



### (株)ふじ研究所は昭和 48 年創業!

いつもありがとうございます。ふじ研究所のふじ研くんです。弊社は建築物の設備工事(上下水道・冷房・暖房・換気工事など)を専門とする会社です。北 28 条東 6 丁目に事務所と赤い看板が目印の小さな水まわりのショールームがあります。寒くなってくるこれからの季節、暖房機の修理や取り替えなどのご相談はお気軽にフリーダイヤルまで!

フリーダイヤル 0120-922-228

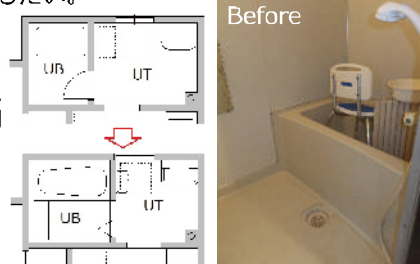


ふじ研くん



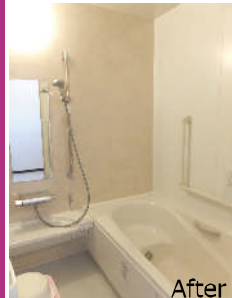
### 【リフォーム現場紹介】 ★広いお風呂へ リフォームしました!

【お客様のお悩み】 家族に障害があり、シャワーチェアを使用しています。洗い場が狭く不便。家族も増えるので広いお風呂にしたい。



ご提案: 洗面所が割と広いので浴室の間仕切り壁位置を変更して 1216 (1.2×1.6m) から 1616 サイズのユニットバスへ。

LIXIL キレイユを採用。浴槽出入りにシャワーバー・浴槽内の立ち上がりにL型・浴槽内で体を支えるハンドグリップと3種の手すりを設置。更に、洗面所からの出入口の段差も解消! 正面にカウンターが付き、高い位置で洗面器が使用できます。高断熱浴槽でお湯は冷めにくいですが、5人家族なので追い焚き機能を追加。脚がのびせ快適に入浴ができるようになりました!!



After



おうちの中をちょっとオシャレにしてみませんか?

## 住まいの Puti フチ リメイク術

### モノトーンで演出するスタイリッシュ空間

モダンスタイルの王道である「白×黒」のモノトーン。「白」をメインにするとき明るく柔らかなイメージに、「黒」をメインにするとマニッシュで大人っぽいイメージに仕上がります。家具を買い替えなくても、既存のソファにカバーリングをしたり、テーブルや椅子にペンキを塗るなどの方法で、手軽にモノトーンアレンジが楽しめます。そして、インテリア雑貨を徹底的に白と黒で統一してみましょう。モノクロの写真やポスターなどを飾るのも一案です。「白×黒」だけでは物足りない場合は、好みの1色を差し色にするとまた少し雰囲気変化します。

文: 佐山奈津子



イラスト: 福井典子



### 9月11日 スタッフ: 河野 『ボリューム満点』

札幌市東区の某ラーメン屋です。とにかく量が多いです。麺にたどり着くまで長いです。猫舌または食べるのが遅いかなって思う人はおすすめしません。麺が伸びちゃいます。ラーメンの味は普通です。チャーシューは分厚くておいしいです。あ、ダイエットは順調です! 緩やかではありますが少しずつ減ってます。年内にあと-5kg!!



### 今日の 晩ごはん

### スイートチリ ポテト



#### 材料(4人分)

- ジャガイモ.....2個
- 塩.....少々
- 揚げ油.....適量
- パセリ.....少々
- スイートチリソース.....大さじ2
- サワークリーム.....適量

- 1 ジャガイモはたわして皮をよく洗ったら、8等分のくし切りに。パセリはみじん切りにします。
- 2 水気を切ったジャガイモを160℃の油でじっくり揚げ、浮き上がってきたら温度を上げて色よくカリッと揚げます。
- 3 2をボウルに入れて熱いうちに塩を軽く振り、スイートチリソース、パセリをからませます。
- 4 器に盛り付け、サワークリームをのせたら完成!

●料理作成: チーム服部 ●参考資料: 「服部幸應の健康レシピ」(学研教育出版)