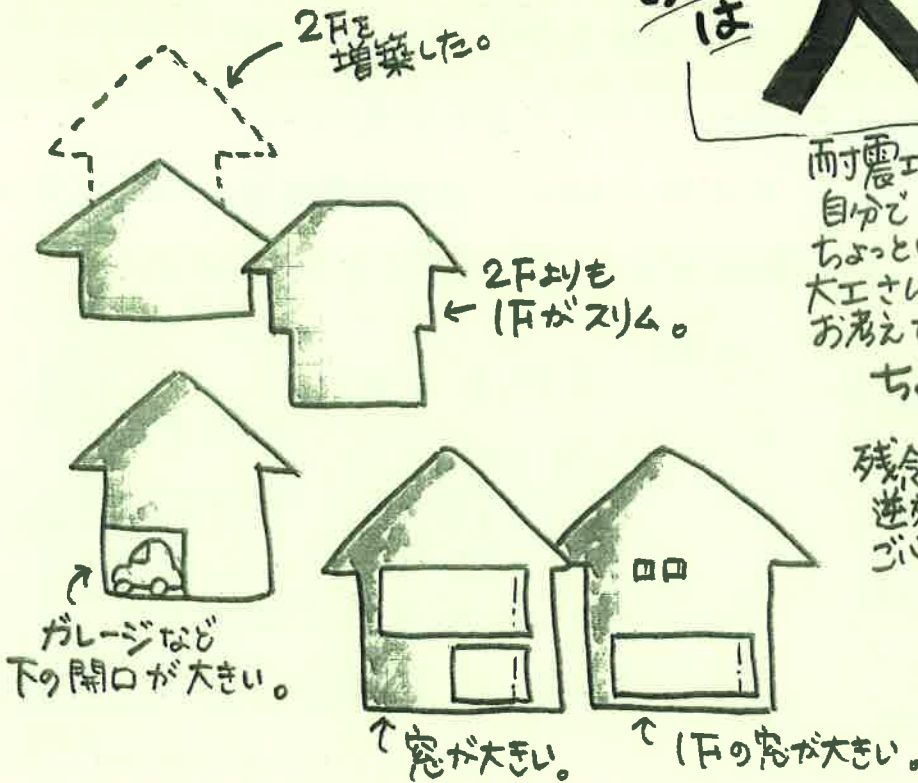
抗酸化作用があります。



丸ごとレンジでチン!してから
切って、お味噌汁に入れてみてお
おなすの美味しさを倍増〜

昭和46年以降に建てたお家でも、古くなったり、お家の形によっては“揺れ”に弱くなってしまいます。

あなたの お家は 大丈夫？



耐震工事はお金もかかるとか、自分で出来ないかな？とか、ちょっとリフォームのついでに大工さんをお願いしようかな？とか、お考えではないですか？

ちょっと待って下さい！
残念ながらムリな力がかかって逆効果になってしまうことがあります。ご心配な方はご相談ください。

耐震診断は**無料**でできます。



ジュビロ磐田 熱烈に応援中!!

< 7月の試合結果 >

- △ 7/5 vs 岡山 1-1
- 7/11 vs 山口 2-1
- 7/15 vs 福岡 0-1
- 7/19 vs 北九州 2-0
- 7/25 vs 徳島 0-2
- △ 7/29 vs 琉球 2-2

ジュビロ磐田

10位 / 22チーム

(7月30日 現在)

15000人収容できるヤマスタに3700人の人数制限のなかで、やっと再スタートした有観客ゲーム

チケット争奪戦になるか!と思いきや2500人も入らない客席...席の移動も、立ち上がるのも、旗振りも太鼓も声も、手拍子も、全てが禁止X

ヤマハさんが開発したリモート応援のおかげで、録音された応援が流れているから、それなりに雰囲気はあつものの、声を掛けたいよあ仲間と喜びたいよあとしみじみ

それこそ普段は聞けないもの、選手同士の会話とか、呼び合う名前とか、そんなものがスタジアムでは聞ける。今ならそれは楽しみ

< 8月の試合日程 >

- A 8/2 (日) vs 愛媛FC
- H 8/8 (土) vs 松本山雅FC
- A 8/12 (水) vs 大宮アルディージャ
- H 8/16 (日) vs ジェフユナイテッド千葉
- A 8/19 (水) vs FC町田ゼルビア
- H 8/23 (日) vs ヴァンフォーレ黄金沢
- A 8/30 (日) vs サスパルサツ群馬





Okra

オクラ (秋葵)

花言葉

「恋によって身が細る」
「恋の病」
「あなたを信じる」

オクラは、野菜の花とは思えないほど花が美しく、クリーム色の花を咲かせます。アオイ科なのでハイビスカスのような花です。

花の命は短くて、夜から明け方に咲いた花は、昼過ぎには花を閉じてしまいます。

～。～。～。～。～。～。～。～。～。～。

断面

オクラの断面は、

- ★
- ★
- ★
- ★
- ★
- ★

「星オクラ」

「五角オクラ」



「丸オクラ」



が代表的な型です。

スーパーによく置かれているタイプは「五角オクラ」のようです。

名前由来

実はオクラは英名で「Okra」。

オクラと発音します。

和名は「アメリカネリ」

「陸蓮根(おかれんこん)」

などの和名がありますが、

外来語が定着したんですね。

夏バテに!!

ねばりの正体は、糖タンパク質のムチン、食物繊維のノクチンやガラクトンなどです。

ムチンにはタンパク質の消化をよくするはたらきがあります。タンパク源の肉や魚類また納豆や豆腐などの良質なタンパク質などと組み合わせて食べると消化吸収率が高まり、夏バテの予防や解消に効果的です。また、胃の粘膜の状態を整えて、胃を保護するはたらきもあります。調子の落ちた夏の胃に最適の食材です。

● 編集後記 ●

今年の梅雨は大雨&長雨(ほんとは良く降りましたね)天竜川沿いも走って通勤しています(車ですよ)めったに見ない位の水量で小粋いらいでした。今月の相場通信も読んで頂けました。梅雨明けもなっているから、それはそれで暑くなりそうです。どうがお元気!

今月の表紙

「2度と見らぬ風景」by 社長
お家を新しく建てたお客様が、長年住んだお家の窓から見た景色、何気ない日常、何度も見た景色、今もきちんと並んでいる瓦、錆びてしまったトタン屋根、そんな景色が愛おしくてスケッチしました。と、思ったかどうかは分かりませんが、おそろく当たっていると思います!

ご友人、ご近所さまに相場をご紹介ください!

お返しに無農薬で育ったお米をほんたうにプレゼントさらに...ご成約なら新築(2000万)で10万円リフォーム(500万)で3万円着工後にキャッシュバックさせていただきます。どうぞ、宜しく願い致します。

“雨降、て地固まる”と言うものの
 この日は 朝からドシャ降り
 ところが 地鎮祭の時間が
 近づくにつれ、雨は止んで
 ☀️お陽様もニッコリ。

地鎮祭

見付のお天神様から
 神主様・巫女様にお越し頂いて
 土地と使いさせて頂く
 お許しを請う儀式が
 とり行われまいに。
 ご家族の繁栄と
 工事の安全も
 宜しくお願い致します。

方工
 責任者による
 鉾入れの
 儀式。

方地主様の草刈の儀式。

四方にお酒とお塩を。

みんな揃って記念撮影。

迷っちゃおう!

どうぞ、たくさん迷っちゃってください。
 新築のときは 決めるものがたくさんです。
 新築のときは 決めるものがたくさんです。
 キッチンにトイレにお風呂...
 壁の色、床の色、ドアの色...
 壁の色、床の色、ドアの色...
 でもココが新築の楽しいところ♡

「相場」も
 一緒に考えます。
 浜松にある LIXIL の
 ショールームへご案内します。
 ショールームへご案内します。
 商品の説明もしてくままでの
 やっくりと
 選んでください。

<LIXILショールーム>

*写真はLIXILの製品です。

おうちの事

一度

なんでも

ご相談ください。

ご相談から

「設計」「施工」

「アフターサービス」まで

全ての窓口はこちら

これが **相場の安心**です。

0538-66-7766



「設計事務所」と「工務店」の
合わせ技

工事中でも、
普通の生活が
安心して送って頂ける
監理しながら、よう
施工させて頂きます。

耐震 リフォーム大丈夫？
そのリフォーム出来る会社
「リフォーム工事が出来る」会社
X「耐震工事が出来る」会社
ではないのです。

新築 あなたに合った
「土地を探さ」ころから、
そこに建てた後のことまで
ぜひ一緒に。
プロの目でアドバイスさせて
いただきます。

リノベーション
家族も変化します。
それに合わせた
使い勝手の良い安全な
お家をご提案いたします。

外構工事
本格オウンド
薪ストーブなんて
いかがでしょう

身近な困ったこと
• お風呂が寒い...
• 水道の水漏れ
• 床がブカブカしてきた
• 空き屋どうしよう

中古物件
新築では実現できない
但し価格で
自分流にアレンジ。
リフォーム

台風や地震など **自然災害**
自然災害 復旧工事
窓ガラス 屋根瓦
集中するため
工事内容によっては
お待ちせざる場合があります。

お客様の
イメージを
カタチにします。

物件探し
一緒に。
建物の状態や
構造面のチェック
お任せください。

DIYのご相談
IKEAお買物ツアー
など
計画しています。

● **ご相談はお気軽にどうぞ** ●