



2022/9

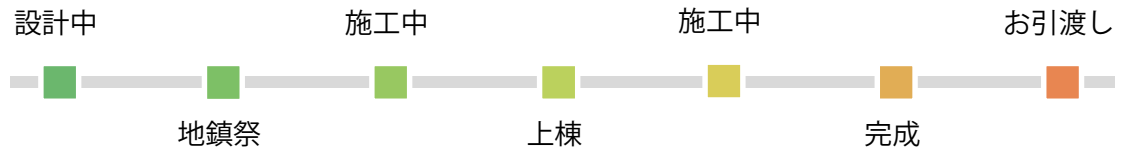
# Kirigaya\* Times

キリガヤ\*タイムス

## contents

- Column : 「自宅サウナ」で心と身体がととのう！
- Tweets : スタッフのつぶやき
- Progress : 家づくり進捗
- Event : 情報随時更新！「逗子、どこすむ？」

## Progress 家づくり進捗



### 施工中

SE構法・長期優良  
厚木市 W様邸



W様邸は仕上げ工事が進んでいます。外壁の板張りも張り上がり、佇まいが良く分かるようになってきました。完成までもう一息、引き続き丁寧に努めてまいります。

### 施工中

在来工法・低炭素住宅  
鎌倉市 H様邸



H様邸は木工事を終え、仕上げ工事に入っています。現在は内装のクロス工事が進んでいます。壁が仕上がると家の様子がよりイメージできる装いになります。

### 施工中

SE構法  
葉山町 Y様邸



Y様邸は断熱工事を行いました。見えなくなってしまうところも丁寧に工を進めています。日々変化していく家の様子をぜひ楽しみにしててください。

### 上棟式

SE構法・長期優良  
横浜市 H様邸



H様邸にて上棟式を行わせていただきました。H様、この度は誠にありがとうございます。工事は折り返し地点です。気を引き締め直して工事に励ませていただきます。

### 地鎮祭

SE構法・低炭素住宅  
逗子市 M様邸



M様邸は地鎮祭を行わせていただきました。M様、この度は誠にありがとうございます。当日は夏らしいお天気。お子様方の思い出に残る式になっていましたら幸いです。

### 地鎮祭

在来工法  
逗子市 A様邸



A様邸は地鎮祭を行わせていただきました。A様、この度は誠にありがとうございます。いよいよこれから工事が始まります。素敵なお家の実現へ、努めてまいります。



## ピックアップ イベント情報

### 「逗子、どこすむ？」

移り住むなら、逗子市内のどこがいいの？

ネットでは探せない「実際の暮らしやすさ・不便さ」がわかるオンライン相談がスタート！  
「買い物は徒歩で行きたいんだけど、市内のどの辺りが住むのに便利？」  
「帰りが遅くなった時、終バスで帰れるエリアはどこ？」  
「東逗子駅って、タクシーが何台くらい停まっているの？」などなど。

オンライン相談では、弊社オリジナルの「どこすむマップ」を使います。このマップは、実際に暮らしている私たちが実体験をまとめた貴重な情報。ご希望の暮らし方をお聞かせいただきながら「あなたに合ったエリア」を見つけましょう。逗子で物件を探している方は是非お申込みください。相談時間は1時間。たっぷり質問できます。



お申込み：☎046-870-1500 担当：中谷

予約受付中!!  
1日1組様限定

※完全予約制です



## イベント情報

### キリガヤの木の家、よりすぐり3邸紹介

予約受付中!!

※完全予約制です



以前のよりすぐり5邸から、さらにさらに厳選。まだホームページへ掲載されていないお宅を含む珠玉の3邸が選出されました。キリガヤが目指している家づくり、キリガヤで叶えられる家づくりを分かりやすくご紹介いたします。(所要時間 60分予定)

お申込み：☎046-870-1500 担当：川添



株式会社キリガヤ

〒249-0002 神奈川県逗子市山の根1-2-35  
☎ 046-873-0066 H P <http://kirigaya.jp/>

#### 【配信停止のご連絡方法】

お電話、HPの「お問い合わせ」の下部の「配信停止フォーム」よりご連絡ください。右のQRコードからもご連絡いただけます。  
<http://kirigaya.jp/stopmail/>



イベント紹介ページ ▶▶▶  
<https://kirigaya.jp/event/>



※新型コロナウイルスへの懸念のため、個別相談を主として開催しております。イベント内容は場合により変更になる場合がございます。今後HPなどに掲載されます詳細情報をご確認ください。



## サウナをブームで終わらせない。「自宅サウナ」で心と身体がととのう！

世の中はまさに空前のサウナブーム。皆様の中にもサウナ愛好者の方は多くいらっしゃると思います。愛好者の究極の夢は「自宅にサウナ！」これではないでしょうか。

さて、弊社社長の桐ヶ谷は以前からかなりのサウナ好き。近隣のサウナ通いはもとより、最近では折り畳み式のテントサウナを購入して自宅でサウナを楽しんでいる有様。その様子をキリガヤの広報誌「キリガヤ通信」の紙面で紹介したところ、ご愛読いただいているお施主様方から様々な反応がありました。

なかでも4年前に新築でお引渡ししたH様から「自宅にサウナを作りたい！」というご希望をいただきました。H様もかなりのサウナ好きとみえて、桐ヶ谷とのサウナ談義で意気投合。社長の桐ヶ谷自らが設計～工事を担当。設置場所やサイズ、サウナ機器選びなどなど、極めて楽しそうにH様との打合せを重ねておりました。サウナ好きにしかわからないこだわりがあるようです。

いよいよそのサウナが完成しました。総ヒノキ造りのサウナはあたりにヒノキのいい香りが漂います。それだけでも癒し効果の期待が大。さらにベンチ下の格子越しに柔らかく室内を照らす間接照明や、桜山の山並みを見渡せる小窓など、徹底した寛ぎへのこだわりようにH様もご満悦の様子。熱したサウナストーンに水をかけて蒸気を発生させて体感温度を高め、発汗を促す「ロウリュウ」をたのしめる本格サウナなのです。

「サ道」において“ととのう”とは、冷たい水につかるために身体を温めること！とH様。サウナ室から出た後に冷たい水を浴び、その後外気温でゆっくりと休憩することで得られる至福の瞬間、身も心もととのいそうですね。

こちらのH様邸は以前BSテレ東「突撃隣のスゴイ家！」に放送されたお宅で、その続編として、9/16(金) 21:00にサウナ室増設の様子が放送される予定です。皆様もぜひご覧ください。これからご自宅をご計画の皆さまも「自宅サウナ」を検討してみたいかたがたでしょうか。コロナ禍における自宅での楽しみ方が広がりそうです。



営業：川添

### Tweet スタッフのつぶやき

## キリガヤ新築チームコーナー



### ～ 今回の話題 ～

### 『残暑の夏バテ対策』



思わず「生き返ろう～！」っと唸ってしまう、夏真っ盛りのかき氷！私は葉山一色の「霧原さん」のふわっふわのかき氷が断然おすすめ。10年前開店当時の馴染みの店ですが、最近では行列必至の名店となっています。



営業：川添

夏バテ対策は、しっかりと食事を摂ることでしょうか？たんぱく質などやビタミンを多くとるように、量より質を大切にしたいほうが良いそうです。



最近は、ストレッチや筋トレ、食事に気をつけて体重を落としつつ肉体改造に励んでおります。dancyu買っちゃいました！



設計：市原

残暑に限らず……夏バテ対策として『枝豆』を毎日のように食べます！アルコールの分解を助け、肝機能の負担を軽減するという『枝豆』ビールが大好きな私になくはない夏バテ対策です！



コーディネーター：中谷

夏バテ対策として私は食事をすることで暑い日乗り越えています。暑いからと言って食べなくなると食欲不振がちになり、疲労やだるさ・夏バテなど、回復に時間がかかってしまうからです。しっかりと栄養を取るためにも、



1日3食(?)を規則正しく食べることで夏バテの対策を考えてます。



工務：伊藤

「梅干し」と「果物」をたくさん食べます。果物は夏バテで食欲が落ちてでも食べやすく美味しいですね。特に夏の季節の果物や南国の果物が体に良い気がします。梅干しはカリウムとナトリウムが豊富ということで好きではないですが習慣的に食べています。写真はお客様から頂いたパイナップル。美味しく頂きました。



設計：行枝

今年も残暑が厳しく、梅雨明けが早かったのが、ちょうど良い季節が短いですね(残念顔)。夏バテなのか、普通にばてているのかは分かりませんが、今の季節は全部夏バテのせいにしてます。対策としては、気持ち悪くても食べる、外に出ない、等でしょうか。あとは、馬鹿みたいですが、自分の体調についてなるべく気にしないようにしています…。



設計：小原

心掛けていることは食事の時に味噌汁をとることです。不足している栄養も取れますし、つつい冷たい飲み物を取ってしまいがちなので、胃腸のためにも温かいものもとっておこうと思う次第です。



好きではない自分にとってありがたいというのも理由です(笑)



編集：山岡