



縁の下からのお便り



こんにちは。「縁の下からのお便り」は、弊社とご縁のあるお客様に隔月でお送りしております。

目次

【表面】

- ・社員が選んだ〇〇ランキング
- ・四季のコーナー

【中1】

- ・四コマ漫画
- ・ヤナサン日記
- ・今月の「一枚」
- ・がんばりすぎない美活部

【中2】

- ・池田の男っぽい料理
- ・現場NEWS

【裏面】

- ・暮らしのトリビア
- ・花の名前当てクイズ
- ・編集後記



社員が選んだ〇〇ランキング☆

テーマ：「自宅から30分で行ける『密なしスポット!』TOP3」

木材・営業部 向井



1 信州塩尻農業公園チロルの森



今年の夏は東京帰省を自粛し、「チロルの森」に家族で行って来ました。久々でしたが、いつ行っても混雑なし。園内にいる動物達と触れ合ってきました。残念ながら今年11月末で閉園するそうです。

2 ミュージアム鉾研 地球の宝石箱



長野県に来て20年以上経ちますが、初めて行った施設です。様々な「石」が展示されており、石に興味がない私でも楽しめました。夏休みでしたが、2組の家族連れしかいませんでした。

3 市民プール(松本市今井)



松本平広域公園信州スカイパーク内にあるプールで、子供が遊ぶ物は小さなスライダーのみ。混雑しないので、子供達が泳ぎの練習をするのに最適な場所です。



四季のコーナー 「ちょっと早いけど 2020年を振り返ります」



営業部 松葉

昨年は一念発起で10kgのダイエットに成功。今年の目標は「防げりバウンド!」です。ここまで頑張ってきましたが季節は味覚の秋、そして後に控える年末。誘惑も多い時期ですがあと少し、頑張ります!

テクニカル部 峯村

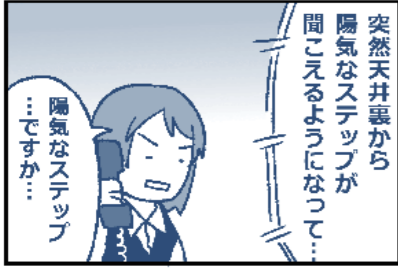
なんとと言ってもこのカップ麺! 今年は何年になくお世話になりました。夏の暑い時期、これからの寒い時期、両方いける万能な辛さ! 来年もお世話になりそうです♪



アドバイザー部 夔

新型コロナウイルス感染拡大で暇つぶしで? 腕立て伏せ10回チャレンジというお題がFBで回って来ました。チャレンジ精神を象徴する1枚。

ステップ



ヤナサン日記



先月、テорияランバーテックが開発した次世代木材「Wolesty Moca / ウオレスティモカ」の取材で信濃毎日新聞さんにお越しいただきました！取材を受けたのは専務で、私は隣に居ただけですが（相づちはバッチリうってました草）、記者さんのヒアリングカやノートへのまとめ方は、自分の仕事にも生かせそうだと思います。「人の振り見て我が振り直せ」ではないですが、自分はお客様と接するとき、お客様からはどのように見られているのだろうか？を改めて考えさせていただくことも出来ました。ちなみに、今回の取材記事は10/9の週のどこかで掲載されると思いますので、発見したら「ヤナサン日記」を思い出していただけると嬉しいです！



カメラ 今月の「一枚」

『バラの成長』

木材・営業部 小林

【コメント】

6月に植えたつるバラがここまで大きくなりました！バラの勉強で植えたつもりですが楽しくなってきました。



がんばりすぎない 美活部

vol.11 『座ったまま お尻の引き締め』
普段使わない筋肉のストレッチ

こんにちは！美活部部長の池田です。バレエ歴10数年ですが、ここ数年は運動不足しています(T_T) さて、がんばりすぎず、無理もせず、ちょっとずつ活動していきましょー！



テクニカル部 小池です♡



右足の場所が動かないように♡

姿勢もキープ！
猫背禁止🚫

椅子に浅く座り、右足のくるぶしを左膝の上にかけます。猫背にならないように、骨盤をたてた状態を作ります。

そのままゆっくり上体を前に倒していきます。ちょっと大変かな？と感じるところでストップ！10秒数えます。足を変えて反対もバランスよくやってみましょう！

元ダンサー池田の男っぽい料理★

めんどくさがり女子代表

料理嫌いを少しでも克服するべく、めんどくさがりこそこの時短料理をご紹介します。よろしくお付き合いくださいませ(ハハ)

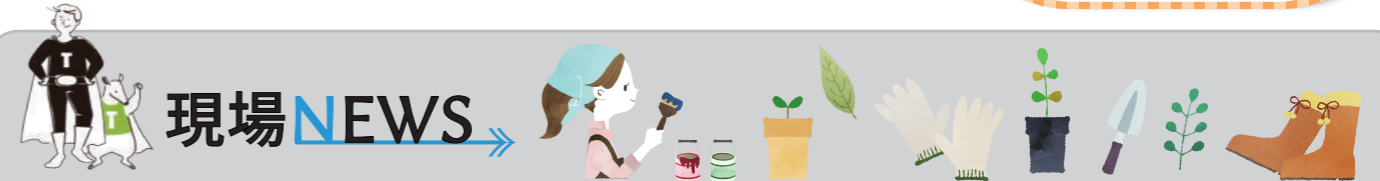
シーフードミックスでぶりぶり食感！
具たくさん
チャウダー



- ※解凍の仕方※
ポウルに水 200ccと塩小さじ2を入れしっかりと塩を溶かす。シーフードミックスを入れて具材をつまんで芯がなくなるまで放置します。(30分程) ペーパータオルで水気をしっかりと取ります。
- 耐熱容器に食べやすい大きさに切ったじゃがいもと人参、くし切りにした玉ねぎにオリーブオイルをまぶしてレンジで5分加熱。鍋に移して、水・コンソメの素を入れひと煮立ち。
- シーフードミックスを加えて再びひと煮立ち。最後に牛乳を入れたら、沸騰する直前で火を止めて・・・完成♪
器に盛ったら、パセリを振ってちよっとおしゃれに(笑)

【材料】2人分
冷凍シーフードミックス・・・150g
じゃがいも・・・1個
人参・・・1/2個
玉ねぎ・・・1/2個
オリーブオイル・・・小さじ1
水・・・200cc
コンソメの素・・・小さじ2
牛乳・・・200cc
パセリ・・・ひとつまみ

食塩水の解凍で、臭みがなくぶりぶり食感に！(´0`) / 解凍後にしっかりと水気をとるのもポイント！



あ もう、朝晩は一気に涼しくなりましたね！どちらかというと寒いくらい。世の中の的にも、コロナに対する反応が徐々に弱まってきているようなメディア操作をされている印象を受けます。(個人的にですが) ワクケンが出来て一般家庭にまで普及するまでは中々気は抜けませんね。しかも今時期からはインフルエンザも…。より一層マスクとソーシャルディスタンスが欠かせなくなりますね。世の中、Stay Home 疲れも見え始めている今日ですが、とはいえ Stay Home もまだまだ続きそう…。そうなるといかに家で楽しく快適にストレスなく過ごせるか？が大切になってくるのではないのでしょうか。例年であればいろいろなイベントで直接お客様と触れ合い、ご縁をいただいておりますが、今年は全て中止(；_；)ということで、コロナ禍でもお客様のご要望、ご相談にお応えできるように【オンライン相談窓口】を開設いたしました☆
特にこの時期、お問い合わせが多い「庭(ガーデン)」のご相談をプロのエクステリアプランナーにオンラインで相談いただけます！(長野県内のお客様に限りますが、詳しくは同封のご案内をご覧ください) 対面での相談を希望の場合は、別紙記載のお問い合わせ方法より、その旨をお伝えください。(完全予約制)
家で過ごす時間の中で、実は「庭」ってとても大切なんです。【家庭】という言葉は「家」と「庭」ですよ。 「行ってきます」の時に通るのも、「ただいま」の時に通るのも庭なんです。庭に目を向けて手を入れることで、その家で暮らす方々がより充実した暮らし方ができるように。笑顔が増えるように。私たちはそんな庭づくりを目指しています。

懐かしき 2019年のガーデンイベントの様子





知って得する?! 暮らしのトリビア♪



『重曹を使って電子レンジの簡単お掃除』

頑固な油汚れなど、庫内にこびり付いた汚れを浮かします☆

- ①耐熱容器に水 200 cc と重曹大さじ 2 杯を入れてそのまま電子レンジへ。500W で 5 分間温めます。
- ②5 分経過しても扉は開けずに、10 分程放置して蒸気で汚れを浮かび上がらせます。
- ③耐熱容器を取り出して重曹水を使いながらタオルでふき取りましょう。



THE・花の名前当てクイズ

Q. 右の写真は何の花でしょうか (^u^)/
解答は四択から選んでください。



- ①トリトマ
- ②ケイトウ
- ③サルビア
- ④アロエ

お分かりの方は答えをメールまたは FAX でご応募できます。
その際に①お名前②ご住所③解答④好きなコーナーをお忘れなく!
※発行月の末日を応募締切とさせていただきます。

正解されたお客様の中から抽選で2名様に「クオカード 500 円」をプレゼント♪

MAIL : info@teoria-lumbertech.com

FAX: 026-293-8395

ご当選
おめでとうございます!

前月号(9月)の当選者: 岡谷市 S 様、松本市 S 様

前月号(9月)の答え: ①マリーゴールド

QR コードを読み取って
▼ メール ▼



編集 後記



2020 年も残すところあとわずかですね
~o~ 新型ウイルスで大変な年となりましたが、2021 年も健康で明るく、元気
いっぱいお便り作らせていただきます!
1 月号でお会いしましょう (^ ^)



高耐久の木製タイル
<MUKUタイル>
のオンラインショップはこちら▼



池田 絵里奈 / イケダ エリナ
31 歳 血液型 O 型 しし座

出身 / 三重県名張市

仕事におけるモットー / 丁寧・気遣い・お客様目線

趣味 / ディズニー・バレエ

お客様に一言 / クイズコーナーの応募、お待ちしております (T_T)

発行 / 編集 : 株式会社テオリアランバーテック

【本社・工場】 長野県松本市笹賀 7189-2 TEL : 0263-86-3486

【長野営業所】 長野市合戦場 3-55 TEL : 026-299-7220

MAIL : info@teoria-lumbertech.com

web サイト : https://www.teoria-lumbertech.com

~サービス内容~

- シロアリ対策 ●木製エクステリア
- 断熱リフォーム ●インスペクション

ココニ ムシサン

Free:0120-552-643

※ニュースレターご不要の際は、大変恐れ入りますが「ニュースレター不要」の旨と、ご住所・お名前を明記の上、上記の宛先までご連絡ください。