

住まいにまつわることから、健康、生活、趣味のことまで。
お客さまと一緒に作るコミュニティ紙ができました。

住む~ずらいふ。冬号

2020年

P2 特集 I Love 麵！



Cover Staff 杉澤 寿貴（すぎさわ・としき） 趣味・特技：釣り・ドライブ・リフティング モットー：その日の仕事は、その日のうちに 得意な業務：混合栓修理
入社 3 年目です。まだまだ分からぬ事ばかりですが、一緒に行動している先輩方の良い所を吸収し、一人前になれるようがんばります！

Let's Go! Sumuzu Car!

住む~ずカーが行く！

ビストロフレンチ ブラン
第16回 BISTRO FRENCH 「BLANC」さん

Cover Series

カジュアルにフランスの郷土料理を食べていただけるように……。そんな思いで 2018 年 12 月にオープンしたのがビストロフレンチ「BLANC (ブラン)」さんです。店名はフランス語で「白」という意味。オーナーが色に様々な思いを重ねて名付けました。

気軽ながらも料理は本格的。フランス料理特有の手間暇かけたソースを基本に岩手県産の食材の持ち味を生かしたメニューが魅力です。中でも看板メニューは「ズワイガニとフレッシュトマトのパスタ」で、一度味わうと忘れられない絶妙な味わいです。「酸味のあるフレッシュトマトをアクセントに使っているので、重くなりがちなクリームソースでも最後まで飽きないパスタになっています。ズワイガニもたっぷり入ってますよ」と店長の平澤稔史さんも一押しの逸品です。

ランチは、トロトロの卵で包んだ特製オムライスや本格派のグリーンカレーなど屋でしか味わえないメニューも。ディナーは、“盛岡あじわい林檎ポーク”で作ったパテ・ド・カンパニュや県産黒毛和牛の“ランチ”を贅沢に使ったローストビーフ、八幡平マッシュルームのオーブン焼きなどワインにぴったりな前菜をはじめ、身体が温まるココット料理やラングドック地方名物の煮込み料理「カスレ」もおすすめです。

「基本は一品料理なので、気取らず、幅広いシーンで楽しんでいただけたら嬉しいです。当日 OK のコースもあるのでぜひお気軽にどうぞ」と平澤さん。味はもちろん、量も満足度が高く、和気藹々と過ごせるビストロ。ぜひ足を運んでみてはいかがですか？



Shop Data

盛岡市内丸 17-38 杜陵ビル 1 階

Tel: 019-658-8338

営業時間：11:30 ~ L.O.14:30 / 17:30 ~ L.O.22:30

定休日：日曜（翌日休日の場合は営業）

(右上から) 人気の「ズワイガニとフレッシュトマトのパスタ」、「県産黒毛和牛のローストビーフ」、寒い季節にぴったりなココット料理の一例、魅惑の「自家製サン晁アリア」。(左) 店長の平澤さん。

I Love 麺

私たち、麺が大好きだ。

冬こそ、麺。県内各地に訪問し、各地の味を知るサークル。ビスマンと美味しいものに目が無い事務スタッフが選ぶ人気企画「2019年 No.1 麺」。今年はラーメンに限らず、「冷麺・温麺」「パスタ」「じゃじゃ麺」などジャンルも豊富にご紹介します。

冷麺 温麺

遠藤俊光 推薦
盛樓閣さん
Address 盛岡市盛岡駅前通
Menu 温麺

あさりから食べる
スープを2、3杯スプーンで飲んでから麺を食べる。

ついてくるキムチ全部と酢をひと回りたして食べます。

小菅直昭 推薦
食道園さん
Address 盛岡市大通1丁目
Menu 盛岡冷麺

佐藤精人 推薦
やまなか家さん
矢巾PA下り店
Address 矢巾町煙山
Menu 海鮮塩温麺

村松守 推薦
中国料理 王様さん
Address 奥州市水沢
Menu 広東麺

見波浩 推薦
中華そば 晴れる屋さん
Address 北上市北鬼柳
Menu 塩中華そば

小笠原利章 推薦
めん処 はすの屋さん
Address 盛岡市紺屋町
Menu 志那麺

鯛だしのやわらかい味。日替わりご飯のサービスも。

柚子の香りが爽やかで、途中で柚子酢を足すと更に香りが強くなりたまらん！

内館尚哉 推薦
鶏白湯そば 東座さん
Address 盛岡市南大通1丁目
Menu 鶏白湯チャーシューソバ

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

遠藤光司 推薦
らあめんサンドさん
Address 盛岡市西青山2丁目
Menu 比内地鶏とシャモロックの塩らあめん

高橋亮磨 推薦
には Shin. 盛岡店さん
Address 盛岡市南仙北2丁目
Menu つけ麺

そのまま美味しいです。

村松信子
松原衣久実 推薦
中華料理 正華 向中野店さん
Address 盛岡市向中野5丁目
Menu カラシ味噌ラーメン・他全品

伊山寛太 推薦
麵家くさびさん
盛岡南店
Address 盛岡市津田
Menu ラーメンとからあげセット

佐藤博夫 推薦
喜怒哀楽 矢巾店さん
Address 矢巾町第7地割
Menu 旨辛麺

赤沼慧 推薦
紅梅食堂さん
Address 宮古市大通1丁目
Menu 旦旦麺

佐々木規江
佐藤幸政 推薦
創作餡飪 めん太郎さん
Address 盛岡市西仙北1丁目
Menu すぱから麺

山田貴博・志田進 推薦
辛さ一本道 路山さん
Address 盛岡市繫・青山
Menu 青南蛮塩ラーメン

半分くらい食べて酢をの字に入れる。

藤村美帆 推薦
カフェフラミンゴさん
Address 矢巾町医大通2丁目
Menu 季節野菜のボンゴレパスタ

川口一樹 推薦
カンパーナさん
Address 秋田市山王5丁目
Menu ナスとベーコンの唐辛子トマトソース

照井りえ 推薦
俺のじゃじゃさん
Address 矢巾町西徳田
Menu じゃじゃ麺(中盛)

見波浩 推薦
中華そば 晴れる屋さん
Address 北上市北鬼柳
Menu 塩中華そば

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

戸川博信 推薦
うし亭 本店さん
Address 盛岡市菜園1丁目
Menu ネギそば

内館尚哉 推薦
鶏白湯そば 東座さん
Address 盛岡市南大通1丁目
Menu 鶏白湯チャーシューソバ

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

戸川博信 推薦
うし亭 本店さん
Address 盛岡市菜園1丁目
Menu ネギそば

立花篤司 推薦
ラーメンショップ味丸さん
Address 盛岡市羽場19地割
Menu 醬油とんこつ

水道管の凍結対策はお済みですか？

住む～ずスタッフ
エンドーの
**ワンポイント
アドバイス**

住む～ず 係長 遠藤 光司



気温も低くなり、水道管が凍結する季節になってきました。人と同じように、水道管も冬の寒さは苦手。今号は、「しまった！」という事態になる前に、水道管の元栓、そして凍結防止ヒーターについてお伝えします。

Point
1.

水道の元栓確認

元栓本体は年数が経過してくると開閉がきつくなったり、閉めたときに漏水するなど不具合が起きる場合がありますので、凍結する気温になる前に事前の確認をお勧めいたします。また、元栓を開閉するために毎回屋外に出て操作をしている方には、



室内から開閉できるようにするための遠隔開閉器というものがおすすめです。また、リモコンのボタンで開閉できる電動水抜栓もあります。気になる方はぜひご相談ください。

Point 2. 凍結防止ヒーター

配管の凍結防止ヒーターは、電源の入れ忘れに注意しましょう。コンセントを差し込まなければすぐに凍結してしまいます。また平均的な寿命は15~20年ほどです。動作しているかは触ったり外観からは確認できない場合が多いので、長期間お使いになって心配な場合は点検をお勧めします。(点検作業費2,000円~+出張費)



凍結防止ヒーター（赤の部分）

NO HOBBY,
NO WORKS.

#7

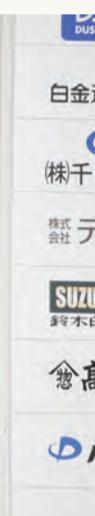
ランニング
経営管理部
村松 直子



フルマラソン完走の瞬間



盛岡シティマラソン



安比リレーマラソン

運動と無縁な生活を送っていた私ですが、ダイエットと健康のため、子どもが小学校に入ったころに友人3人でゆるーく走る会を作ったのがきっかけで走ることに目覚めました。

社会人チームを率いる本格派の方にたまたま指導をお願いできた結果か、ゆるーく走る会はいつの間にか初心者からバリバリのアスリートまで集う楽しいチームに成長し、私もフルマラソンを完走するまでにめりこみました。安比リレーマラソンに出たり、「材木町よ市」をゴールに街ランしたり（もちろんゴールでビールを！）、みんなで楽しく続けています。あくまでも「楽しく走る」がモットーです。

先日は「いわて盛岡シティマラソン2019」のファンランの部に参加しました。岩手大学の紅葉を見ながらスタート、慣れ親しんだ街中を走り、沿道のたくさんの方に応援して頂きながら中央公園でゴール。あっという間の8.8kmでした。2年前に運動経験ゼロから参加した女性メンバーは5時間台でフルマラソンを完走。感動しました！

時間と距離をゆっくり積み重ねていけるランニング習慣は私の一生の宝物です。走ってみたい方は是非、一緒に走りましょう(^^)

工 料

+

出張費

当社から1km
につき200円

+

交換部品

*工料とは部品交換費用、点検費用、整備費用などの作業費をさします。

*その他、家電リサイクル商品の処分費、廃棄処分費などの実費は別途申し受けします。

給湯ボイラー
バーナー整備
8,000円(税抜)~

混合栓交換
6,000円(税抜)~

水漏れ修理
4,000円(税抜)~

住む～ずの料金体系は
簡単！わかりやすい！

0120-394-640(24時間対応)

<http://www.sumuzu.jp>

コレらの住まいのことでお困りなら、

住む～ず

サービス内容と料金

給湯ボイラー
エコキュート
風呂釜



風呂

水が出ない止まらない
漏れる・匂い・排水
混合栓(蛇口)交換
レンジフード



キッチン

水が出ない止まらない
漏れる
便座交換
床張替
詰まり



トイレ

エアコン
温水ルームヒーター
床暖房・蓄熱暖房機
薪ストーブ



空調

照明・電気配線
断熱・耐熱
内装・窓
床下



室内
リフォーム

屋根
外壁
玄関
車庫
雨樋
鍵
アンテナ



室外
リフォーム



田中美葉子さんプロフィール *盛岡市出身&在住の漫画家。1987年に集英社からデビュー。現在は月刊誌「エレガンスイブ」等で執筆。

Character *

カモーンくん たかのはし桃(31) & 隆(30)
たかのはし家に同居中のカモノハシ。



ペイントでロゴトートバッグ② (トートバッグミニサイズ)

お弁当袋や、ちょっとした買い物のときに最適なトートバッグに、自分のイニシャルや好きなロゴを入れてペイントします。鉛筆の後ろについている消しゴムに塗料をつけて「ポンポン」。(★アニースローンのペイントは、臭いがなく乾くのが早いので、短い時間で楽しくペイントができますよ!)

●チョークペイントとは?
sumururu で取り扱う英国 anniesloan 社の水性ペイント。チョークで書けるという意味ではなく、黒板のようにマットな質感からこの名前がついています。



sumururu LIFE



文・照井りえ
sumururu スタッフ

2019年度 第8話 sumururuワークショップ

2019年度もたくさんの方に sumururu のワークショップにご参加いただきました。今回は、その一例をご紹介します。

ペイントでカラフル瓶づくり

5種類ほどのビンの中から好きな形を選んで、ペイントで色付けしました。(★アニースローンの塗料は、鏡以外の物には何でも塗れるんですよ!) 水玉やストライプにしたり、絵を描いたり…グラデーションのような色付けも可能です。お気に入りのデザインに仕上げて出来上がり!! 小物入れ、花瓶、ペン立て…いろいろな用途にお使いいただけます。



ペイントでロゴトートバッグ① (トートバッグ A4 サイズ)

使いやすい A4 サイズのトートバッグに、自分のイニシャルや好きなロゴを入れてペイントします。鉛筆の後ろについている消しゴムに塗料をつけて「ポンポン」3色の色を重ねていきます。たくさんの組合せでたくさんの種類ができました!(★アニースローンペイントは、どの色にも黒が入っていない為混ぜてもきれいな色なんです!)



ワークショップ協力について (事前準備・技術指導)

ご希望のワークショップ内容に合わせて、ペイント・器具などの準備や技術指導を行います。事前の養生や準備も対応可能です。

【技術指導料】

2時間まで 6,000円
以降 1時間毎 3,000円追加
※交通費別途

【ペイント・ブラシなどのツール】
実費(一部レンタルも可)

sumururu website
<http://happy-diy-4u.com>



住まいのホームドクター。
住む～ず
住む～ずらいふ編集室

028-3621
岩手県紫波郡矢巾町大字広宮沢 8-5-1
0120-394-640
info@sumuzu.jp

信幸プロテック株式会社



住む～ずの支払い方法いろいろ

郵便振込 現金払(訪問・来店) 分割払(均等3回まで) 電子マネー(Edy、iD、Quick Pay)
クレジットカード一括払(訪問・来店) クレジット契約(5~1,000万円、6~180回)※事前審査あり

お客様のご都合に合わせて
下記の方法からお選び頂けます。