あぼっく通信 Vol.01

ダイケンホーム＆サービス
リフォーム特約店

有限会社アボック

2020年11月

こんにちは。今年は夏から急に秋になったような感じがします。
朝晩はすこし冷えますが、ハイキングやスポーツなどをするのによい気候ですね！
秋の夜長は読書や音楽を楽しんだり、お家でリラックスする時間をもうけてカラダをいたわってあげましょう。そしてなんといっても食欲の秋！おいしいモノをたくさん食べたいです。
それぞれの秋を満喫して、すこやかにすごしましょうね♪

行ってみよう！ 兵庫県の滝の名所３選！

布引の滝

所在地
兵庫県神戸市中央区葺合町
那智の滝や華厳の滝と並ぶ日本三大神滝と呼ばれる神戸布引の滝。新幹線新神戸駅から徒歩わずか10分で行けます。下から順に雌滝、鼓滝、夫婦滝、雄滝を堪能でき、階段が急ですが雄滝まではわりと気軽にいくことができます。

飛龍の滝

所在地
兵庫県佐用郡佐用町櫛田
すぐ近くまで自家用車が入れるので、普通の服装でも行くことができます。
滝の中央部あたりの壁岩が突き出し、水の流れに変化がついています。これが飛龍の姿に似ていることから、この名前がつけられたと伝えられています。

鼓が滝

所在地
兵庫県神戸市北区有馬町
鼓を打つかのような軽やかな落水の響きが滝壷から聞こえていたことに鼓ヶ滝公園の名称は由来します。六甲山の清らかな水がとうとうと流れ落ち、森林浴に最適です。駐車場から近いのでお散歩がてら行くことができます。

行ってみた！

急に「滝を見たい！」と思い立ち、近くの滝を調べて布引の滝に行ってきました。自然もゆたかで、とても気持ちがよかったです！清々しい気持ちになるのでマイナスイオンの効果かも！？とたっぷりあびておきました！紅葉の時期はもっとキレイだろうな～♪

旬のレシピ

豚とさつまいもの辛みそ炒め

材料　（ 2人分 ）

豚肉(細切れ)120g
<下味>
　酒小さじ1
　しょうゆ小さじ1
サツマイモ(小)1本

<調味料>
　コチュジャン大さじ1
　酒大さじ1
　みりん大さじ1
　しょうゆ大さじ1/2

ニンニク(すりおろし)小さじ1/2
サラダ油大さじ1.5
ネギ(刻み)大さじ2

1
豚肉に＜下味＞の材料をもみ込む。サツマイモは皮ごと水洗いし、幅1cmの輪切りにし、大きい場合は半月切りにする。＜調味料＞の材料を混ぜ合わせておく。

2
フライパンにサラダ油大さじ1を弱めの中火で熱し、サツマイモを並べ入れ、途中で返しながら竹串が通るまで柔らかく焼き、いったん取り出す。

3
フライパンの汚れをキッチンペーパー等で拭き取り、残りのサラダ油を熱して(1)の豚肉を炒める。色が変わってきたら(2)のサツマイモを戻し入れ、＜調味料＞とニンニクを加えて炒め合わせる。器に盛り、刻みネギを散らす。

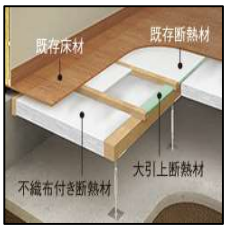
NASAに宇宙食として研究され準完全食品と言われるほど「美容・健康」に効果的な食材なのです！

秋におすすめ　断熱リフォーム

断熱をしっかり施すことで、家の中の温度差がなくなり、住む人の身体への負担が軽くなります。室温が低いと血圧が高くなり、室温が安定すると血圧も低下する傾向が確認されています。健康のためにも断熱リフォームはおすすめ！
さらにエアコンなど冷暖房機器の「効き」が格段に良くなるため、光熱費も以前より安くなるうれしいオマケ付きです。

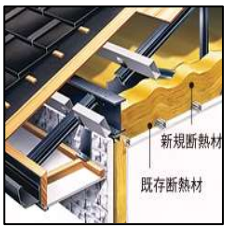
床断熱

床下から施工する工法や、床をめくって性能の良い断熱材に交換します。



天井断熱

既存の断熱材の上に断熱材を追加したり、高性能の断熱材に取替えます。



壁断熱

断熱パネルを既存の壁に重ね張りしたり、高性能の断熱材に取替えます。

窓断熱

内窓を設置したり、既存のサッシを新たなサッシにします。

神戸のタウン情報

NEW'S

「神戸ポートミュージアム」2021年秋頃オープン

気になる施設内容ですが、2～4階に構成されるアクアリウムは、多くの生きものたちが暮らすアクアリウムと舞台美術やデジタルアートが融合した世界を繰り広げる次世代エンターテインメント施設となります。
また、1階には、神戸ブランド「TOOTH TOOTH」によるフードマーケットが登場。「TOO SMART LIFESTYLE」をテーマに、見た目にもこだわった料理が提供されます。
最後に、1階のクラッシックカーミュージアム。選び抜かれた貴重なヴィンテージカーが展示されます。世界中のマニアを唸らせる、歴史的価値の高い希少な1台です。そのほか各施設の詳細内容については、決定次第随時発表されるとのことです。

【第3期】予定
申込期間：11月10日（火）～01月05日（火）

受付スタートするとにすぐに完売してしまう「GO TO EATひょうごキャンペーン」のお食事券。【第2期】申し込みを逃した方もサイトをチェックしてゲットしましょう！

NEW OPEN

食パン専門店「麦の星」さん
11月6日（金）OPEN

【場所】
住所：神戸市灘区深田町4-1-1
ウェルブ六甲道2番街1階
JR「六甲道」駅から南へ徒歩すぐ

「シャトレーゼ」高級志向の新ブランドYATSUDOKI（やつどき）が10月下旬OPEN予定です！

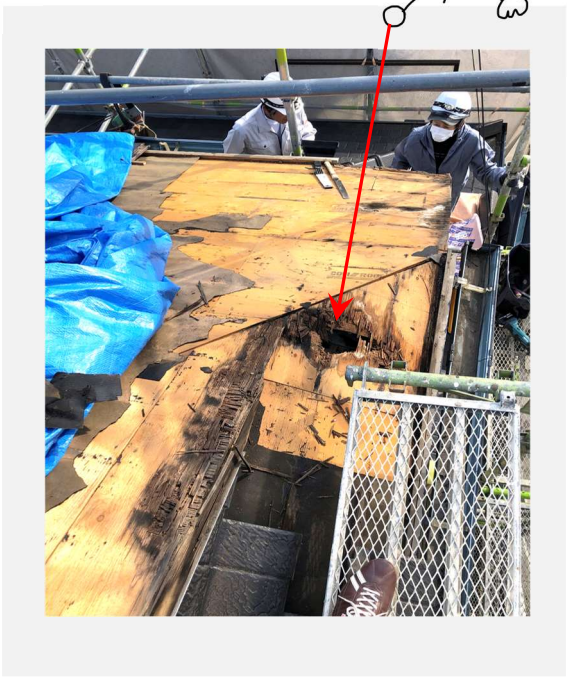
【場所】
住所：神戸市東灘区御影2-2-5
阪急「御影」駅南口から徒歩2分

リフォーム奮闘記

外装のメンテナンス工事で水漏れがみつかりました。

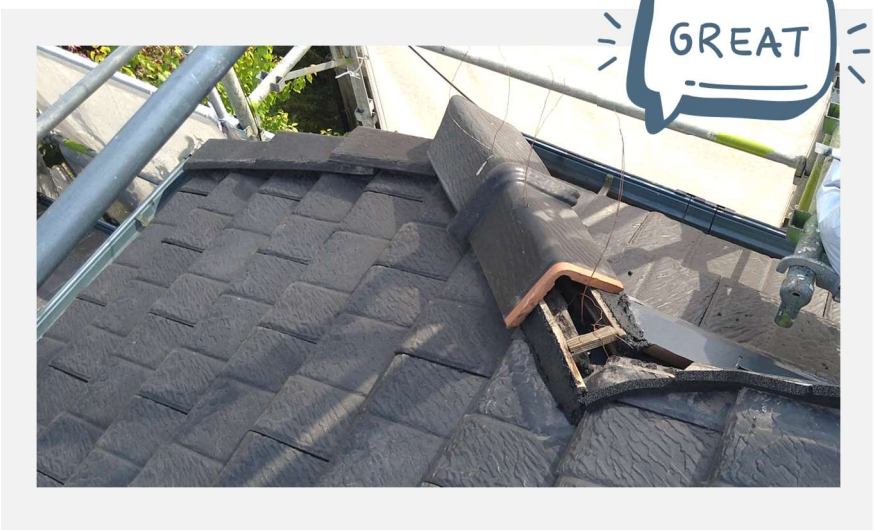
原因は瓦のずれによるものでした。
それによって雨水が、流れるべき道からはずれてオーバーフローしてしまい、野地板と破風板を腐らせてしまったのです。

雨漏りで腐ってしまった部分を



大工さんが補修して

屋根屋さんで復旧します！



今回発見できたのは、屋根を点検した際に、瓦が部分的に整列していないのを目視できたからです。幸い軽傷で済んだので本当に良かったです！

皆様のお住まいを長持ちさせるためには、点検もメンテナンスもかかせません。定期点検を是非うけてくださいね。