2025 9月号 No.302 マキノ
Sunらいふ
おかげさまでマキノは創業53周年!! 発行　株式会社マキノ SUNらいふ企画室 TEL.0268-71-0161 FAX.0268-71-0162

住まいの役立つ情報　9月は防災月間。防災について見直しをしよう!

9月1日の「防災の日」は、1923年の関東大震災をきっかけに「災害への認識を深め、備えを促す」ことを目的に制定されました。また、台風や大雨など自然災害が多い9月は「防災月間」ともされています。この機会に、防災意識を高め、家庭や職場の備えを見直しましょう。

●非常用持ち出し袋の確認・補充

食品・飲料水・懐中電灯・充電器・常備薬・簡易トイレなど、必要なものが揃っているか確認しましょう。その際、懐中電灯の動作確認も忘れずに。また、暑い時期と寒い時期の必需品は異なります。これからの季節に必要なものがあれば、追加しておきましょう。
有事の際にスムーズに避難できるよう、実際に持ってみて、重くなりすぎていないか確かめておきましょう。

●備蓄品の見直し

賞味期限・使用期限が切れていないかをチェックしましょう。
最低3日分、できれば1週間分の水・食料を備えましょう。

●お部屋の中の防災チェックを

寝室やこども部屋などには、できるだけ背の高い家具を置かないようにしましょう。また、家具が倒れて出入口や通路をふさいだりしないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。
寝室では手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておきましょう。

●家族と避難場所や連絡手段を確認しておく

災害時にどこに集合するか、どの連絡手段を使うか(電話、LINE、災害用伝言板など)を家族で話し合っておくと安心です。

必要なのは「特別な準備」ではなく「日常の中でできる備え」です。防災月間をきっかけに、無理なくできることから始めてみましょう!

マーケティング事業部 田中 良文

一緒に楽しい誌面を作りましょう!

こんなお便りや情報もお待ちしております!!

- 「住まいの役立つ情報」コーナーで知りたいことや、特集してほしいことなど
- 「マキノ時間旅行」でみんなに紹介したい懐かしい品や風景
- マキノのイベントでもらったお花が綺麗に咲いたから
  みんなにも写真を見て欲しいな!

…などなど、ぜひマキノまでお知らせください!!

LINE お写真の投稿はLINEから♪
QRを読み込んで友だち追加をしてくださいね!
ID @034koazu

SUNらいふのご送付先について
☑ 宛名(世帯主様)のご変更 ☑ お届け先住所のご変更 ☑ DM停止をご希望の場合
上記に当てはまる方はお電話、もしくはSUNらいふ付属ハガキにご記入の上ご郵送にてお知らせください

(切り取ってポストへ投函ください)

郵便はがき

料金受取人払郵便
上田局承認
6052
差出有効期間
2026年3月31日まで
切手は貼らずにお出しください。

3 8 6-8 7 6 2

上田市中之条1268-51
株式会社マキノ本社
Sunらいふ企画室　行

お風呂　トイレ　キッチン
洗面　オール電化　太陽光発電　外壁塗装
53rd Anniversary Since1972 Total Reform & Repair Shop makino co. since1972
マキノ
株式会社 マキノ ■本　社／〒386-0034 上田市中之条1268-51
■長野営業所／〒381-0024 長野市南長池991-8
リフォームのマキノ 検索 https://makino-reform.com/
住まいのお困りごと、まずはお電話でご相談ください!!
お フ ロ の リ フ ォ ー ム
0120 FreeDial 0120-026-146
リフォーム体験館
上田店 長野長池店
ショールーム体館日に関する最新情報はHPでもお知らせしています
上田店
長野長池店
上田店 上田市中之条1268-51
長野長池店 長野市南長池991-8
SUNらいふは捨てずに保存して下さいね!!集めるときっといいことがありますよ!!
SUNらいふの封入・発送作業は「社会福祉法人 まるこ福祉会」の皆様にご協力をいただいております。多大なるお力添えにこの場を借りてお礼申し上げます。

サンデーキッチン Vol.102

簡単シリーズ

トマト麻婆豆腐

トマトの優しい酸味が夏に疲れた身体に染み渡る!

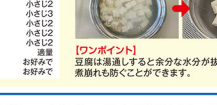
作り方

材料(2人分)

木綿豆腐	300g
鶏むねひき肉	200g
玉ねぎ	1/2個
ニンニク(チューブ)	3cm分
ごま油	適量
★水	50cc
★カットトマト(缶詰)	300g
★鶏ガラスープ(顆粒)	小さじ2
★豆板醤	小さじ3
★甜麺醤	小さじ2
★味噌	小さじ2
★生姜(チューブ)	小さじ2
水溶き片栗粉	適量
青ジソ	お好みで
粉チーズ	お好みで

1 【下準備】
玉ねぎはみじん切り、青ジソは千切りにする。

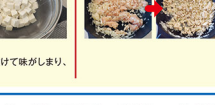
豆腐は食べやすい大きさに切りわけ、沸騰した湯で4～5分茹でた後、ザルにあげて水切りをする。



【ワンポイント】
豆腐は湯通しすると余分な水分が抜けて味がしまり、煮崩れも防ぐことができます。

2 鍋にごま油とニンニクを入れ中火で熱し、香りが立ってきたら玉ねぎとひき肉を加えがめる。

玉ねぎとひき肉に火が通ったら★印の材料をすべて加え、中火のまま全体が馴染むように混ぜる。



3 2に豆腐を加えて形を崩さないよう混ぜる。ひと煮立ちさせたら、水溶き片栗粉でトロミをつける。

大皿に盛り、粉チーズと青ジソ!を散らして完成!
取り分けて召し上がれ♪

社長コラム

「猛暑の夏と、冷たい麺と、感謝の気持ち」

今年の夏は、例年になく厳しい暑さとなり、日常の挨拶も「こんにちは」ではなく「今日も暑いですね」と交わされるほどでした。8月5日には群馬県伊勢崎市で、国内観測史上最高気温となる41.8度を記録。まさに異常気象と言える暑さです。

これが地球温暖化の影響かどうかは分かりませんが、年々、夏の暑さが増しているように感じます。

建築業に携わる私にとって、この猛暑は深刻な問題です。現場や職場では熱中症対策が欠かせず、社員や職人の皆さんが安全に作業できるよう、環境づくりに細心の注意を払った夏となりました。

猛暑が続くと、冷たい飲み物をつい摂りすぎてしまい、食欲も落ちていきます。そうなると、食事もソーメンや冷やし中華といった、スルッと喉を通る冷たい麺類が恋しくなります。

私自身もこの夏は、ソーメンや蕎麦、冷やし中華を頻繁に妻にリクエストし、作ってもらっていました。中でも冷やし中華は特にお気に入りで、「えっ!!また?」いい加減飽きないの?」と、妻に呆れられるほどでした。妻が作ってくれる冷や中華は具材も素晴で毎日食べても飽きません。

仕事を終え、疲れて帰宅した私のために、毎晩食事を用意してくれる妻には感謝の気持ちしかありません。

先日、SNSで「ソーメンでいいよ~」という何気ない一言が、奥さまの逆鱗に触れた!という投稿を目にしました。世のご主人方の中には、ソーメンは「ただ茹でるだけで簡単」と思っている方も多いようですが、実際に暑いキッチンに立ってみれば、その大変さはすぐに実感できるはずです。

鍋でお湯を沸かし、茹でるという作業は、真夏にはかなりの労力を伴います。「ソーメンなら、簡単にできるだろう」という安易な発言は、控えるべきかもしれません。

だからこそ私は、妻にソーメンをお願いする際には、「どうしてもソーメンが食べたいので、お願いします」と、ひと言添えるように心がけています。ほんの少しの配慮が、作ってくれる側の気持ちを大きく変えてくれるのです。

当たり前のように感じていた日々の食事が、実はどれほどありがたいものか。この猛暑の夏、冷たい麺とともに、あらためて＊＊「感謝の気持ち」＊＊をかみしめた日々でした。

—お願い—
◎皆様からお寄せいただきましたご意見・ご感想は「Sunらいふ」へ掲載させていただく場合がございます。
—個人情報の取り扱いについて—
◎ご住所、お名前、お電話番号を記載のとお送りくださいね。お寄せ頂いた個人情報は厳重に管理し、当社のご案内や景品の発送以外の目的では利用いたしません。

まだまだ油断出来ない! 秋の台風にご注意を!!

秋の台風は夏の台風よりも「速くて強い」のが特徴です。
この後もしばらく台風シーズンは続くので油断はできません。台風による「もしもの被害」に遭われたら、すぐにマキノまでご連絡ください。迅速対応致します!!

強風による損傷

●壁の剥がれ（サイディング・漆喰）

- 屋根瓦のズレや剥がれ
- 雨樋の破損
- 波板の剥がれ
- 雨漏り
- 飛来物によるガラス割れ
- ベランダ床の破損
- カーポート、物置の転倒
- 倒木の撤去・処分
- アンテナの修理

水害による損傷

- 地盤沈下場所の修繕・復旧工事
- 畳の取替など内装改修
- 家屋の消毒

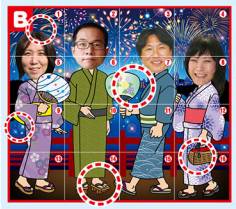
修理・修繕、点検のご依頼はマキノまで!! 0120 FreeDial 0120-026-146

知ってビックリ!! 信州弁 126

標準語 まぶしい → 信州弁 ひどろってー

日常会話の中にも、意外と方言が使われているんですね。
信州弁を調べてみました!!

まちがい探しクイズ 8月号の答え・当選者発表



答え				
1	7	9	14	16
火花	うちわの絵	水面の光	下駄の高さ	バッグの形

当選者は
長野市 匠のこころ様
長野市 Y.W様　上田市 おっしゃん様
上田市 ラッキー様　長野市 のぶちゃん様
おめでとうございます

8月号プレゼント
くるみ入り羽二重餅
お届けをおたのしみに!!

まちがい探しクイズ Aと Bの絵をよく見て、5ヶ所の間違いを探してね!!

正解者の中から抽選で5名様に、素敵なプレゼントが当たるラッキークイズ♪
間違っているマスの数字を「付属ハガキ」に記入して、郵送かFAXまたはLINEにてご応募を!!

ハガキ投函期限 FAX・LINE送信期限 9/15(月)

皆様からのおハガキ紹介!

毎月マキノへ寄せられる沢山のメッセージ。
貴重なご意見、応援や励ましのメッセージなど、毎月スタッフ全員で1枚1枚大切に読ませて頂いています!

SUNらいふご感想 皆様からのご意見・ご感想に感謝!

社長コラム、とても良いお話でいくつになっても姉妹はよいものだと思いました。読みながら温かさに涙が出てしまいました。他人への思いやりを持って過ごしていきたいものです。
武蔵市 元気パワー様

お世話様です。社長コラム、社長さんは小さい時からやさしい叔母さんに愛情を注がれて育って本当に幸せな人なんだなあと思います。だから幸せを社長さんに授して感じます。
上田市 Y.N様

社長コラムをお読みいただき、皆さまそれぞれに故人への想いや、隣人へのあたたかな気持ちを改めて振り返っていただけたようです。皆様はどのようにお盆をお過ごしになられましたでしょうか。また皆様のご感想もお寄せ下さいね。

少し前に社長さんのお母様のお姉様がお亡くなりになられたこと、心よりお悔やみ申し上げます。私の母は7人弟妹の長女で90歳ですが、今も私夫婦と元気で暮らせますこと有難いです。私はお盆には孫たちとにぎやかに過ごせること、幸せなことと社長コラムを読ませて頂き感じた次第です。
上田市 toyotoyo様

がんばれタスカルはお米の話題。今年いただく新米のおいしさを皆がずっと忘れなければこの先もずっとおいしいお米が食べられると思います。
感謝していただきましょう。
長野市 ハピナス様

「夏も安全な入浴を!」ですが40度で入浴をして風呂掃除をしたのですがサウナ状態で汗だくでした。記事にもありますが次の日に換気扇をまわすと（58度）汗もほとんどかきませんでした。
千曲市 F・K様

カレーのつけ麺とは…そば、そうめんが多い夏に汗だくになって食べるのもいいかも。カレーは大好きだ!
上田市 Y.K様

空調の室外機の記事、大変参考になりすぐスダレを用意致しました。
上田市 K・H様

今年の天気は毎日猛暑で年寄りには たまったもんではありません。そんな時にSUNらいふのクイズが気を落ち着かせてくれます。1万所なかなかわからなくて主人と一緒に苦労しました。これからも末永く続けてくださるようお願いいたします。
上田市 ゆっちゃん様

今年の猛暑の影響もあってか、暑さ対策のお話には多くの方から関心をお寄せいただきました。まだまだ残暑が続きます。油断せず元気に過ごしましょう!!

専務取締役 宮下 岳久

マーニングデイング事業部 石川 ひろ子

ハガキにご感想・ご意見などのメッセージを添えて返送してくださる方への絵手紙プレゼントは、絵手紙の在庫が無くなり次第終了いたしますことをご了承ください

第5回 みんなのマキ☆フェス 2025

MAKINO Festival

上田会場 10月4日(土)5日(日) リフォーム・ガ館館 上田店 ％Club
長野会場 10月18日(土) リフォーム・ガ館館 長野長池店

クッキング&トークショー開催

上田会場 10/4(土)

[タツヤ・カワゴエ]オーナーシェフ 川越 達也さん

上田会場 10/5(日)

カレー研究家 スパイシー丸山さん

長野会場 10/18(土)

炎の料理人 周 富輝さん

チャレンジ ザ・ダイス あの赤たまご プレゼント

ご来場ガラポンチャレンジ!! 花の小鉢プレゼント

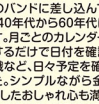
＼大好評／ 超難解! まちがい探しクイズ

住まいの個別相談会 などなど

同封の招待状をご確認ください!!

な、懐かしい~!! マキノ時間旅行 腕時計用カレンダー

腕時計のバンドに差し込んで使うステンレス製カレンダーは、昭和40年代から60年代にかけて広く普及した懐かしの小物です。月ごとのカレンダーを印刷したプレートを腕時計に装着するだけで日付を確認でき、実用性の高さから学生や営業職など、日々予定を確認する機会が多い層に重宝されました。シンプルながら金属の質感が腕元を引き締め、ちょっとしたおしゃれ心も満たす存在。
今では希少となり、当時を知る世代には懐かしさを呼び起こします。



懐かしいあの品、あの風景 大募集!! 写真とコメントをSunらいふ企画室までお送りください。

LINEからも写真の応募が可能です!! マキノID @034koazu

まちがい探しクイズ 正解者の中から抽選で5名様に 栗ようかん プレゼント!!

FAX・LINEでのご応募も可能!

FAX 0268-71-0162 LINE

（切り取ってポストへ投函ください）

『SUNらいふ』は皆様に支えられています

☆9月号マキノのまちがい探しクイズの答え

※イラストのマスの数字を5つ記入してください

☆ご意見・ご感想・マキノスタッフへメッセージ
住まいに関するご相談ごとなど、ご自由にどうぞ

ご住所 〒　-

フリガナ　ペンネーム
氏名　男・女

お電話番号　(　　)

ご記入ありがとうございました!