

戸建、マンション、増改築、水回り、外壁塗装、屋根、中古購入リフォーム等、ご相談下さい。



株式  
会社

# 米山住研

愛着をもって暮らすためにこまめな診断とメンテナンスを!!



## 「人が主役の家づくり」

をモットーに、お客様と安心・安全で  
快適な住まいづくりを行っております。

代表取締役 米山 正仁

私たち、昭和26年から地元の皆様にご愛顧いただき、地  
域ナンバーワンのハウスクターを目指して活動している  
「リクシルリフォームショップ米山住研」です。  
住まいに関するお悩みやお困り事などありましたら  
お気軽にご相談ください。



新築の  
お問合せは



米山住研

検索

〈住所〉〒400-0222南アルプス市飯野1810  
〈営業時間〉8:00~17:30〈休休日〉日曜日・祝日  
一級建築士登録 一級山梨県知事登録(契)第1-011659号

Instagram



YONEYAMA.JUKEN

0120-39-2460

株式会社 米山住研



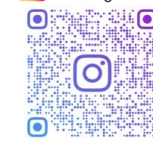
リフォームの  
お問合せは



米山住研

検索

Instagram



YONEYAMA.JU.KEN.ALPS

〈住所〉〒400-0302南アルプス市沢登971-1  
〈営業時間〉8:00~17:30〈休休日〉日曜日・祝日

0120-39-2466

米山住研

LIXILリフォームショップ 南アルプス店



リフォームの  
お問合せは



米山住研 甲斐店

検索

Instagram



YONEYAMA.JUKEN.HAITEN

〈住所〉〒400-0117甲斐市西八幡2298-1  
〈営業時間〉8:00~17:30〈休休日〉日曜日・祝日

0120-64-3535

米山住研

LIXILリフォームショップ 甲斐店

## アルプス店・甲斐店 同時開催! 水まわりリフォーム相談会! 11月5日(土) 10:00~16:00



ご来店予約・資料請求はこちらまで!

工務店だからこそできる  
リフォームがあります!

南アルプス店



甲斐店

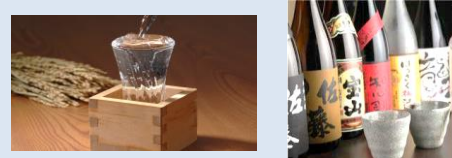


## 『新入社員』紹介

【本社勤務】  
中町 範夫



趣味は、日本中のおいしいお酒を飲むことです!



皆さん こんにちは。7月より入社いたしました中町です。前職では、地域の  
活性化となる街づくりを通じて、「皆様の暮らしを豊かにする地域開発」を  
モットーに、事業用物件に特化した土地・建物の有効活用方法を提案する  
不動産開発事業を行って参りました。これからは、「人の暮らしと住まいづくり  
」という分野で、今からの時代に合った「ほとんどの暮らし方」と当社の強みで  
ある「ワンストップサービス」を積極的に提案しながら、お客様に喜んで頂ける  
様な仕事をしたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

## ご提案・お見積りは無料!

### 求む! 土地・中古住宅

- 売りたい
- 貸したい
- 買いたい
- 借りたい
- 建てたい
- リフォームしたい



不動産の  
お問合せは



LIXIL不動産ショップ 米山住研 検索

Instagram



YONEYAMA.ERA



〈住所〉〒400-0222 山梨県南アルプス市飯野2973-3  
〈営業時間〉9:00~18:30〈休休日〉水曜日

宅建業許可 山梨県知事免許 (契) 第1508号  
全社(全国)宅建物取引業保証協会(一社) 山梨県宅建物取引業協会会員

0120-39-2455

LIXIL不動産ショップ 米山住研



### ◆0様邸リフォーム報告(南アルプス市)◆ ~掃除しやすいユニットバスリフォーム!~

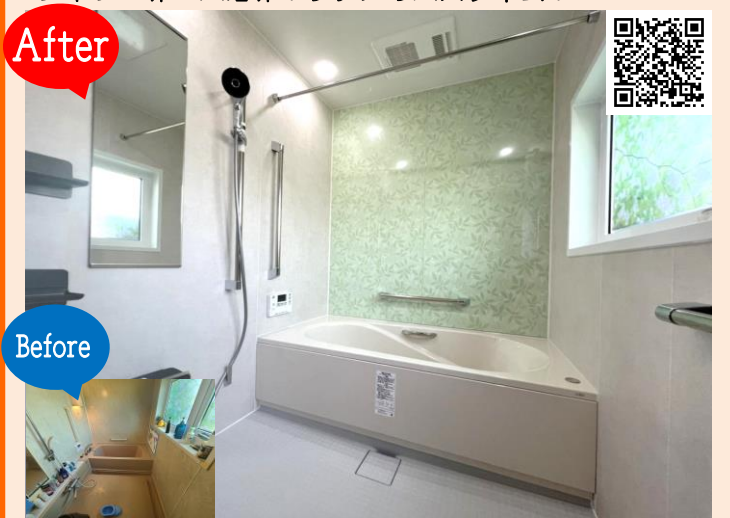


脱衣室との段差もなくし片引戸にすることで  
バリアフリーなお風呂になりました。

施主様の声

浴室は広くなりとても快適です!  
段差もなくなり安全になりました。

### ◆0様邸リフォーム報告(笛吹市)◆ ~シャワー派×入浴派!リデアのバスタイム!~



リクシルのシステムバスルームリデアでカスタマイズ!  
余計なものは付けず、すっきりしました!  
♪浴槽はパールクォーツで高級感もUP♪

施主様の声

バリアフリーで安全で暖かくなりました。  
大好きなグリーンのパネルで大満足です!

~友だち登録でお得な情報をGET!~  
LINE友だち募集中! ID@254jmxwg  
米山住研公式アカウントはこちら→

スタッフ募集中!  
詳しくは、お電話を! 0120-39-2460





## Health

### 手の乾燥を防ぎましょう



指先のマッサージ効果で血行促進にもつながります

イラストB

秋は比較的過ごしやすい季節ですが、実は乾燥が始まる季節でもあります。そこで手の乾燥を防ぐケアの方法などを紹介します。

- ①ハンドクリームの前に化粧水をプラス  
日中はなかなか難しいかもしれませんが、夜のお手入れの際に化粧水を手にもつけて、ハンドクリームを塗ることで保湿効果が高まります。
- ②アルコール消毒後にもハンドクリームを  
今では手のアルコール消毒が日常に。何度も繰り返すと手も乾燥してくるので、こまめにハンドクリームを塗りましょう。今では、除菌もできるハンドクリームも見られるのでチェックしてみると良いですね!

#### 効果的なハンドクリームの塗り方

- ①説明書にある適量を手のひらに取り、広げながら両手で温める。温めることで伸びの良さが違う!
- ②手の甲につけ、反対の手で優しく押しながら全体に広げ、なじませる(イラストA)。
- ③両手の指を組み、上下に滑らせるようにして指と指の間もしっかり塗ります。
- ④指先や爪、爪のまわりなども優しく塗り、指先をつまんでなでながら指を抜くように放します(イラストB)。

ビタミンEは血行促進に効果的。ビタミンCは皮膚の回復力を高めてくれるそうです

尿素配合のものは、硬くなった角質をやわらかくしてくれる働きがあります

尿素配合ハンドクリーム

手のお悩み別でおすすめのハンドクリームがあります。カサカサした手やあかぎれがある手には、ビタミン系を配合したものがおすすめです。かさつきや粉ふきには保湿系を。セラミドやヒアルロン酸、コラーゲン配合のものがおすすめ。皮膚のごわつきには、尿素配合がおすすめ。ただし、皮膚が弱い人や敏感肌の人、ひび割れがある人は避けた方が良いでしょう。

## Chottoいいかも

手&足形アートでハロウィンを盛り上げませんか? 手や足に絵の具などを塗って、紙に形を押し、そこにアレンジを加えれば完成! ハロウィンのディスプレイに活かしたり、お子さんと遊びとして楽しむのも良いですよ!

### ■ 手形でハロウィン表現



一緒に日付やお子さんの年齢を記せば、素敵な成長記録にも♪

グレーの手形はおばけ、オレンジの手形はおばけかぼちゃ風のアレンジ! 星のシールなどを加えればより雰囲気が盛り上がります!

### ■ 足形でおばけかぼちゃ&手形はガイコツに



足形を少し重ねるように押すのがポイント! ガイコツは、手形を体に見立て、顔のシールと合わせれば完成。

### ■ かわいい動物たちもできます!



ちなみに、手形の手のひら部分に顔を描けばガイコツ風にもなります。

足形は猫の体、手形はコウモリの翼、といった感じで、シールなどと組み合わせればキュートな動物たちも表現できます!

### ■ 手&足形アートをアレンジ!



100円ショップでも見られるハロウィン用のシールと組み合わせても素敵

手形&足形アートでポストカードやポスターをつくり、足形を切り取って壁にペタペタ貼るだけでもかわいいです!

※材料・道具の取り扱いに気を付けて作業してください

## かんたんレシピ

### かぼちゃのミートクリームパスタ

教えてくれた人…尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。  
<http://ryo-ri.net/>

#### 材料 (2人分)

- スパゲッティーニ(太さ1.6~1.7ミリのパスタ)…160g、かぼちゃ…200g、合いびき肉…200g、ニンニク…1かけ
- 白ワイン…100ml、生クリーム…200ml、塩・コショウ・オリーブオイル、イタリアンパセリみじん切り…適量、粉チーズ…大さじ1



ほくほくとしたかぼちゃにクリームソースが優しくからむパスタ。ハロウィンにもぴったりです!

- ①かぼちゃは3センチ程の角切りにし、ニンニクはみじん切りにする。
- ②鍋にたっぷりの湯と塩を加え、パスタ、かぼちゃと一緒に、パスタの表示時間茹でる。
- ③フライパンにオリーブオイルを熱し、塩・コショウをした合いびき肉、ニンニクを加えて火を入れる。
- ④③に白ワインを加え、沸騰させてアルコールを飛ばし、生クリームを加えて塩・コショウで味をととのえる。
- ⑤④に②を加えて絡め、器に盛りつけ、イタリアンパセリと粉チーズをかける。

※生クリームは火にかけすぎると分離してしまうので、一度沸騰させたら火を止めましょう。

## 熟語探し

A~Cは四字熟語の各漢字の一部を拡大したものです。四字熟語を完成させたら、太枠で囲んだ文字を使ってできる三字熟語を教えてください。



知	財	識	幾
産	的	無	息
□	□	□	□
A	B	C	

答え □ □ □

答えは左下にあります。