



笑顔と暮らしを守る 屋根・外壁・太陽光・蓄電池専門店

あすまいる通信

イシニハヤク 0120-141-289

Asmile(アスマイル) 石井瓦工業株式会社 LIXILリフォームショップ石井 店舗住所:千曲市大字桜堂484-2 TEL:026-274-5951 FAX:026-274-5952 営業時間 8:00~17:00 休業日 日、祝日、その他



ポストインスタッフ募集

- *千曲市内のポストイン (チラシ配り)
- *年齢不問



ウォーキングのついでに！ 育児の合間に！ 空き時間でOK！

イシニハヤク

詳しくは0120-141-289まで！

No.5



お知り合いをご紹介ください！ 多くの皆様に『真の安らぎ空間を提供する』ことが我が社の使命であると考えております。ぜひ、皆様の大切な方をご紹介ください。誠心誠意、丁寧に対応させていただきます。

新型コロナ対策 推進宣言の店

LINE Instagram Facebook

Asmile アスマイル

検索

YouTube チャンネル 開設！

QRコード

コロナウイルス対応策として、お電話はもちろん、HP、SNS(LINE、Instagram、Facebook)からのお問い合わせも承っております。

9月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1 先勝	2 友引	3 先勝	4 仏滅
5 大安	6 赤口	7 友引	8 先勝	9 仏滅	10 大安	11 赤口
12 先勝	13 友引	14 先勝	15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 先勝
19 友引	20 先勝	21 仏滅	22 大安	23 赤口	24 先勝	25 友引
26 先勝	27 仏滅	28 大安	29 赤口	30 先勝	1	2

感謝祭中止のお知らせ



新型コロナウイルスの感染拡大防止、来場者の皆さまの健康と安全の確保を最優先に考え、2021年度の感謝祭は中止といたします。

開催を楽しみにしていただいていた皆様には、昨年に引き続き大変残念なお知らせとなってしまい申し訳ございません。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

リフォーム事例

屋根工事

チラシ特価の外装祭開催中！！ この機会に、屋根リフォームしませんか？



台風前に、無料屋根点検おすすめします！

Before



After



T・ルーフ葺き替え
メーカー：LIXIL
商品名：モダンN ブラウン

外装祭

外装リフォーム シーズン到来！！

お見積り無料！点検無料！
台風が来る前に！
ドローンでも点検できます！

外装祭特別特典！！チラシ価格より

10%OFF！！

※2021/09/30までにお問い合わせいただいた方に限ります。
※税込500,000円以上の工事に限ります。
※太陽光・蓄電池は適用外です。

屋根カバー工法

T・ルーフ モダン 平部 ※1

大特価!! 6,600円/m²~

屋根葺き替え

切妻屋根 (105㎡での金額)
役物工事、既存屋根材撤去処分費含む

瓦→T・ルーフモダン

108万円

瓦→T・ルーフクラシック

121万円

瓦→瓦

110万円

シリコン塗装 屋根塗装

3,600円/m²~

フッ素塗装 外壁塗装

4,600円/m²~

シリコン塗装 外壁塗装

3,300円/m²~

フッ素塗装 外壁重ね張り

8,500円/m²~

防水塗装 屋上・ベランダ防水

6,800円/m²~

雨樋交換

3,000円/m²~

ゆきもちくん 雪止め

1,600円/m²~

玄関入替

29万円

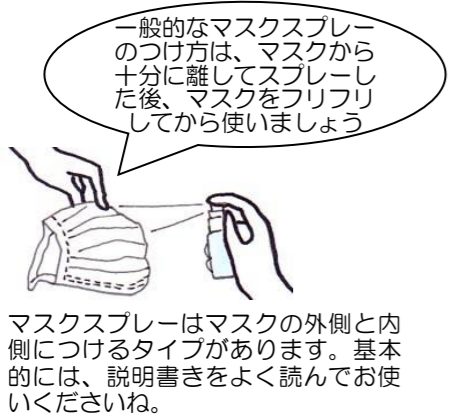
価格はすべて税込です。 ※1 付帯工事、見積り別途 ※2 下壁・中壁・上壁込みの金額 ※3 4回塗りの金額



友だちになろう!
毎月あすまいる通信を
ご希望の方にデータで
お送りいたします!

Health

マスク生活を快適にするヒント

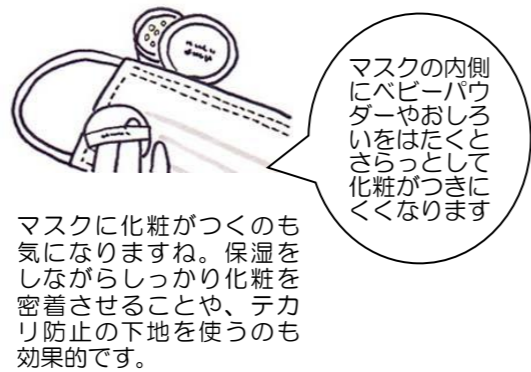


残暑の中、マスクを日々使っていると不快になりますよね。そこで、少しでも快適に過ごすためのヒントを紹介します。

- ①マスクスプレーでさわやかな香りをプラス
専用のマスクスプレーをひと吹きすれば、良い香りがマスク内に広がり、気分もアップ。ミントや柑橘系など、清涼感のある香りがおすすめです。
- ②化粧がくずれやすいので、お直しアイテムの携帯を
マスクが蒸れ、汗で化粧が崩れると日焼けの心配に。UVカットではない一般のマスクのときは特に気になりますね。まめに日焼け止めを塗ることをおすすめします。その際、スプレー式の化粧水があると便利。日焼け止めの前に使うことで、日焼け止めの使用感も良くなります。

効果的な化粧直しのしかた

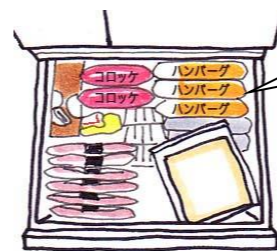
ティッシュなどで汗を抑えながら拭き取ります。スプレー式の化粧水を顔全体にかけ、軽くなじませたら、日焼け止め乳液やクリームを塗り、ファンデーションなどで仕上げましょう。日焼け止めは、SPFが高いものでも、汗や、ハンカチなどで汗を拭いたときに落ちてしまうので、こまめな塗り直しが効果的。室内であれば、3~4時間程度、屋外なら、2時間程度おきに塗ると良いそうです。



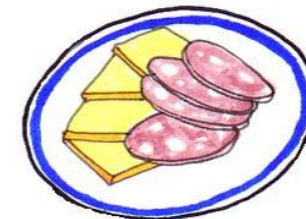
Chottoいいかも

防災用の備蓄品って、幸いにも何も起きないと、ついうっかり、食品の期限が過ぎてしまうことに。そこで、ローリングストック(普段の食品を消費しながら備蓄する)をしてみたいかたがどう?

■食パンなどを冷凍する

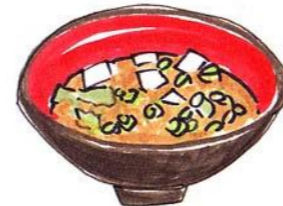


■お肉の代わりに



■手軽に食べられるもの

温めなくても食べられるレトルト食品や、インスタントのみそ汁もあると便利です。どちらもふだんの食事に取り入れられるので、お気に入りを見つけてみてはいかがでしょうか?



■パスタも重宝します

ガスが使える環境なら、パスタもおすすめ。ゆで水を少なくすれば、パスタが水分を吸ってなくなるので、お湯を捨てる手間が省けます。さらに、そこへ、パスタの素などを入れれば、美味しく食べられます。



※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

サンマのチーズ焼きオリーブ風味

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/>



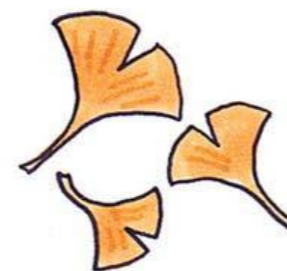
サンマとカッターチーズが絶妙にマッチ。シンプルな味付けで素材の味わいを楽しめる一品です。

- ①サンマは3枚におろし、腹骨をそぎ取る。サンマの身の方にカッターチーズを乗せ、くるくる巻き込んで楊枝で止める。ズッキーニは、2センチ幅に切り、さらに2等分にする。マッシュルームは2等分する。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、①、オリーブを入れ、白ワインを加えてフタをし、4分ほど蒸し焼きにする。
- ③サンマの楊枝を取り、器に盛りつけ、塩・コショウを軽く振り、オリーブオイルをかける。

※サンマに火を入れすぎるとパサパサしてしまうので注意しましょう。

簡単クロスワード

○の中に縦横2つの言葉に共通する1文字を入れて、4つ見つけたら、その4つで出来る言葉を答えてください。



答えはホームページのスタッフブログへ!

