



那珂医師会

ごあいさつ

那珂市民の皆様へ

今回那珂市のくらしの便利帳が改定されることになりました。

前回の改定が2018年であったようです。今回は新型コロナウイルス感染症の第8波のピーク時の改定となりました。まさに危機管理が大切な時期に改定がされることは大いに意義があると思われます。

那珂医師会では、新型コロナウイルス感染症対策として、発熱者の外来検査、治療の実施やワクチンの集団接種などを通じて、新型コロナウイルス対策に協力しております。まだまだ感染は収まりません。医療体制は、ひっ迫しております。通常の診療にも影響が出ています。市民の皆様のご理解が必要です。今後も引き続き新型コロナウイルス感染症対策が必要です。

また、地震、水害などの災害時の医療体制作りにも取り組んでいきます。さまざまな那珂市行政事業にも協力していきたいと思ひます。このくらしの便利帳を手元に置き、さまざまな場面で活用されることを願っております。

那珂医師会
会長 小野瀬好良

病院・医院リスト

(市外局番は029です)

医療機関名	所在地	TEL
あいざわ循環器内科クリニック	竹ノ内2-14-31	229-1230
小豆畑病院	菅谷605	295-2611
岩上記念病院	古徳538-2	296-2066
うどの眼科	菅谷2991-1	352-0777
瓜連中央病院	瓜連1647	296-0271
岡田クリニック	後台3127-7	270-8188
小野瀬医院	後台1829-5	295-2221
小宅内科医院	菅谷4370-2	298-0050
木村医院	瓜連451-2	296-1165
栗田病院	豊喰505	298-0175
河野胃腸科外科	竹ノ内3-10-5	295-5386
さがわ皮膚科	菅谷663-136	353-1241
鈴木呼吸器科内科	中台749-4	353-2811
せき耳鼻咽喉科クリニック	菅谷618-36	295-9111

医療機関名	所在地	TEL
たに内科クリニック	古徳397-1	229-0721
那珂キッズクリニック小児科	竹ノ内3-2-2	212-5630
那珂記念クリニック	中台745-5	353-2800
那珂クリニック	中台719-1	295-9800
那珂中央クリニック	飯田1733-1	298-7811
なかの杜セントラルクリニック	菅谷673-1	229-2391
なかむらクリニック	飯田2822-1	353-2310
西山堂慶和病院	鴻巣3247-1	295-5121
のがき脳神経外科クリニック	中台749-3	352-0555
はなわ内科クリニック	額田南郷34-3	298-2526
埴内科消化器科	後台3238-1	295-2110
水野医院	西木倉13-5	298-8039
メディカルGPクリニック横堀	横堀1291-29	298-3922
ルリア記念クリニック	中里641-1	296-3333

那珂医師会

〒319-2102 那珂市瓜連321 那珂市役所瓜連支所分庁舎2F

TEL.029-303-8031 FAX.029-303-8033



那珂市歯科医師会

ごあいさつ

那珂市民の皆様へ

那珂市歯科医師会をご紹介します。

那珂市歯科医師会は、旧瓜連町と那珂町の合併に伴い、那珂市歯科医師会として活動を開始しております。上部団体の日本歯科医師会・茨城県歯科医師会・珂北歯科医師会の下部組織にあたるものが那珂市歯科医師会になります。那珂市歯科医師会は、那珂市民の口腔の健康を守るため、乳幼児健診・学校歯科検診・歯周病検診など歯科行政に協力して、市民の健康管理に取り組んでおります。また、近年ではフッ素洗口などを通じ虫歯の予防、多職種協働事業を通じて医師会・薬剤師会とも幅広く活動しております。

那珂市歯科医師会
会長 小李克男

歯科医院リスト

(市外局番は029です)

医療機関名	所在地	TEL
小豆畑歯科医院	菅谷605-32	219-8035
網野歯科医院	菅谷4259	298-0146
荒井矯正歯科クリニック	菅谷4384-1	229-1187
市岡歯科医院	飯田2830	295-4545
瓜連中央歯科クリニック	瓜連1323	296-4182
かみが歯科医院	菅谷5447	295-4445
かわすみ歯科医院	中里594-1	296-3777
小林デンタルクリニック	後台3109	298-5665
塩野歯科医院	後台680-1	298-5614
ししど歯科クリニック	中台715-15	219-5118

医療機関名	所在地	TEL
白土歯科医院	菅谷2486-2	298-9876
ちばとう歯科医院	豊喰437-5	295-6830
那珂歯科クリニック	菅谷6207	298-1952
那珂デンタルオフィス	菅谷2748-1	352-1182
ながしま歯科医院	菅谷765-4	219-6322
生天目歯科医院	菅谷2316-1	298-6656
水口歯科医院	後台2727-1	295-5900
山口歯科医院	古徳2365-3	296-2121
吉川歯科医院	額田北郷608	298-4108

那珂市歯科医師会

〒311-0111 那珂市後台3108番地 TEL.029-298-5665



常陸大宮薬剤師会

ごあいさつ

那珂市民の皆様へ

時代は常に変化しますが、昨今、私たちの周りで急激に大きな変化が起こっています。良い方向に行くような時代の変化なら良いのですが、どうもそうでは無さそうです。

このような時代だからこそ、医療・介護関係の皆様、行政関係の皆様、地域住民の皆様が各々知恵を出し合い、力を合わせることで市民の皆様が快適に過ごせる街を作っていくことに必ず繋がると思います。

現在、薬剤師会では、医師会、歯科医師会などの医療関係団体や行政、介護関係者とも協力体制を進めております。

また、医薬品の適切な供給はもちろんのこと、サプリメントや生活環境についてのアドバイス、市民講座や健康関連のイベントなどを通して適切な情報を発信するなど、地域住民の皆様にお役に立つ事を、個々の薬局が心がけております。

これからも、我々は薬剤師という職能を生かし、皆様が「健康になるために、健康であるために」より良き方法を提案し、市民の皆様のために貢献していきたいと思っております。

※常陸大宮薬剤師会とは、那珂市、常陸大宮市、大子町の薬局で構成されており、これらが旧 常陸大宮保健所の管轄だったことが名称の由来となっています。

常陸大宮薬剤師会
会長 渡邊龍雄

薬局・薬店リスト

(市外局番は029です)

医療機関名	所在地	TEL
アイセイ薬局那珂町店	後台1827-8	352-0105
アイン薬局七福店	竹ノ内2-14-8	352-1789
アイン薬局那珂店	菅谷663-32	352-0771
あんず薬局那珂店	竹ノ内3-2-1	353-2066
S F C 薬局那珂店	後台3239-7	219-7536
かしのき薬局	中台750-6	352-0234
共創未来ことく薬局	古徳字中道397-12	229-0306
こうのす薬局	鴻巣1415-1	353-1890
コスモファーマ薬局那珂店	古徳537-5	296-9077
サン薬局那珂店	鴻巣3241-8	219-8630
すまいる薬局瓜連店	瓜連433-6	229-0533
スルガヤ薬局	菅谷4468-15	298-0064
そよかぜ薬局	菅谷3307芳野屋 テナントB	295-5118

医療機関名	所在地	TEL
中央薬局那珂店	横堀1291-30	229-0120
那珂中央薬局	菅谷5497-1	352-1123
那珂保険薬局	菅谷605-28	295-0015
なの花薬局那珂店	鴻巣3241-7	219-8719
なみぎ薬局	中台706-21	295-9001
ひばり薬局	飯田1726-5	352-0551
平塚薬局	菅谷上宿西4389-3	295-2081
ふなばし薬局	額田南郷454	298-0640
みずぎ薬局	飯田2822-6	353-2300
みすず薬局中台店	中台707-20	353-2355
みすず薬局豊喰店	豊喰1156-11	295-2355
よしの薬局	西木倉166-1	295-6695

常陸大宮薬剤師会

〒311-0105 那珂市菅谷3307芳野屋テナントB(そよかぜ薬局内)

TEL.029-295-5118 FAX.029-295-5195

行きます 聞きます 提案します

那珂市商工会

NAKA city Society of Commerce and Industry

**商工会は豊かな地域づくりや中小企業の発展のために
さまざまな活動を行っています。**

商工会は商工業の総合的な改善発達を図るとともに、社会一般の福祉の増進に資することを目的として、法律に基づき設立された商工業者の組織です。

中小企業の近代化のため、国や県は従来からきめこまかい施策を設けています。

全国の商工会では、それぞれの地域の小規模事業者の経営の近代化を促進する指導機関として国・県・市町村の助成を得て、各種の経営相談にあたる“経営改善普及事業”や地域の振興を図る“地域振興事業”を行っています。



那珂市商工会の事業活動

会員事業所を巡回しての相談・指導や、各専門家による講習会・セミナー、金融斡旋指導として低利な融資制度の斡旋、決算申告などの税務指導、労働保険や雇用に関する労務指導、創業、経営革新指導など経営改善普及事業を行っています。

また、地域振興事業として各種イベントへの参加協力や特産品ブランドの開発などを通じて地域経済の活性化に寄与しています。



なかひまわりフェスティバル



八重桜まつり

静峰ふるさと公園にて



各種講習会・セミナー

建設業向けに技能講習も
行っております。



特産品ブランド開発
「ひまわりオイル」

那珂市商工会をご利用ください

〒311-0105 那珂市菅谷4404-7 那珂市商工会館内
TEL.029-298-0234 FAX.029-298-4995
URL:<https://www.nakashishokokai.com/>
Email:shokokai@nakashishokokai.com



那珂市健康マップ

内科・循環器内科
あいざわ
循環器内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	／	●	●	●	／
14:00~18:00	●	●	／	●	●	／	／

休診日: 水曜・日曜・祝日
☎ 029-229-1230
竹ノ内2-14-31
http://www.aizawa-cl.com

Kono Clinic
河野胃腸科外科
(診療科目)
内科・消化器内科・外科・消化器外科・肛門外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:00~12:00	●	●	／	●	●	●	／
午後3:00~6:00	●	●	／	●	●	●	／

〒311-0110 那珂市竹ノ内3-10-5
☎ 029-295-5386
河野胃腸科外科 検索

医療法人社団 青燈会
小豆畑病院
内科/外科/整形外科/泌尿器科/循環器科
消化器内科/消化器外科/脳神経外科/脳神経内科
肛門科/リハビリテーション科/放射線科/救急科

診療時間 9:00~12:30
13:30~17:30
休診日 日曜日・祝日
〒311-0105 那珂市菅谷 605
☎ 029-295-2611
小豆畑病院

整形外科・リハビリテーション科・内科
医療法人 三栄会
小野瀬医院
診療時間 午前9:00~12:30 午後2:00~6:00
(但し水曜日・土曜日は午前中のみ)
休診日 日曜日・祝日
〈入院施設有・往診可〉
那珂市後台1829-5(水戸農高グランド横)
TEL 029-295-2221

医療法人 健清会
那珂記念クリニック
☎ 029-353-2800 那珂市中台745-5 院長 渡野 健

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
7:15~11:30	●	●	●	●	●	●	休
13:30~16:30	休	●	●	休	休	休	休

●栄養指導
●糖尿病教室
●教育入院

医療法人 健清会
那珂クリニック
☎ 029-295-9800 那珂市中台719-1 院長 松川 秀樹

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:00~11:30	●	●	●	●	●	●	休
14:00~17:00	休	休	休	休	休	休	休

●泌尿器科検診
●人工透析
(送迎有り)
●入院設備有り



県内外の処方せん受付けております
スルガヤ薬局
■保険調剤
■一般医薬品
■処方せん取扱い
■漢方相談

開局時間 | 月~土 9:00~20:00
休日 | 日曜・祝日
住所 | 菅谷4468-15
電話 | 029-298-0064
FAX | 029-298-5708

くわしくは
フェイスブックまで

なかの杜
セントラルクリニック
Nakanomori Central Clinic
内科、外科、消化器内科、内視鏡内科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日

08:30-09:30	●	●	／	●	●	／	／
09:30-12:00	●	●	／	●	●	／	／
13:30-15:00	●	●	／	●	●	／	／
15:00-17:30	●	●	／	●	●	／	／

休診日: 水曜・土曜午後・日曜・祝日
◆...内視鏡検査(胃カメラ・大腸カメラ)
菅谷673-1 ☎ 029-229-2391



このページは有料広告ページです

この地図の制作にあたっては、ジオテクノロジーズ株式会社の地図データベースを使用しました。
© 2022 GeoTechnologies, Inc.

脂質異常症

ドロドロになった血液が病気を招く

血液中の脂質が増えすぎて血液がドロドロした状態になるのが「高脂血症」です。高脂血症を放置すると、コレステロールが血管の内側に蓄積して動脈硬化を進行させます。

動物性脂肪などの食べすぎが 血管の老化を早める

- ▶ 動物性脂肪やコレステロールを多く含む食品の取りすぎに注意しましょう。(卵、魚卵、霜降りの牛肉や、バター、マヨネーズ、チーズ、ラードなどは控えめに)
- ▶ コレステロールの吸収を抑え、排泄を促す食物繊維を積極的にとりましょう。
- ▶ 不飽和脂肪酸 (EPA、DHA) を積極的にとりましょう。(アジやサバ、イワシなどの青魚、エゴマ油、シソ油など)

HEALTH
ADVICE

心と体の リラクゼーション法

HEALTH
ADVICE

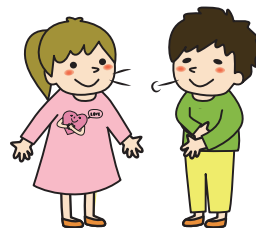
心身の健康を維持するには、日頃からリラクゼーションを心掛けることが大切です。

明日からでも気軽に始められる方法を紹介します。

1 リラックス呼吸法

簡単な呼吸法で、体の緊張をほぐしてみよう。

口を軽く開けて、ハァーとため息をついてください。苦しくならない程度に長く息を吐いたら、少し息を止めて休みます。息を吸うのは自然に任せ、吸ったら、またハァーと吐いて休む、というのを繰り返します。吐く息に集中するのがポイント。気分が落ち着くまで何回でもやってみましょう。



2 アロマセラピーを 利用してみよう

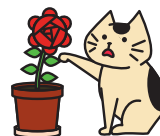
アロマセラピーとは、植物の精油で、主にその香りをかぐことで効果があるとされるというもの。自分の好きな香りの精油をベースオイルで薄めてマッサージしたり、アロマポットに数滴垂らし、温めて香りを楽しみましょう。



3 動物や植物に癒される

動物に触れる「アニマル・セラピー」は、脈拍数や血圧が安定するなどの生理的な効果に加え、元気が出る、リラックスするなど、心理面でも大きなメリットがあるとされています。犬、猫、うさぎ、小鳥などのペットや、馬、イルカなどの動物と実際に手でふれあうことで、心身ともにリラックスできます。

植物にふれることも精神的な癒しリラクゼーション効果があると注目されています。ガーデニングはもちろん、部屋に観葉植物をひとつ置くだけでも心がなごみます。





那珂のあれこれ くらしマップ

一般住宅・飲食店・各種店舗のリフォームも承ります。

お気軽にご相談下さい!! 会沢建具店 検索

〒311-0108 額田北郷766-3 建具 家具 内装

会沢建具店

☎029-298-1573 FAX029-295-2992



田園風景を眺めながら
そばをご賞味ください。

手打蕎麦 ふじ庄

since 1982

那珂市飯田1635-2 でんわ029-295-0473

アルバイト・パート募集

QRコード: 029-295-0473



気持ちよく眠りにつくために

HEALTH ADVICE

1 寝る前にリラックスタイムをもとう

お風呂は、ぬるめのお湯にゆっくりと入って。寝つきの悪い人は、軽い読書やマッサージ、音楽を聴いたり、神経を鎮める香りを利用するなど、「お休みの儀式」を自分なりに工夫してみましょう。



気持ちよく眠りにつくために

HEALTH ADVICE

2 寝る前には刺激を避ける

寝る前には、頭や体を興奮させる刺激を避けましょう。熱いお風呂も、食事でもできるだけ早めにすませましょう。夕食後に仕事や趣味に没頭することも、心身ともに活動的な状態にして眠りにくくさせます。覚醒作用のあるコーヒーやお茶は寝る前の3〜4時間前から、また、たばこも控えましょう。



気持ちよく眠りにつくために

HEALTH ADVICE

3 眠くなってから床に就く

「眠らなければ」と意気込むと、かえって頭が冴えて寝つきを悪くしてしまいます。眠れないときはいったん布団を出てリラックスし、眠くなってからもう一度床に就くようにしましょう。





安らげる空間を提供いたします
 畳工事一般

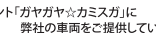
鈴木 畳店
 鈴木 孝

大切に一枚一枚丁寧に仕上げています。
 畳の事なら是非ご相談ください。

〒311-0113 那珂市中台461-8
 ☎ **029-298-1310**
 FAX **029-295-5895**

安全・迅速・正確を追求し、
地域社会で道を切り拓く

イベント「ガヤガヤ☆カミス力」に
弊社の車両をご提供しています。



地域社会への貢献

たつみ

株式会社 異運輸

〒311-0132 那珂市南酒出631

☎029-298-1504(代) FAX 029-298-3205



HEALTH ADVICE

気持ちよく眠りにつくために

4 寝酒は不眠の元

寝酒は睡眠薬代わりにはなりません。少量なら麻酔作用で眠りやすくなりますが、短時間で作用が切れ、目が覚めてしまうことも。慣れると量が増えて精神的・身体的問題が起こりやすくなります。また、飲みすぎると翌朝に疲れが残るもとになります。





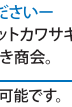
ONE SHOT
CAR PRODUCE KAWASAKI

一車のことならお任せくださいー
カープロデュース ワンショットカワサキ
Produced by かわさき商会。

国産車輸入車問わず、タイヤ交換、サスペンション交換可能です。
4輪アライメントデスターも完備しております。
又、車の修理ペイント、エアロパーツのペイント取り付けもOKです。

営業時間
平 日 9:30~19:00 日祝日 9:30~18:00
定休日 毎週水曜日(第3火曜日)
※持ち込みパーツの取付もご相談ください!

かわさき商会。 〒311-0108 那珂市額田北郷 12
☎029-298-2190 FAX029-295-4651





リフォームの基礎知識 ①

リフォームの進め方とポイント

STEP 1

具体的な計画を立てる

リフォームの目的から具体的な計画を立てましょう。
この時点での情報収集も大切なポイントです。

Point

- 時期、期間は？ ● 予算は？



STEP 2

事業者を決める～契約する

契約前に疑問点・不安点は徹底的に確認しましょう。
見積書・提案書や契約書だけでなく、打ち合わせの際の資料やメモなど書類にはしっかり目を通し、保管しておきましょう。

Point

- 施工業者の事業内容がリフォーム目的と合致しているか？
- 実績や業務内容を吟味。信頼できる事業者か？
- 候補を数社選んで同じ条件で見積書を提出してもらい検討したか？

STEP 3

着工

定期的に施工業者から報告・連絡を受けるようにしましょう。また、不安がある場合は施工業者の担当者を通じて確認するようにしましょう。

Point

- 工事に向けての準備や近隣への周知は大丈夫か？
- 工程表に基づいて進んでいるか？
- 変更・追加などが発生していないか？



STEP 4

着工後

Point

- 事業者立ち会いの下確認をし、説明を受けたか？
- 今後のメンテナンスや保証先を確認したか？

知っておきたい！

建築法規



建ぺい率と容積率

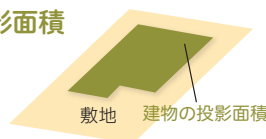
敷地面積に対して建てられる建物の大きさは、「建ぺい率」と「容積率」で制限されています。建ぺい率と容積率は地域ごとに細かく設定されていて、厳しい地域では50坪の敷地であっても延べ床面積25坪の小さな家しか建てられないこともあります。設計をする上で重要な事項ですので、真っ先に確認する必要があります。ここでは建坪率についてご紹介します。

上記以外にも、いろいろな規制があります。各自治体によっても異なり、とても複雑なので正確なところは建築士など専門家にご相談ください。

建ぺい率とは？

 建ぺい率は建物の投影面積

建ぺい率は、敷地に対して、建物の投影面積(建築面積といいますが)が占める割合です。

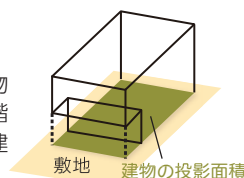


建ぺい率(%)

= 建物の投影面積 ÷ 敷地面積 × 100

2 階の方が
1 階より大きい場合

建ぺい率を算出する場合は、建物の投影面積なので、2階の方が1階より大きい場合は、2階の面積が建築面積となります。



《アパートのオーナー様》

屋根は塗装よりもカバー工法した方が、

工事費用抑えられるため、お得になります

一級かわら葺技能士・瓦屋根診断技士・瓦屋根工事技士・各社太陽光取扱い

屋根工事業

あなたの家の屋根屋



社団法人 全日本瓦工事業連盟

有限 共 栄 会社

代表取締役社長 岩本 健作

〒311-0133 那珂市鴻巣3117-2

☎ (029) 219-5778 (代)





株式会社サイネックスによる編集記事ページです

このページは有料広告ページです

リプラスなら、
窓の取り替えもカンタン！

地域密着型『住まいの何でも相談口』

「古い!」「寒い!」「暑い!」
窓のお悩み、1日で解決。

玄関、サッシ、エクステリア、水回りなどのリフォーム工事やガラス交換など、
マドリエ那珂へご相談ください

LIXIL FC **マドリエ** PATTO リプラス **マド本舗** 2017年度マドリエコンクール 経営指標の部 金賞受賞 LIXIL

マドリエ 那珂 常陸トヨー住器株式会社
〒311-0108 那珂市額田北郷535-3
☎029-298-6027 FAX 029-298-6098

屋根工事業・板金工業

ハシモト工業

茨城県知事許可（般-31）第36755号

屋根のトラブルおまかせください。
那珂市平野1800-523
☎029-296-3900

新築
リフォーム!

水まわりも!

大津建築 那珂市古徳 639-1
☎029-296-0686

お気軽にご相談ください。

一般建築・設計・施工・新築・リフォーム

平野工務店
那珂市菅谷 5329-77
TEL 029-295-5466

あんな家 こんな家

新築もリフォームも

県知事許可032203号
後藤工務店
○住宅あんしん保障
お見積・ご相談無料です

今のお住まい
お困りですか?

スロープ 手すり工事

介護リフォームも承ります
那珂市福田1031-1 TEL.029-298-0745

地域密着

**屋根・外壁
塗装専門店**

お住まいのことで気になり始めたら
まずは、**加藤塗装**にご相談下さい!

診断無料 見積無料

加藤塗装 〒311-0115 茨城県那珂市西木倉66-1 ☎029-229-2730
ホームページもご覧ください ▶▶▶ 那珂市 加藤塗装 検索

社会に誇れる塗装工事を約束する
プロタイムズ

茨城県知事許可（般-04）第37949号

龍崎塗装工業

建築塗装工事
防水工事
各種吹付工事

〒319-2105 那珂市古徳 133
☎& 029-296-2998
✉ yrksp960@yahoo.co.jp



リフォームの基礎知識 ②

リフォームの疑問

Q リフォームの費用はどのくらいかかりますか？

A 改装の範囲で変わっていきます

建物の一部分の改装もリフォームですし、全面改装でもリフォームです。当然のことですが、手を加えれば加える程かかる費用は増えていきます。例えば、畳敷きの6畳間をフローリングに替える場合は十数万円ですが、家全体に及ぶ大掛かりな改装の場合は、建替えのほうが安くなる事もあります。

Q 満足いくリフォームのポイントは？ **A** まずは現在の不満点を挙げてみましょう

現在のお住まいの不満のある所をリストアップする事をおすすめします。そうする事でただ漠然と不満に感じていた事も具体的に検討できるようになり、優先順位をつけて内容の整理もしやすくなります。

また、キッチンなどの設備の取り替えをお考えの場合は、ショールームなどで実際に見て触ってみる事も重要です。

Q 信頼のおける業者とは？

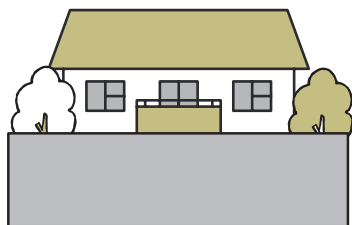
A 2～3社は候補を挙げて比較しましょう

- 費用の安さで決めずに、契約内容に納得した上で契約を交わしましょう。
- 建築士や増改築相談員などの資格者がいるか確認しましょう。
- 経験豊富で実績がある事業者かどうか確認しましょう。
- アフターフォローはどうか、必ず確認しましょう。



ながく暮らせるように

日頃からの手入れで、ながく安心して暮らせるようにしましょう。それがエコロジーにつながります。



外壁のお手入れ

外壁についたホコリやゴミは、日頃からホウキやはたきで払い落しておきましょう。壁の材質によっては、水や洗剤の使用は避けたほうが良い場合もありますので、材質に応じた掃除をしましょう。外壁は、太陽光線や風雨にさらされ年々劣化していきます。環境や材質にもよりますが、数年に1回は塗り替えをしましょう。

外構のお手入れ

塀についた泥や汚れは、乾いてからホウキで払い落しましょう。塀の傾きや亀裂などを見つけたら、早めに専門業者に相談を。放置しておくくと重大な事故に繋がることもあるので、日頃のチェックが大切です。

門扉の汚れは雑巾などで拭きましょう。門扉は、普段から掛け金や落とし金を掛けておいた方がいいでしょう。門扉が風にあおられたりすると、それを支える支柱や蝶番に歪み・傷みが生じてしまいます。お手入れの際には点検をしましょう。

全国に広がる塗り替えシステム 彩職建美の塗装屋さん

最初は不安もあったけど
親切な笑顔の職人さんばかりで
安心して工事をお任せできました。
と言われる塗装屋さんです。



無料お見積り
建物調査のご依頼は

☎0120-978-825

富山塗装

検索

常陸大宮本社 無人ショールーム【リペイントプラザ】：ひたちなか店 日立店



三代目社長
富山 達也
(一級塗装技能士)

大正のプロフェッショナル集団

職人 TEAM

笑顔の職人が集結し、あなたの夢をカタチにします！

D-MEKKU
グループ

一般建築・設計・施工

有限会社海野建築

住まいづくりのご相談、承ります。

〒311-0136 那珂市門部2860-4
☎029-298-5270(代) FAX 029-298-5270
080-6628-3122

QR code



株式会社サイネックスによる編集記事ページです

このページは有料広告ページです

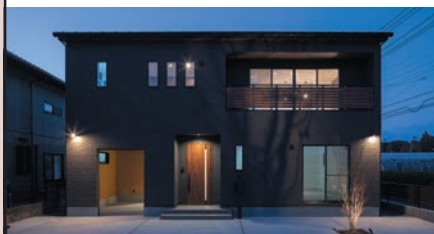
リフォーム工事の 保証期間



保証

新築住宅の基本構造部分には、最低10年間の瑕疵担保期間が業者に義務づけられています。リフォーム工事に関してはそのような法的義務はありません(一定の条件を満たす増改築工事のぞく)。だからといって、一切保証を設けていないという業者は、信頼性に欠けるといえるでしょう。

新築・増築・改築・耐震補強・解体・外構工事
各種リフォーム(水廻り・内装・外壁・屋根工事)
その他・住まいに関する修繕など



井上建築

茨城県知事許可(般-30)第34455号

井上建築設計事務所

茨城県知事登録 第05148号

〒311-0108 那珂市額田北郷742-1 ☎/FAX 029-298-0411

住まいに関するご希望・ご要望は、お気軽にご相談ください。
大工ならではの目線でお客様の住まいのアドバイスをさせていただきます。
お見積もりは無料です。適正な価格と確かな仕事で快適な生活のお手伝いが出来るよう努力いたしております。

前へ進み続けよう
～あなたの快適な空間へ～



MiKi Office Service

ミキオフィスサービス株式会社

リフォーム内外装工事

(オフィス・店舗・一般住宅など)

不用品処分【産廃許可番号 00801163112】

お気軽に
ご相談下さい

〒311-0106 那珂市杉642-1

☎029-352-3036

FAX 029-298-3407



「部屋を広く見せる」

ためにできること

でもきっと大丈夫!部屋を「広く見せる」ためにできる工夫、実践してより良い住まいづくりをしましょう!!

進出色と後退色

色には、実際の位置より近くにあるように見える「進出色」、実際の位置よりも遠くにあるように見える「後退色」があります。
部屋の中に進出色がたくさんあると部屋が狭く感じ、後退色がたくさんあると部屋が広く感じられます。



進出色 暖色系で彩度の高い色



後退色 寒色系で彩度の低い色

広い部屋で生活したい!

でも、大きな家を作るのはお金もかかりますし、日本の住宅事情を考えるとちょっと難しい...

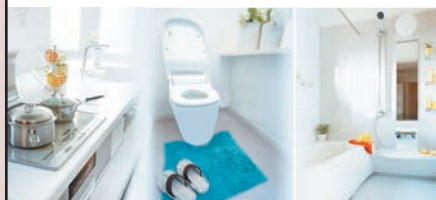
背の低い家具を選ぶ

家具選びのポイントのひとつは、「背の低い家具を選ぶ」ことです。
ある程度、床が家具で埋まってしまっている空間の高い位置を開けておくことで、部屋が広く感じるという錯覚を起こします。

木材・新建材・壁材・給排水管・ブロック
フェンス・セメント・コンクリート製品
見積り無料 工事も承ります!
キッチン・お風呂・トイレのことなら

有限会社 佐久間製材所

新築 リフォーム 住まいの事なら何でも相談下さい!
(補助金制度活用も相談下さい)



茨城県常陸大宮市東富町631-2

☎0295-52-0034(代) FAX 0295-52-0328

外壁や屋根などの断熱は

リフォームするときにチャンスです。

外壁や屋根などの断熱は、内装や外装をリフォームするときと一緒にすると、施工もしやすく費用効率もよいので、一石二鳥です。

断熱の基本は、住宅をすっぽりくるむ事です。ですから部位毎にバラバラに施工するより、全体を一度に行うと、とても効果的です。また、天井や屋根と壁、壁と床や基礎などの境目は、施工が難しい場所です、注意が必要です。





知っておきたい 葬儀の流れ

株式会社サイネックスによる編集記事ページです

このページは有料広告ページです

日常生活の中で、できるだけ考えたくないことかもしれませんが、どのような人生にも終焉は訪れます。誰もがいつかは遺族になり、告別式の参列者になることも避けられません。悲しみに打ちひしがれ、心も動転するような場面で、遺族や親しい人たちを支えるために、しきたりや作法があるともいえます。最近では死を忌むべき

ことと考えるより、人生を全うすることとして、自らの葬儀の演出を前もって指示しておいたり、希望しておくことも広まってきました。いざというとき慌てないために、基本的な葬儀の流れ、会葬のマナーは心得ておきましょう。

臨終から法要まで

葬儀は人生最後の儀式。弔事の一つひとつにしきたりがあり、意味があります。地方によって、また宗教や宗派によって名称や作法は異なりますが、大方の流れは次のようになります。

弔事の流れ

1. 臨終

遺体を北枕に安置し、喪主、儀式の形式と日取り、葬儀社を決めて依頼し、寺院や知らせるべき人に連絡します。



2. 通夜の準備

枕飾りをして遺体を安置。喪服、遺影の準備と世話役との打ち合わせ。戒名の依頼や隣近所への挨拶、死亡届の手配も行います。



3. 通夜

故人との別れを惜しみ、夜通し香と灯火を絶やさず遺体を守ったのが本来の通夜ですが、最近では数時間ほどで終わる形式が多くなりました。通夜が終了した後は、通夜ぶるまいとして親族や親しい人に食事などを振る舞ったり、代わりに折り詰めなどをお渡しすることもあります。



4. 葬儀・告別式

通夜の翌日に、死者を弔うのが葬儀で、故人に別れを告げるのが告別式です。読経の後、遺族、親族が焼香し、参列者の焼香へと移ります。

5. 出棺・火葬

最後の対面の後、別れの花などを行い、遺族の手で霊柩車へ。会葬者は合掌して見送ります。
※葬儀・告別式の前行う場合もあります



6. 火葬・骨上げ

火葬の前に全員が焼香。火葬終了後は、二人一組になって箸で遺骨をはさみ骨壺にのせる骨上げを行います。

※葬儀・告別式の前行う場合もあります



7. 還骨回向

持ち帰った遺骨、位牌を祭壇に安置し、僧侶が読経する中、遺族による焼香が行われます。このとき、本来7日目に行う初七日法要を、繰り上げてとりおこなう場合が多くなっています。



8. 精進落とし

法要後、お世話になった人に感謝と慰労の気持ちを込めて喪主が挨拶。遺族が酒と料理でもてなし、故人をしのびます。



9. 追善供養

初七日に始まり、三十五日、四十九日、百か日と、お経を上げて、お香で供養します。このとき納骨を行う場合もあります。



10. 年忌法要

一周忌に始まり、2年目の三回忌、6年目の七回忌、その後十三回忌、十七回忌、二十三回忌、二十七回忌、三十三回忌、三十七回忌、五十回忌と法要を続けます。三十三回忌または五十回忌をもって、弔上げ(最終の年忌法要)とする場合が多くなっています。

※掲載の記事に関しましては、一般的な仏式の慣習を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合があります

ご葬儀の事前相談も承ります。

もしもの時に…
私たちスタッフに
お任せ下さい!

葬儀全般・花輪・生花・盛籠
仏壇・提灯・墓石

お気軽にお申し付け下さい。

自宅葬、公営斎場葬
その他

有限
会社

あいざわ祭典

葬祭のお申し込みは、年中無休・24時間受付

那珂市鴻巣1313-1 常陸鴻巣駅前

TEL 029-295-7751 FAX 029-295-7764