



発行日 令和8年2月

### 今月のハイライト

- ・将来のプランは結婚も ChatGPT?
- ・家の外観デザインを統一する
- ・うちの子、どうして片付けられないの?
- ・おすすめHP&アプリ  
「日本ジオパークネットワーク」
- ・気象病
- ・ようこそ、僕らの家へ



### 将来のプランは結婚も ChatGPT?

こんにちは。スズモクの鈴木です。スズモクをご活用いただきありがとうございます。寒さのピークになりましたが、いつもの冬より少し暖かいような・・・。

先日長女の結婚、両家の顔合わせがありました。現状、遠距離（千葉市と仙台市）別居婚、相手方の転職半年程度。正直今後どうなるのか全くよくわからない。どう「おめでとう」なのか不明・・。というなかではじめて相手方のご両親に会いいろんな話を聞くことが出来ました。お父さんが高校野球の監督で同じ高校で野球をやっていたことは知っていたのですが元々その学校に行く予定でもなく

野球もやる予定ではなかったこと。誰もやると思ってない中、しっかり3年間やったそうです。大学への進路や就職先、一人暮らしを望んでおらず実家に住むことが希望だったこと。お父さんの意見には反発してしまうこと。※結果的には言うことを聞いていることもある。

転職や結婚についての話はうちの長女からの情報も少ないといましたがより相手方のご両親の方が情報が少なかった・・。そういう時代なのですね。現時点でのたくさんの「なぜ?」という部分、当事者の2人からもよく聞くことが出来ました。プロポーズの時期や毎月、花束をもら

っていること、それをよく枯らしていること。笑 よく娘を嫁に出すと寂しく感じると言われますが、大学生から一人暮らしでたまには帰ってくるし結婚相手もよく連れてくるので新しい家族が増えたような感じで、あまり寂しさは感じません。まだ複雑でよくわからない未来像を見せられているからかも。

ちなみに長女は将来のプランをchatGPTに相談しているようです。心配事は山のように・・・。まあ暖かい目で見守るしかない。

鈴木



## 家づくりワンポイント

## 〈家の外観デザインを統一する〉



建物と外構のデザインに統一感がある住宅は、スッキリとオシャレに見えます。

洋風、和風、折衷タイプ、といったそれぞれのタイプの建物に合わせた外構を考えましょう。色調や素材を調和させるのか、何かアクセントを置くのか、理想の外観を思い描くのが第一歩です。建物の外壁の色や住宅の

形によって、理想の外観デザインは異なってくるでしょう。

建物の中で、印象の強い玄関ドアと門扉、フェンス、ポストユニット、車庫のアップグレードなどをシリーズで発売している商品もあります。住宅メーカーが揃えているシリーズ商品を利用すれば、外観全体を調和させることができます。



## 子育てQ&amp;A ～うちの子、どうして片付けられないの？～

**Q**

何度も注意しても、うちの子は部屋を片付けません。何か理由があるのでしょうか？親が手伝った方がよいのでしょうか？

**A**

子どもが部屋を片付けられないのは、単にだらしないというだけではなく、物事を整理して考える力が未だ発達途中有るからなのかもしれません。

例えば、物事に優先順位をつけることが苦手で、何から手をつけていいかわからない状態という場合があります。

また、片付けるにはどのくらいの時間がかかるのか、どんな手順で進めればいいのか、こうした見通しを立てる力が十分に発達していないと、これからやる作業全体を把握することができません。ゴールが見えない状態なので、正解がわからないのです。

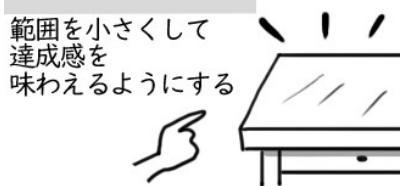
今片付けておかないと明日の朝に図工の道具が見つからず慌ててしまう！といった、今やって

おかないと後で困ることになるという想像ができず、つい後回しにしてしまうこともあるでしょう。親に漠然と「片付けなさい！」と怒られても、なぜそんなに片付けないといけないのかがピンときていない可能性もあります。

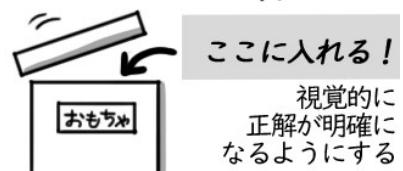
これらのこと踏まえるとやはり親のサポートは必要です。例えば今日は机の上だけ、明日は本棚だけ…と、片付ける範囲を小さくし、子どもが「ここだけは片付けた！」という達成感を味わえるようにする、収納ボックスにラベルを貼り、視覚的に正解が明確になるようにする、タイマーを利用して片付けは5分間だけと、終わりが見えるようにするなどの方法でサポートをしてみてはいかがでしょう？

**今日はここだけ！**

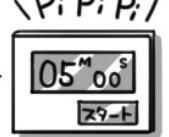
範囲を小さくして達成感を味わえるようにする

**ここに入れる！**

視覚的に正解が明確になるようにする

**5分間だけ！**

タイマーを利用して終わりが見えるようにする





## 今月のお薦めホームページ&アプリ

### ●日本ジオパークネットワーク

ジオは大地、パークは公園、この二つの言葉を組み合わせたジオパークとは、地質・地形から地球の過去を知り、未来を考えて活動する場所のこと。地域住民が主体となって活動を進める、そんな取り組みがネットワークとして繋がり、経験や知見を共有し、知恵を出し合って、持続可能な社会の実現を目指しているのです。

現在日本には、日本ジオパーク委員

<https://geopark.jp/>

会が認定した「日本ジオパーク」が48地域あります(2025年10月現在)。その内の10地域がユネスコ認定のユネスコ世界ジオパークにも認定されています。

このサイトは、そうした活動をわかりやすく紹介しているものです。実際に現地を旅してみたいという人のために、「ジオパークな旅のコツ」などもあり、興味深い内容が満載です。



## アイデアノート ~気象病~

気温や、台風などによる気圧の変化によって、頭が痛くなるという人が多いといいます。  
対処法はあるのでしょうか？

### ●気象病とは？

気温や気圧、湿度など天気の変化に誘発されて起きる心身の不調は気象病と呼ばれます。医学的な病名ではないのですが、天気によって頭痛や関節痛、めまいなどの症状が起きたり、悪化したりすると言われてきました。気象病での頭痛の多くは偏頭痛で、中には日常生活に支障が出るほど慢性的なものもありますが、検査では原因となる異常が見つかりません。ズキンズキンと脈打つ



ような頭痛と共に、吐き気や嘔吐を伴うこともあるといいます。天候の他、ストレスや月経周期、強い日差しなども頭痛の誘発因子と考えられています。また、耳の奥にある内耳が気圧の変化を感じ、神経細胞の集合体に信号を送って頭痛を誘発する可能性もあるそうです。

治療としては、痛みを抑えるための急性期治療と、頭痛の頻度を減らすための予防的治療があります。急性期のための鎮痛剤を頻繁に使っていると薬が効かなくなることがありますので、頭痛回数が増えて生活への支障が続くようなら頭痛外来などで診察を受け、予防的治療をする必要があるでしょう。

### ●ふだんの生活でできること

まずは規則正しい生活を心がけ、



#### 頭痛の記録

- 頭痛の有無
- 薬の服用
- 天気
- 出来事

ストレスをためこまず、心身をリラックスさせる時間を作ります。ぬるめのお湯にゆっくりつかる、ヨガやストレッチなどもおすすめです。

そして頭痛の有無や天気や日常の出来事などを記録して、何が頭痛を誘発してしまうのか、要因を探ります。この記録は医師に相談する時にもとても役立ちます。



「ずっとお金のかからない家」をつくろう

## 株式会社スズモク

【本社】 茨城県坂東市生子 717-2

電話 0120-18-7388 (0280-88-0554)

Fax 0280-88-7388

Email info@suzumoku.com



スズモクのホームページではブログやアフター申込、  
個別相談会の受付、モデルハウスのご予約なども出来ます。

<https://www.8341ie.com/>

「スズモク」で検索してください



## ようこそ、僕らの家へ 「カナダ人が一番老後に住みたい街！？」 ～カナダ／ケロウナ～

先住民の言葉でハイイログマという意味を持つケロウナは、カナダのブリティッシュコロンビア州南部に位置し、バンクーバーとピクトリアに次いで3番目に大きな都市と言われています。近年カナダでも指折りのスピードで開発が進んでおり、カナダ人が一番老後に住みたい街にも選ばれているのだとか。壮大なオカ



広大なワイナリー

ナガン湖とワイナリーなど果樹園に囲まれたケロウナは人気の観光都市でもあります。夏は湖水浴やウォータースポーツを楽しむ人々が湖畔で賑わい、市内から



壮大なオカナガン湖とケロウナの風景

車で2時間以内の場所には2つの大きなスキーリゾートもあるため、冬には多くのスキー客が訪れます。

実は愛知県の春日井市と縁があり、親善訪問団の派遣・歓迎や青年大使の受け入れなどを通じて市民交流を行ってきました。ケロウナには日本文化を継承する「Yamabiko Taiko」という和太鼓のグループもあり、活発に演奏活動を行っているそうです。

## スズモク SNS 案内

ルームツアーヨーチューブがアップ中です。

ブログも毎日更新しています。

毎日 NEW 毎日スズモクブログ（アメブロ）はこちらを

<https://ameblo.jp/suzumoku-blog/>



■オーナー様のルームツアーチャンネルです。

スズモクオーナー様 ルームツアーチャンネルはこちら

<https://www.youtube.com/@suzumoku-ibaraki>



■パッシブハウス認定基準専用ルームツアーチャンネル

パッシブハウス認定基準専用チャンネルは

[https://www.youtube.com/@suzumoku\\_passivehouse](https://www.youtube.com/@suzumoku_passivehouse)



ぜひご覧ください。

グッドボタンとチャンネル登録していただけるとうれしいです。

よろしくお願いします。

## 私が太鼓判を押します！



住み始めてから丸4年経、この太鼓判です。

遠藤さん、遅れておめでたせん！4年経て、色々お話を聞いてますからニキハが子、スズモクのすこさを書いていたいと思います。

- ・土地探しのアドバイスに心う（本がて参考になりました。）
- ・業界最大手の、高気密高断熱をうたう住宅会社の営業さんに、「性能、価格面でちよと敵わないと言わしく子
- ・超明良販会計。途中でどんどん上がり、叶いつたことは一切なし
- ・疑問に対して、根気強く何度もお話を聞いてくれる。（X-カルはよく打ち合わせ回数に限りがある会社を舐めに後で見られたら感謝はありまん。）
- ・建築現場が圧倒的に大きい。他社とは比べてほほいです。
- ・社長の、家づくりに対するフロイト。良いものを作り！という意地を感じます。
- ・大工さんが素敵、遠藤さんが優しい！



## 私が太鼓判を押します！



・部屋間の気温差少い

・結露は一回も見たことはない

・2025年夏の災害被の酷暑もエアコン一台で乗り越えます。

・標準が他社に比べ高性能すぎます。

ざいこすが、こんな感じです。まだ古いですが割合します。

当時の1着価格を抑えたグレードで建てていただきましたが、特に性能面で物別

りで重視され、非常に満足しています。健康に過ごせます、ずっとお金のかからない家を作りました。

コスト削減だけに走るのではなく、絶対に高めはいとこにこだわりとお金を

かけて家づくりをさせて貰うのだと、改めて実感します。（長期優良認定、全棟

気密測定、ひのき無垢材の構造など）コスト的にやりたがらない

会社が多い中徹底してこらで行なう点で、スズモクは頭ひとつ下がります。

抜けてると思います。知人や家族にも自信を持ってお話ししていきま。

やせいい  
8341 家で、ありがとうございました！

ご住所

高石市

お名前

廣井

様

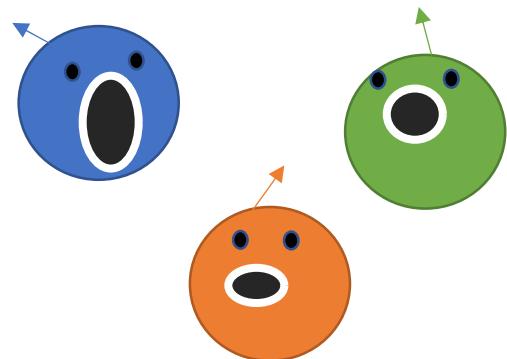
# 家づくりを止める3つの魔もの

家づくりは予想しないところで止まってしまうことがあります。現在のローンやクレジットの返済金額が多く、住宅ローンの審査に影響したり、土地が見つからない、建物がつくれる状態にならない、パートナーの機嫌が悪い。ご両親が賛成してくれない。信頼出来る住宅会社に出会えない、健康上の問題などもありますね。

でも、そういうことよりも多くの方の家づくりの障害になる3つの魔ものが存在します。

- ① 行動しないことです。
- ② 正しいことを知らないことです
- ③ 決断しないことです。

ひとつずつ解説します。



## ①行動しないことについて

まず住宅会社の営業マンに家を売られたい方はほとんどいないのではないかでしょうか？「自分たちでしっかり選んで家を買いたい」ですよね？であれば売り込まれるのを待つのではなく、自分達で動くことです。実際の家そのものを見たり聞いたり体験する、担当する人たちと会ってみる。話を聞いてみる。スマホやネットだけではわからないことが少しづつわかるようになります。

めんどうだ、とか、雨が降ったとか、今日は寒いとか、他にやることが出来たとか、「行動しない理由」はたくさんわいてきます。

まずは見学会やモデルハウスなどに足を運んでみてはいかがでしょうか？電話をしてみる、メールで聞きたいことを聞いてみるというスタートもいいと思います。

## ②正しいことを知らないことについて

インターネットの社会になり、たくさんの情報を知れるようになりました。でも情報量が多

すぎてどの情報が正しいのか、自分たちに合っている情報はどれなのかはわからなくなっていると思います。ここで大切なのが「自分たちの話をきちんと聞いてくれ、自分たちに合った答えを用意してもらう」ということです。その上で納得感のある内容でないと立ち止まってしまいます。

また本当のことを知りたくない。という方も存在します。

でも大丈夫です。本当のことを知っても乗り越えられます。私たちだけでなくご両親やご友人もみんな重要なアドバイスをしてくれます。100%正しいわけではありませんがよりよくなるアドバイスのはずです。

自分たちに合った正しい内容を知りたいと思ったら、スズモクの個別相談会をご利用するのもいいと思います。私たちはごまかすことなく真実をお伝えします。

### ③決断しないことについて

行動して、自分に合った知識を知り得た。その後は決断するだけなのですが、本当にこれでいいのだろうか？もっといい答えがあるかも知れない。冷静に判断出来ないと感じる。「今じゃない」はず…。

ここで重要なのは、先延ばしにするという決断はOKです。

ですが、いつまでも答えを出さずにいて、その結果が先延ばしになっている場合は要注意です。決断することから逃げてしまうクセがついてしまっている可能性が高く、いつまでもたっても家づくりの出来ない方の最大の特徴なのです…。

迷うこともいいことです。NOという答えでもいいのです。NOと決断してください。今はやらないと決断できたのであれば、いつかやると決断出来る日が来ます。

もしやると決断出来たのであれば私たちが全力でお手伝いさせていただきます。

今日は家づくりを止める3つの魔ものというこ

とでご紹介させていただきましたが、もしかしたら勉強や仕事、目標に対する取り組み方など同じことが言えるかも知れません。

普段私自身もいろいろな決断・判断に向き合っています。失敗することもありますが、失敗は成功のもと…のはずだと信じています。やるという決断もやらないという決断も成功への一歩です。

「新しいマイホームではどんな楽しいことが待っているのでしょうか？」

もちろん住宅ローンが始まったりすることで心配になることはあります。でも家族みんなでクリスマスパーティーを開いたり、お正月の家族の団らんや毎日のお子さん達とのコミュニケーション、かけがえのない日常が待っています。家族全員でいっしょに過ごせる時期というのも期限があります。

私たちにお手伝いできることができれば遠慮なくご連絡ください。

みなさまにお会いできることを楽しみにしております。

株式会社スズモク  
代表取締役 鈴木 尚美

# MODEL HOUSE OPEN

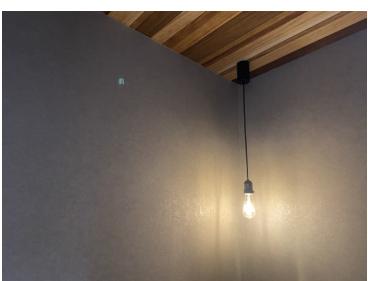
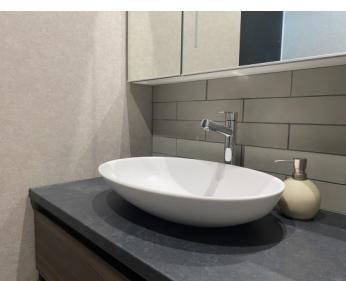
– 家庭用6畳エアコン1台で全館冷暖房 極上の快適さ –



ご見学  
予約受付中  
0120-18-7388

## 『真冬の裸足でも暖かい体感内覧会』 常時ご予約受付中

- ホテルライクな内装デザイン
- LDK22畳全面 木天井
- 木目+グレー+黒の統一デザイン
- 外観はSOLIDO+ウッドパネル
- 国内最大級サイズの高性能窓(アルミクラッド)
- アイランドキッチン+内部循環換気扇
- 夏・冬ほぼ同じ布団で生活可能
- 真冬に暖房なしでも20°C
- 温湿度全室安定で結露リスクもほぼゼロ
- 光熱費や維持管理、保険や税金もかなり安い



会場：(株)スズモク本社 【茨城県坂東市生子717-2】

ご来場は、**完全予約制** となります。

WEDお申し込み、又はお電話(0120-18-7388)からご予約ください。



# 『平屋フェス』

2月8日（日）【完全予約制】

20以上の平屋プラン公開します



## 平屋フェス



～20の間取りから見つける、私サイズの暮らし～

ひとりも、ふたりも、大家族も。「いまの私」に一番合う、平屋の正解を見に行こう。



### Solo Style

好きを詰め込んだ、  
自分だけの城。

無駄を省いたミニマルな平屋や、  
趣味全開のガレージハウス。  
18坪へのコンパクトプランなど、  
自分時間を使おむための設計。



### Duo Style

ふたりの時間は豊かに。  
ひとりの時間は自由に。

夫婦の程よい距離感を大切に。  
寝室別・共有リビングや、  
友人を招ける広々LDKなど、  
互いを尊重する大人の平屋。



### Family Style

階段がないから、  
家族の心がつながる。

子育てと家事の最強の味方。  
究極の家事ラク回遊動線や、  
安心して遊べる中庭のあるプランなど、  
家族の笑顔が増える家。



## EVENT INFO

【日時】 2月8日(日) 10:00～16:00

【会場】 スズモクモデルハウス  
(茨城県坂東市生子717-2)



ご予約はQR  
またはお電話  
← ↓

株式会社スズモク  
<https://www.8341ie.com>

0120-18-7388

# 勝手にパッシブハウス オープンDAYS2026

2月22日(日)～23日(月祝)

【完全予約制】

22日18時からはアルコール解禁  
宿泊可(雑魚寝です)

真冬の夜の体感を。  
入浴も出来ます。

パッシブハウスジャパン公式イベントではありませんのでご注意ください

## EVENT INFO

【日時】 2月22日(日)～23日 10:00～16:00

【会場】 スズモクモデルハウス  
(茨城県坂東市生子717-2)



ご予約はQR  
またはお電話  
↔ ↓

株式会社スズモク  
<https://www.8341ie.com>

0120-18-7388

家づくりは  
これから!!

スズモクの

# 無料個別相談会

個別相談ではきちんと時間をとってお話を伺いし  
その方にあった適切なご提案をさせていただいております。

## 1. 『もうこれ以上何もかからない資金計画』 & FP (ファイナンシャルプラン)

建物とか土地とか部分的なことではなく、住むまでにかかる費用すべてを把握してもらいます。(TVや冷蔵庫、もしものもの含めて) これがあれば費用の見落としがなくなり、建築途中で「予算が足りない! 払えないかも…」なんてことにはなりません。

ファイナンシャルプランでは、家計簿の収支は実際どれくらいになる? 車の買い替えは? 子供の教育費は大丈夫? といったライフイベントの全てを含めて、お金の心配のモヤモヤを解消する提案を行っています。

## 2. 住宅ローンの攻略

金利が1%あがると700万円損をするって知っていますか? 4800種類以上ある住宅ローン、その中でどれを選べばいいのか? あなたにとって最適な住宅ローンはどの金融機関のどの住宅ローンなのか? 金利、保証料、選ぶ基準とは? どの住宅会社で建ててもこれは知っておいてください。

## 3. 『究極の土地探し方法』知りたくないですか?

任せ、運任せでは「気にいった土地」を見つけることはむずかしいです。いい不動産屋さんの見つけ方、より多く・よりいい土地情報の集め方とは? 不動産屋さんによろこんでコストダウンしてもらう方法とは? この内容を知ることにより、他の人よりもお得に土地を手に入れることができます。

## 4. 『理想の間取り図面と外観図』プレゼントします

あなたの住みたい家は実現できるのか? 法律は? 構造上問題ない? 絶対にこだわりたいことは本当に必要なのか? 何気なく考えていたプランのメリット、デメリットとは? メーカーショールームで設備の仕様をアドバイザーから丁寧に説明してもらうこともできます。

土日だとご予約が3週間先になることもありますので、  
ご希望の方はお早めにお申し込みください!

TEL 0120-18-7388





2026年  
2月

如月 イベントカレンダー

予約制

日	月	火	水	木	金	土
2/1	2/2	2/3 節分	2/4	2/5	2/6	2/7
先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝
8	9	10	11 建国記念日	12	13 バレンタインデー	14
友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引
15	16	17	18	19	20	21
先負	仏滅	先勝	友引	先負	仏滅	大安
22	23 お祭り	24	25	26	27	28
赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口

ご予約の際は

下記の連絡先にお問い合わせください。

メールでもお待ちしております(^^♪

でんわ 0120-18-7388

メール info@suzumoku.com



もっとみんなに  
スズモクメンバーを  
知ってほしい!!!!

## 今月のスズモク

そんなコーナー  
(^o^)/



代表 鈴木尚美

昨年子供たちから  
もらった手紙と箸。  
10年以上ぶりの  
プレゼントですごく  
感動しました。

今月のテーマは嬉しかったプレゼントは?です!

スズモクスタッフから  
誕生日をお祝いしていた  
だけなのですが、その時の  
プレゼントが毎回私の  
大好きなもので私への  
愛を感じています…(\*'ω'\*)



お客様&コーディネーター  
遠藤 奈津美

資格: 気密測定技能者  
住宅省エネルギー施工技術者  
FP三級  
劣化対策アドバイザー



設計 小俣倫子

息子が小さい頃  
誕生日につくってくれたくさん。  
会社の机に今でも  
飾っています(^^♪

最近嬉しかったプレゼ  
ントはしばらく会えてな  
かった親友がサプライズ  
で会いに来てくれて  
香水をプレゼントしてく  
れたことです!!  
会えると思っていなかっ  
たのでとっても嬉しかっ  
たです(\*'▽')!!



事務 北島紋美

資格: 劣化対策アドバイザー



お客様担当  
森戸明日香

資格: 気密測定技能者  
住宅ローンアドバイザー  
FP三級  
劣化対策アドバイザー

息子から  
「ママ可愛いからお  
花あげるね!」って  
ピンクのお花をもら  
いました…(\*'ω'\*)  
宝物です!!

愛息子の誕生日に  
「ママが俺を頑張って  
産んでもくれたから  
俺の誕生日はママが  
頑張った日!」と  
おこづかいからネック  
レスと指輪を買ってく  
れました!!!



事務 山崎 真由美

# えんどう豆知識

～第94章～

こんにちは。スズモクの中毒性があるラーメンは一蘭だと思っている遠藤です。  
最近は急激に冷え込んできたので、鍋やラーメンが美味しい季節になりましたね。  
私はラーメンなら塩でも白湯でもジャンルを問わず大好きなので  
皆さんのおすすめのラーメン屋さんなどあれば、ぜひ教えてください^ ^

一蘭  
神西通り店



## スズモク博多旅行

### 博多グルメ①

今回、社員旅行で博多に行ってまいりました！  
私が「博多がいい！」と思った一番の決め手は何と言っても「豚骨ラーメン」です。

そこで、さっそくお昼は大好きな「一蘭」に行ってきました♪  
一蘭は何と言っても福岡発祥のラーメン店。  
しかも店舗限定の重箱で提供される「釜だれとんこつラーメン」をいただきました。  
このラーメンは釜煮こみ焼豚をつくる時に出る、旨みたっぷりの煮汁。  
その美味しさを再現しラーメンに活かせないか——そんな想いから、誕生したラーメンだそうです。

味についてですが、一般的な一蘭に比べると  
くどさがなく、よりさっぱりとした印象でした。

個人的には、通常の一蘭はスープ飲み干せるタイプですが  
重箱タイプは一杯で満足感があるので、  
スープを飲み干すのは少し難易度が高い印象です。

たくさん替え玉をしたい！という方には  
味も濃く仕上がっていているのでおすすめです。



## 大宰府天満宮

福岡の有名観光地と言えば大宰府天満宮！  
博多駅から直行のバスも出ており、交通の便も良い場所にあります。

大宰府天満宮

実は今年まで本殿は改修工事中のため仮殿なのですが  
関西万博会場のプロデューサーを務められた藤本壮介氏によるデザインとなっております

伝統と現代が融合した建物で  
屋根の上にある木々たちがとても印象的で、圧巻の佇まいでした。



ちなみに大宰府天満宮にある「梅ヶ枝餅」は  
もち米とうるち米をブレンドした生地に小豆餡を包み、  
焼き上げた素朴な味わいのお餅で

焼きたては、外はサクッと、中はもちもち。  
とても絶品ですので、ぜひ現地で食べてみてくださいね♪

また、1月下旬には梅も咲き始め、  
2月中旬～3月頃に見頃を迎えるそうです。  
梅×太宰府天満宮は写真映えも抜群で、おすすめです



土地と家づくりは遠藤まで

TEL: 0120-18-7888

メール: endo@suzumoku.com

