

寒い冬は お家の中から 野鳥観察

食べ物の少ない冬は野鳥観察の絶好のシーズン！庭先やベランダにミカンやヒマワリの種を置いておくだけで、メジロ、ヒヨドリ、シジュウカラなどいろいろな野鳥が集まっています。



今月も季節を楽しむための
ちょっとしたアイデアを
お届けします！
さあさあ、チャレンジ！チャレンジ！

LIXILリフォームショップ
宮野商事の季節を楽しむ！

ハッピ
住まいる新聞

2月号
2017年

エサによって集まる鳥がちがうので
色々ためしてみよう！

メジロ：ミカンが大好物
シジュウカラ：ヒマワリの種とピーナッツが大好き！

簡単なエサ台色々

- ① 小枝に刺す 
- ② 金+金を使う 
- ③ プラスチックの植木鉢の受け皿を使う 

もう一品ほい！アタをお出かけします！
今月のおつまみごはん

缶詰イワシのきゅうりと ショウガ和え

- 【材料】
- ・イワシの缶詰(しょうゆ味付き):1缶
 - ・きゅうり:1本・ショウガ:1かけ
 - ・ごま油:小さじ1・しょうゆ:適量
- ① きゅうりは薄切りに、ショウガはせん切りにする
 - ② 缶詰のイワシを汁ごとボールに入れ、ほぐしつつ①と混ぜ合わせる
 - ③ ごま油としょうゆで味を整えたらできあがり！



ベースボールが「野球」と命名された日(明治27年2月22日)

第一高等学校の野球部員であった中馬庚という人が部名を作る際にベースボールを初めて「野球」と訳しました。シフトを遊撃手と訳したのも彼です。

- 野球 (野球) (イ)
- 野球 (野球) (イ)
- 野球 (野球) (イ)
- 野球 (野球) (イ)
- 野球 (野球) (イ)

いきなりクイズ!!

- Q. 下の漢字はなんのスポーツでしょう？
- (1) 庭球 (2) 排球 (3) 羽球
- (4) 鎧球 (5) 避球 答えは上だよ！



大股ウォーキングのススメ!

昨年「大股歩き」で話題の「大股歩き」。足腰の筋肉はもちろんだが、上半身のバランスを取るために腹筋や脇腹の筋肉も鍛えられ、ダイエットとウエスト引き締めに交かという事で実践している方も多いのでは？しかも、大股で歩く人は小股で歩く人よりも認知症になりにくいという研究結果が世界各国で報告されていて、大股ウォーカーはますます増える気配。1日15分で交からしいので、通勤や買い物の際は、大股でさっさと歩いてスタイルと健康をGETしましょう！

無理のない範囲で！
歩幅は少しずつ
広げていきましょう！



寒い冬は家で工作！ 段ボールで「空気砲」を作ろう！

寒くて外に出たくない日は家で工作をして遊みましょう！
今回紹介するのは段ボール箱で作る空気砲。見た目からは想像できない風圧に、子供はもちろんだ大人も興奮すること間違いなし！

- 作り方■
- ① 段ボール箱のすきまをガムテープでしっかりふさぎ、
 - ② 空気の出る穴をカッターでまるくりぬいたら出来上がり！
 - ③ 線香の煙を充填させれば飛び出す空気の形が見られて楽しさ倍増です！（火事やけなどに注意してね）



ぜひ見てほしい
Youtube動画
「空気砲と僕の7年間」
全国子ども科学映像祭(2009年)の最優秀作品。Youtubeで見られる方はぜひ見てみて下さい。空気砲に夢中になったある少年の記録。名作です!!

住まいることなら
LIXILリフォームショップ
宮野商事

☎0120-414-685

株式会社 宮野商事

〒606-0025 京都市左京区岩倉中町 401
TEL 075-706-4146 FAX 075-706-4147
営業時間 9:00～18:00 定休日 日曜・祝日
HP <http://miyano-shoji.co.jp/lixil-reformshop>
メール contact@miyano-shoji.co.jp



\こんにちは、宮野商事です/

エネルギーとお住まいのことは当社にお任せください！

エネルギー事業

エネルギーの「ベストミックス」をご提案します

私たちは「これからの時代の総合エネルギー」をスローガンに、ガスだけでなく太陽光発電やエコ商品を含めてエネルギーのベストミックス（最良の組み合わせ）を提案し、お客様の満足を実現させます。



事業内容

- LPガス供給管理
- ガス機器販売 ガス工事設計施工
- 空調システム設計施工
- マイホーム発電 提案
- 家庭・業務用リース 提案
- 災害用機器 提案
- 業務用設備機器設計施工
- 住宅設備機器設計施工
- エネファーム 太陽光発電設計施工

リフォーム事業

住まいのことなら

LIXILリフォームショップ

したいコトを実現し、不安なコトは解決して、
家族みんなが笑顔になれる
「コト・リフォーム」をお届けします。

例えば、お家のこんなところがリフォームできます！



宮野商事のくらしのサポートメニュー（税抜価格）

- ・ガスコンロ取替え…………… 18,000 円～
- ・レンジフード取替え…………… 20,000 円～
- ・レンジフードクリーニング 15,000 円～
- ・混合水栓金具取替え…………… 7,500 円～
- ・各種水漏れ解消…………… 5,000 円～
- ・網戸の貼替え…………… 1,980 円～
- ・障子・襖の貼替え…………… 2,980 円～
- ・畳表替え…………… 4,980 円～
- ・手すりの取付け…………… 5,000 円～
- ・ウォシュレット取替え… 8,000 円～

大変お得なリースプラン

最新のシステムキッチン、
システムバス、トイレ、
洗面台、ガス機器などが、

まとまった
購入資金
不要で

月々わずかな
費用で使える！

リース料金月々
1,080 円～
税込

リース期間中修理費無料！

家計にやさしい
月々のお支払いで
OK!



お住まいのことは
当店にお任せください！

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ

当店でリフォーム工事をされたお客様に
最大 **10,000** ポイント
Tポイントが貯まります。

200円 ▶ 1ポイント

リフォーム工事金額200円(税別)につき、1ポイントが貯まります。1回のリフォーム工事で行われる1ポイントの上限は、10,000ポイントとなります。

住まいのことなら LIXILリフォームショップ宮野商事

株式会社 宮野商事

営業時間 9:00～18:00

定休日 日曜・祝日

お問い合わせは

〒606-0025 京都市左京区岩倉中町 401

TEL 075-706-4146 FAX 075-706-4147

ホームページ <http://miyano-shoji.co.jp/lixil-reformshop>

メール contact@miyano-shoji.co.jp

0120-414-685

