

## 12月 イベントのご案内

### アルバム デコレーション体験教室

12月22日(金) 1回目/13:30~15:00 2回目/15:00~16:30

会場：ギャラリーMIYAGI (株式会社 宮城建設 1F)

料金：500円 (材料費込) チーパスご提示の方は20%OFF

定員：各回4~5組様 程度

対象：幼稚園児 年中以上

(保護者の方と一緒に作成する体験教室です。ハサミを一人でお使い頂けるお子様が対象)

申込み締切日 12月15日(金)

●思い出写真をお子さんと一緒にかわいくデコレーションしませんか?●

お申込み、お問い合わせは、弊社までご連絡ください。



### ガラスお絵描き

日時：12月2日(土) 10時~12時

先着8名(小学生以上) ●お土産のお菓子をご用意しております!!



### 工事部 兼 LIXILリフォームショップホームウェル習志野店長 みやぎあつおの科学忍法火の鳥vol.1



いつも工事部日記を読んで頂き、誠にありがとうございます。  
ガッチャガッチャ~!!



日本中のどの家庭においても、不要な支出を削減しよう、という試みはしていることと思います。

あなたのお家も漏れなくね。

今月は自動車税を払わなくちゃいけないから、いつもより五万円支払いが多いとか、冠婚葬祭で三万円出ていくから、その分どうしよう。じゃあ、ちょっと外食を控えよう。そして、これからはもっと節約しなくちゃ、なんて思って、じゃあどうすればいいの?なんて夫婦で話し合ったりします。これって、自分の家庭の中で検討しても、ほとんど成果はあがらないようです。

妻、夫、子ども一人の三人家族で予算を組んだとしても、今までと変わらない。あるいはもっと増えている、なんてこともあるかもしれません。

やはり、これは自分の家庭の中でしか考えていないからです。自分の頭の中でしか考えていないからです。

やはり、舐添要一元東京都知事が言っていたように、第三者の厳しい目で判断してもらわなくてはならないということです。

自分で必要だと思って組んだ予算を自分で見直したって、「無駄」だと思えるものなどあるはずが無いのです。

でも、実はあなたの家庭には無駄がたくさんあるのです。でも、それはあなたには見つけることはできないのです。今の自分を客観的に判断することはできないのです。

そんなじゃあ、どうする?

全く他人で信用のおける人物に診てもらい、アドバイスをもらう。そう、第三者の厳しい目で判断してもらわなくてはならないということです。

最近我が家の家計が厳しくなってきたので、このようなことを考えていたのですが、このような考え方というのは、会社でも同じだなと感じました。

そう、社内で完璧だと思われる予算編成を組んだとしても、他人から見たら、無駄だらけなんじゃないでしょうか?人は気づかされることを恐れます。人から指摘されることを嫌います。

当社も第三者の厳しい目で判断してもらうことが必要なんじゃないかと思う、工事部日記担当でした。

No.24

2017年12月発行

LIXILリフォームショップ  
ホームウェル習志野  
株式会社 宮城建設  
フリーダイヤル:0120-14-2292  
TEL:047-472-2292  
FAX:047-474-0289

## みやけんニュース 12月号

(ミヤケン社長)

### ★宮城健志の奇跡を起こすライフスタイル vol.23

皆さま、こんにちは!社長の宮城健志です。

先月ご紹介させて頂いたアクション。

「出来事の裏に隠された本当の理由を考えよう。価値のある情報を見分け、取り入れる習慣を作ろう」でした。いかがでしたか?

ネット社会では、本当に価値のある情報かどうか、行動して自分の目で耳で確かめるのもひとつの方法です。

「四次元思考と今出来ること」

時間というものは、すべて同じで出来ている。

一瞬一瞬の積み重ねで出来ていると考える。

そこでしか出来ないことをやれば、最高の時間となり、価値を生み出す。

視点を変えれば、、、1次元思考、、、2次元、、、3次元、、、4次元、、、自分から、相手から、下から、上から、、、見る相手からの価値をより捕らえることで多くの気づきがあるのではないのでしょうか。

アクション

ひとつの出来事を最低、4つの視点から考えてみる。

動けない時間だからこそ、そこでしか出来ないことをやる!



今月の  
アクション

ひとつの出来事を最低、4つの視点から考えてみる。  
動けない時間だからこそ、そこでしか出来ないことをやる!

※著者井上裕之先生365日 コーチングブックから引用

### ギャラリー・レンタルスペースのご案内

“ギャラリーMIYAGI”は、レンタルスペースとなっております。

【有料 ※ご利用は、2時間~ご予約可能】2時間¥1,250~

(個展・グループ展・絵画・版画・写真・工芸などの)ギャラリー、講習、セミナー、サークルの場としてご利用いただけます。ご利用に関する詳細や、ご予約は、お電話にてご相談ください。

■フリーダイヤル 0120-14-2292

近頃、ご利用が増えています。  
ありがとうございます。

みやけんニュースご不要の方は、弊社までご連絡ください。お手数をおかけし申し訳ありません。

## 快適 Life



## Bluetoothで音楽を♪

スマートフォンには無線でデータを送る、Bluetooth (Bluetooth) 機能があります。コードが要らないので、これを使って家中の色々な場所で音楽を楽しんでみませんか？

Bluetooth対応の小型防水スピーカーならキッチン仕事の時や、バスルームでも音楽を聴くことができます。スピーカーも安価で気軽に手に入れられるタイプから音質にこだわった機器まで色々出ていますし、設定も簡単です。

大掃除が待っている12月ですが、好きな音楽をかければ、気分も効率もUPかも？クリスマスにも活躍してくれそうですね。

### 気分やシーンに合わせた選曲が！

アプリ(有料)を入れると、シーンに合わせ選曲されたプレイリストが選べ、様々な曲が聴けます。こんな曲・ジャンルも意外と好きかも?!と新しい発見があったり、AIが曲を選んでくれたりと音楽の幅も広がります。気に入った曲だけをダウンロードすれば、オフラインでも聴くことができます。



## かんたんレシピ

### タラとキムチのチーズ焼き

タラが旬です。豆腐とタラのお鍋も美味しいですが、ちょっと飽きたかな?といった時に旬の白菜も使って、簡単にできる一品です。



食器ひとつで出来る! いいわ!

#### 材料

(1人分)

- タラ切り身 1切れ
- 白菜 1枚
- しめじ 1/2束
- キムチ 30g
- とろけるチーズ 20g
- パセリ 適宜



- ①白菜を、横に1cm幅で刻む。しめじは洗ってほぐす。
- ②耐熱容器に①を入れ、骨を取ったタラをのせ、ラップして電子レンジ500Wで4分(600Wなら3分半)加熱する。
- ③ラップを外して食べやすい大きさにカットしたキムチ、チーズの順に②にのせる。
- ④オーブントースターで3~5分。チーズが溶けて焼き目が付けばOK。
- ⑤刻みパセリをかけて完成。

※電子レンジ・トースターの時間は、ご自宅の機種に合わせて調節してください。

## リフォーム 当社施工例 S様邸

