



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！

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

寝室や子ども部屋などには、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。



毎月咲く花を
ピックアップしてみました!!

9月 ヒガンバナ

開花時期:7月中旬~10月中旬

秋の彼岸のころになるとあぜ道などに群生して咲くヒガンバナの開花期間は、1週間ほどと短くなっています。花色は赤、白、黄、オレンジ、ピンク、紫と豊富で光沢のある花弁が美しく、園芸品種も多くつくられています。



郵便はがき

2 6 1 8 7 9 0

差出有効期間
2027年1月31日まで
初手は陸らずにお出しください。

千葉市稲毛区園生町139-5
河野プロパンガス有限会社
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



コウノ

Total Reform & Repair Shop



Kouno Reform since 1960

河野プロバングス 有限会社
 園生店 (本社)
 〒263-0051 千葉県堀毛区園生町139-5
 FAX. 043-253-4679

おみずのリフォーム



0120-036-146

ホームページはこちら **リフォームのコウノ** 検索

http://www.kouno-reform.com/

アクセスマップ



河野プロバングス 園生店

SUNらいは捨てずに
保存してくださいね!!
集めるときっと
いいことがありますよ!!




地域にわくわく情報をお届けします!!

2025
9月号
No.186
おコマ/ 



発行 河野プロバングス 有限会社 SUNいふ企画室 TEL. 043-253-4678 FAX. 043-253-4679

サンデ・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)—

水揚げ豆腐	300g
玉ねぎ	200g
ニンニク(チューブ)	1/2粒
★水	3cm分
★カットトマト(缶詰)	適量
★鶏がらスープ(顆粒)	50cc
★豆板油	300g
★味噌	小さじ2
★砂糖	小さじ2
★豆板油(チューブ)	小さじ2
次郎きり菜粉	小さじ2
青シシト	適量
粉チーズ	お好みで

1 [下準備]
 玉ねぎはみじん切り、青シシは千切りをする。

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、ザルに掛けて水切りをする。

[ワンポイント]
 豆腐は沸騰すると余分な水分が抜け味がしまり、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玉ねぎを加え炒める。

玉ねぎと玉ねぎに火が通ったら水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、粉チーズと青シシトを散らして完成！
 取り分けて召し上がれ♪

簡単シリーズ

トマトの優しい酸味が夏に疲れた身体に染み渡る！

河野
コラム





失敗しないリフォーム

ドアの形で洗いが窮屈に！

—お風呂編—



- 私が先に入って、子供たちが後から入ってくると、体がドアにあたってしまうのよ。落ち着いて洗えないわ！
- うちの風呂は狭いから、ドアが邪魔になるのは当たり前じゃないか！
- だって、お友達のおうちは折れ戸だから、そんなに邪魔にならないって言うわよ...
- 万が一お風呂で誰かが倒れた時に、扉が邪魔で開けることができない、なんてこともありえるかも...。こわいなあ...

こんな声が数多く寄せられていました。

この問題にならないために

- ① システムバスの扉には、大きく分けて3種類あります。開き戸、折れ戸、そして引き戸です。この中で推奨されている順番では引き戸→折れ戸→開き戸です。特に、開き戸は浴室方向に開くため、洗い場などに十分な広が必要になります。
- ② まずは、担当者とお風呂の不満、不快、不便について十分にお話をしてみましょう。特にお風呂の広さが狭い場合、引き戸などがつけられない事もしばしば。お風呂自体を広くするリフォームを考えると、足を伸ばせばなおかつドアが引き戸になる場合があります。

リフォームのコツでは、リフォームについてわかりやすいブログにまとめています。よろしければぜひお読みください。

リフォームノウハウメロ

検索

今回は、「手すりを前もってつけておけばよかった!」についての情報をお送りします。

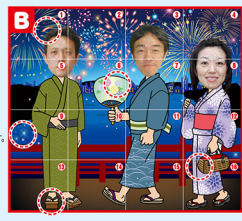
まちがい探しクイズ・世界遺産クイズ 8月号の答え

まちがい探しクイズ

- 1 6 9 13 16
- 花火 うちわの花 水面の光 下駄の轡 カゴの形

世界遺産クイズ

- ① 愛妃
ターザンハルは、インドのムガル帝国の皇帝が愛妃の死に悲しんで建てたといわれる。
- ② 平泉
平泉にある天宮寺の寺で、2011年に世界文化遺産に登録されました。
- ③ 19%
1154件ある世界遺産のうち、218件が世界自然遺産に登録されており、約19%を占めています。



まちがい探しクイズ AとBの絵をよく見て、間違っている場所を探してね!!



正解者の中から抽選で1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にてご応募ください!!

応募締め切り 9/20(土)

ちょっと!! おじゃましま〜す!! Vol.81



今回は
千葉市稲毛区 K様
屋根リフォーム工事の
現場をご紹介します!

雨漏りしてるかもとご相談があり、点検したところ、屋根からの雨漏りを確認。カバー工法で金属屋根にリフォームとなりました。

これで安心して、台風、長雨のシーズンも暮らせそうです喜んでいただきました。

お客様宅へお邪魔した際は、笑顔で迎えて頂けるとうれしいです!!次回もお楽しみに♪

Instagram: インスタグラムはじめました!

QRコード

世界遺産クイズ

- I 2022年時点で世界遺産登録件数が最も多い国は?
① イタリア ② 中国 ③ ドイツ
- II 世界遺産の第一号は何年に制定されたのでしょうか?
① 1972年 ② 1976年 ③ 1978年
- III 2019年に世界文化遺産に登録された「百舌鳥・古市古墳群」は何基の古墳が集まったものなのでしょうか?
① 43基 ② 49基 ③ 53基

I、II、IIIの解答を「付属ハガキ」に記入して、
郵送かFAXでご応募ください!

応募締め切り
9/20(土)

まちがい探しクイズ 各々の正解者の中から
抽選で各1名様に
くるみ入り
羽二重餅
プレゼント!!

FAX 043-253-4679

7月号当選者は
まちがい探しクイズ 千葉市稲毛区 K様
ペンネーム スンちゃん

世界遺産クイズ 千葉市美浜区 G様
おめでとうございます!!

7月号プレゼント
夕張メロン
ひとくちゼリー
お届けをおたのしみ!!

な、様かい〜!! コウノ時間旅行 ビックリマンチョコ

1977年にロッテから発売された「ビックリマンチョコ」は、ウエハースにおまけのシールが付いた駄菓子。1985年からの「悪魔VS天使」シリーズは爆発的な人気を集め、シアターを巡る大屋敷入や食品廃棄が社会問題となりました。令和に入ってからアニメやゲームとのコラボが展開され、発売から48年以上経った今も、多くの世代に親しまれています。当時のフォームを知るファンには懐かしさ、今の子ども達にとっては親しみ深いロングセラー商品です。

『Sunらいふ』は
皆様に支えられています。

★2025年9月号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

★2025年9月号世界遺産クイズの答え

- I
 - II
 - III
- ※まちがい探しクイズ・世界遺産クイズ
どちらか一つだけの解答でもご応募できます!
- ご意見・ご感想・コウノスタッフへメッセージなど

〒

ご住所

フリガナ

お名前

ペンネーム

男・女

お電話番号

()

ご記入ありがとうございます!