

(株)なごみ建築工房より大切なあなたへお届けします

すまいる通信

2021年5月号

〒631-0846 奈良市平松5丁目13-1 電話 0800-111-0753

ホームページ：<http://www.nagomikenchikukoubou.jp> 電子メール：info@nagomikenchikukoubou.jp

ホテル予約は直電話がおすすめ？

大手企業によって運営されているホテル予約サイトを活用すれば、旅行に行きたい期日で空いているホテルを簡単に探すこともでき、大変ありがたいサービスと言えるでしょう。

しかし、本当の旅行愛好家は、ホテル予約は「直接ホテルに電話」というのが定番とのこと。果たしてその真実とは？

【予約サイトの「手数料」】

ホテル予約サイトは、ホテル側からすれば多くの観光客やビジネス客を引き込んでくれるので、非常にありがたいサービスと言えます。専用Webサイトを設けるといっても、かなりの広告費が必要になりますが、大手企業のホテル予約サイトに登録できれば、そのあたりの費用は掛からず、全国に自分たちのホテルを売り込むことができるので、決して損をしないように

見えます。

しかし、大手企業の予約サイトを使った場合、当然「登録費」を支払う必要がありますし、こちらが望まなくても、予約サイトが行うキャンペーンに協力する必要があり、更に安く宿泊料金を設定しなくてはならないシレンマに陥ることがあります。

また、予約サイトを經由して宿泊が決定した場合、成功報酬を予約サイト側に支払わなくてはならず、空き部屋を稼働させられるメリットはあるもの、思ったほど利益が上がらない実情もあるのです。

【ありがたいのは「直接予約」】

先ほども述べたようにホテル側の都合だけ言えば、予約サイト経由の宿泊は手数料を支払ってしまつと利益が少ないため、手数料を引かれなくて済む直接予約の方がありがたいのです。

あと、予約サイト向けにある程度空き部屋を確保しなくてはならない事情があり、予約サイトには満室の表記があっても、実際にはホテルが直接販売するための空き部屋は別に確保しています。場合によっては、直接予約のお客様向けに、シングル料金でスイートルームを提供する場合もあります。

このような話を持ち掛けてもらえる関係性を確保するためには、直接予約をすることが一番の近道です。どうしても泊まりたい日がある場合など、直接ホテルに電話することで、画面では見えない情報を教えてもらえることもあります。

WEB決済可

プラン(朝食付)

泊 大人 名

基本料金 オプション

¥8,700

健康そうだん室

頻尿

解消されないうきは専門医の受診を！

よる膀胱の筋肉の衰えなどがあ
ります。

動かなくなってしまうことが原
因とされています。

頻尿は、頻繁に尿

例えば、膀胱炎や前立腺炎な

●頻尿への対策

意をもよおしたり、

どで尿路感染が起きると、膀胱

頻尿への対策は、まず水分の

排尿の回数が多か

が刺激されて頻尿になる場合が

摂取量を控えてみることです。

ったりする場合を

あります。また、最近患者数が

季節によって水分補給が必要な

いい、病気ではなく

増加している「間質性膀胱炎」

時期はありますが、汗で失った

「病気の諸症状」の

は、膀胱に原因不明の炎症が起

水分を補給する程度にとどめ、

1つとされています

きて慢性化する病気ですが、長

それ以上の水分を過剰に摂取し

す。医学的には、朝

い期間頻尿が続くことで知られ

ないことです。

起きてから就寝までの排尿回数

ています。

工夫をしても、頻尿が解消さ

が8回以上の場合が頻尿とされ

代表的な疾病として「過活動膀

れない場合や、頻尿になる原因

ています。1日の排尿回数に

胱」があります。過活動膀胱は、

が見つからない場合には、泌尿

は個人差があるので、あくまで

膀胱に尿が十分に溜まっていな

器科専門医を受診するなどし

目安と考えるください。

いの、膀胱が自分の意思とは

て、病気の可能性も含めて調べ

●頻尿の原因

関係なく勝手に活動するため、

てもらうことをお勧めします。

頻尿の原因にはさまざまなもの

尿意が頻繁に起きるものです。

のがあります。膀胱や腎臓に

過活動膀胱は、精神的なスト

関する病気の予兆としての頻尿

しすで自律神経の働きが乱れ、

もあれば、精神的な病気による

その結果膀胱の活動が規則的に

もの、水分の摂り過ぎや加齢に



家事の知恵

歯磨き粉は万能アイテム

その名の通り歯を磨くためのアイテムとして使いますが、実は「きめ細かい研磨剤」と考えると、日常生活のさまざまな部分で活用することが可能です。一般的な研磨剤は「コンパウンド」などと呼ばれ、金属やプラスチックを磨くときに塗布して使いますが、歯磨き粉はコンパウンドよりもさらにきめ細かい粒子で作られているので、丁寧に研磨したい場所に使えば効果てきめんです。

例えば、経年劣化により曇りが生じている自動車のヘッドライトは、曇りの部分に歯磨き粉を塗布し、洗車吹き上げ用の布巾などで丁寧に拭き取れば、曇りが改善され新車に近いヘッドライトによみがえります。床や壁を傷めることなく掃除することもできるので、小さいお子さんがいる家庭では重宝するかもしれません。



かんたん レシピ

サーモンと野菜のホイル焼き



材料



【4人分】

サーモン（切り落とし）300～350g 塩 … … … 適量
 チンゲン菜（4等分）…1株分 [調味料] 味噌…大さじ5
 玉ねぎ … … … 1個分 胡麻（すり胡麻）…大さじ4
 ニンジン（短冊切り）…1/4本分 清酒 … … … 大さじ4
 チーズ（ピザ風）…ひとつかみ 砂糖 … … … 大さじ2
 バター … … … 大さじ4 ニンニク … … … 小1かけ分

5月といえば、子どもの日やゴールデンウィークですね。休みが長くみんながあつまるときにおすすめしたいのが、サーモンとたっぷりの野菜を使った絶品のホイル焼き。大人数のパーティ料理などでも重宝します。

野菜が苦手だというお子様にも試してみて欲しい一品。サーモンに加えてたっぷりの野菜を用意することで、栄養バランスもよくなりますよ。

①サーモンは軽く塩をふっておき、水気をきっておく。チンゲン菜は1株分を食べやすいサイズに切っておく。玉ねぎは薄切りにする。ニンジンは皮をむいて短冊切りにする。

②アルミホイルを用意し、サーモンなどが入る大きさの入れ物を作る。大きめの2枚を重ね、材料が入るような箱状にする。箱は大きめの1つでも、人数分を用意してもよい。アルミホイルの箱に、まずはチンゲン菜、玉ねぎ、ニンジンを敷き詰め、その上にサーモンをのせる。

③[調味料]のニンニクはすりおろして、あらかじめ合わせておき、[調味料]を具材にのせる。チーズをのせたらアルミホイルをかぶせる。

④フライパンにのせ、蓋をして10～15分ほど弱火で蒸し焼きにする。蓋を開け、火の入り具合と味付けを確認する。仕上げにバターをのせたら完成。味が足りなければ塩か醤油で調整する。

【ポイントメモ】ホイル焼きはアウトドアでも活躍しますよ。



ビューティー サロンの



老化につながる酸化とは？

お肌を老化させてしまう原因の中に、外的要因である酸化があります。酸化とは、何かと酸素が結びつく働きのことです。

鉄が錆びる、リンゴの切り口が茶色に変色することも酸化です。これらと同じ現象が、お肌でも起きています。その原因として代表的なものは、食生活・睡眠不足・紫外線・喫煙・過度なストレス・車の排気ガスなどです。肌で酸化が起きると、過剰にメラニンが作られたりコラーゲン繊維が破壊されたりすることで、シミやくすみ、シワ・たるみなど様々な老化現象の原因となってしまいます。食事では、ビタミンAを多く含む緑黄色野菜が、抗酸化ケアに効果的です。積極的に摂り、エイジングケアに繋げていくと良いでしょう。



暮らし の雑学



火災保険の役立つ特約

火災保険と聞けば、家が火事になった時にその損害に対して保険金を払ってもらえる保険商品というイメージが強いですが、火災保険は火災だけでなくさまざまな特約を設定できる仕組みになっています。

具体的には、台風による強風で屋根が壊れた場合、大規模な水害で床上や床下などの浸水被害、雷が落ちて火災になった場合など、自然災害にも保険金が支払われるケースが多くなっています。

また「個人賠償責任危険補償特約」をつければ、自分の家から吹き飛んでしまった屋根瓦などが第三者の財産を破損してしまった場合の保障、「家財損害補償特約」をつければ、自宅で使っていた家電製品や家具などへの被害保障に対応してもらえます。参考までに火災保険は人が住んでいる家だけでなく、空き家に対してもかけることは可能です。

社長のつぶやき



日頃はなごみ建築工房をご愛顧いただきまして誠にありがとうございます。

皆様如何お過ごしでしょうか？

今年のゴールデンウィークもコロナウィルスの影響で出掛けられないゴールデンウィークとなりましたね。

さて僕は、ゴールデンウィーク中に部屋の模様替えを行いました。家を建てて10年が経つのですが、前の家で使っていた収納を無理やり使っていたので、部屋のレイアウトに合う様に収納を一新しました。リフォーム屋なのでこういう事は得意です笑

いつもお客様にお伝えするのですが、勇気を持って捨てる事が大切ですね笑

子供達には綺麗な部屋の状態をたもつ様にしっかり教育します！

- 発行：株式会社なごみ建築工房
- 担当：小林 哲也
- 住所：〒631-0846
奈良市平松5丁目13番1号
- フリーコール：0800-111-0753
- TEL：0742-31-6780
- FAX：0742-31-1269
- URL：<http://www.nagomikenchikukoubou.jp>
- e-mail：info@nagomikenchikukoubou.jp



なごみ建築工房