

令和5年

秋号

カスケホームグループ情報誌

じゅげむ通心

information magazine

目次

巻頭・リノベーション事例 岡山市T様邸
創業140周年事業のご紹介

新人奮闘記

地元の名店

巻頭特集／お客様インタビュー

心地良い風が新たな空間を抜ける、

北欧テイストの家

岡山市 T様邸



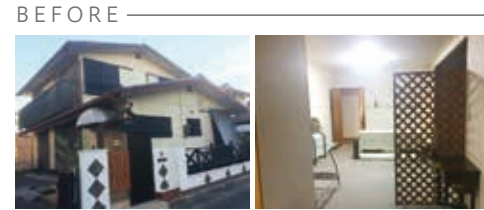
住み続く家、まちづくり。

カスケホーム



リノベーション実例

心地良い風が 新たな空間を抜ける、 北欧テイストの家



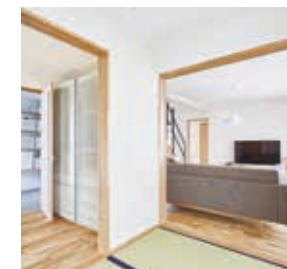
T様邸 岡山市

施工面積……96㎡
施工箇所……1F／全面
2F／1部屋リフレッシュ、
外構、外装
工事期間……約4ヶ月
築年数……40年
プランナー……西山 智絵

以前は、賃貸住宅にお住まいだったT様ご夫婦。当初は、将来を見据えて新築をご検討されていましたが、家づくり後のライフプランを具体的に考え、中古住宅のリノベーションを選択されました。ご希望のテイストは「大人な北欧空間」。軽量鉄骨造のため、鉄骨柱などの構造体が出ることを逆手にした間取りにしました。北欧らしいブルーのグレイッシュトーンの内装と床材に無垢の木を採用することで、全体的に優しく落ち着いた温かな質感に仕上げました。

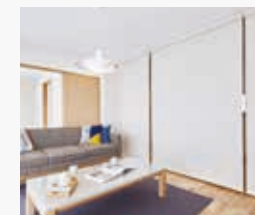


内装、外装ともにテーマカラーはブルーグレー。外装は濃いグレー、薄いグレーの2色で塗装。既存部分を残し、モダンテイストの外観に仕上げました。



リビング、和室、ウォークインクローゼット、洗面脱衣室、キッチンとぐるりと回遊できる生活動線。面積以上に広さを感じられるポイントです。

洗面脱衣室は造作棚を設け、さわやかな水色のクロスで仕上げました。広く使い勝手の良い設計としています。



リビングは南北に気持ちのよい風が抜け、無垢の木があたためる空間を演出。階段吹き抜け部分は、空調に合わせてリネン生地のロールスクリーンで仕切れるようになっています。



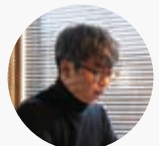
公園の緑を眺めながら、作業もできるような位置としたスタディールーム。壁面には本棚を造作。リビングとあえて離す事で、集中できる空間となりながら、大きな引き戸を設けることで、開けると繋がります。



リビング、スタディールームの中心にキッチン配置し、どちらにいても家族との繋がりを感ぜられる間取り。3mの大容量の背面収納を設置することで、パントリーを設けず、キッチンエリアで収納を完結することができます。

＼T様ご夫婦にお聞きしました！／

お客様インタビュー



ご主人様



奥様



西山

Q. リノベーションのきっかけを教えてください。

ご主人様：最初は新築を建てようと、住宅展示場等を回っていました。その繋がりでお会いしたライフプランナーの方とお話する機会があり、その際に人生設計や家の予算について考えました。

西山：家づくりの後のライフプランを重視されている方も、最近は結構増えていますよね。

ご主人様：実際に家が建った時のイメージと予算のバランスを見て、中古住宅をリノベーションするのが一番自分達に合っているんじゃないかと考えました。

Q. どんな要望をお持ちでしたか？

ご主人様：対面式のキッチンにしたいというのありました。階段の位置を変えずにどこへキッチンを持って行くか、というところでも悩みました。

西山：イメージの際には、どこが一番良いか、色々な位置を移動して考えましたね。

ご主人様：そうなんです。それにダイニングはいらないというのもありました。物置になるだろうなと思って。なので、LDKとして合わせるようにしていただきました。それ以外は提案していただいた間取りで気に入りました。

Q. カスケホームの提案や打ち合わせはいかがでしたか？

奥様：西山さんの持ってきていただいた案が「あ、すごい！」って思ったんです。私たちの好みに合ったものを選んでくださるので、その中で選ぶ時、悩みはするんですけど、安心して選べたというか。どれを選んでも私たちの好みからは外れない、まとまるだろうなって思いました。

西山：ご要望やご希望を細かく伝えてくださったので、ご夫婦の好みも理解できましたし、お色もブルーグレー系を選ばれたのがポイントになったと思います。

ご主人様：そうですね。印象的だったのが洗面所の壁紙で、

最初に提案していただいた色で決めた後、また別の打合せの際に「やっぱり貼るならこちらの方がイメージと近いかもしれません」って新しい物を提案していただいたんです。「自分以上に考えてくれているんだ」って、今でも感動したのを覚えています。

西山：ありがとうございます。あと、駐車場について並列駐車をご希望されていた際、スペースがギリギリだったので改修後に並列駐車が取れるか、最大幅を倉敷店の駐車場にテープを貼って再現した時もありましたね。

ご主人様：いい思い出ですね。その結果、並列駐車も無事にできたので、とても満足しています。

Q. 新しい暮らしはいかがですか？

ご主人様：洗面所から和室(物干しスペース)への動線がすごく良くて。途中のウォークスルー収納で着替えを畳んでしまえるのはとても楽ですね。

奥様：実は、書斎を提案していただいたところで、活用できるかわからなかったんですけど、実際に住んでみると「あ、便利！」って思いました。

ご主人様：私は、勉強やパソコン作業といった、何か集中したい時に使っています。

奥様：あとは来客の時も、生活空間を分けることができるのでありがたいですね。陽も入ってくるので、時々オシャレな気分朝ごはんを食べたりしています。

Q. カスケホームに一言あればお願いします！

ご主人様：要望や思っていることを伝えて良かったなと思います。カスケさんは大変だったかもしれませんが、その分、いい家づくりができたと思っています。自分でこだわっているところは調べたり、相談することをできるだけした方が、自分達にとってもいい家になるのかなって思いました。

奥様：素人ではできるかどうかは分からないので、したいことと予算については小まめに打合せをしました。予算でどこまでできるかが分かって、後悔のない家づくりになりました。

西山：家づくりに対する想いが、ご夫婦からひしひしと感じられたので「こちらにも応えなくては！」と色々考え、提案することができました。今回の家づくりで、家にいらっしゃる時間がより楽しくなれたら嬉しいです。たくさんカスケのことを褒めてくださり、ありがとうございます。



T様邸の施工事例は
Webサイトで詳しくご覧いただけます

新人奮闘記

2023
autumn

01

パディに聞く！ 新入社員 ○○さんってどう？



笠岡店：弘中



板谷パディから
コメント

今はまだ出来ることが多くはないですが、電話や来店対応など積極的にチャレンジしてくれています。経験を積みば素晴らしいアドバイザーになれる素質があると思うので、物怖じせずにどんどん色々な事に挑戦して知識を付けていきましょう！



笠岡店：藤谷



原田パディから
コメント

藤谷君は、勉強熱心で積極的に質問をしてくれる印象です。自分から積極的に学んでいく姿勢を今後も忘れず、知識や技術を身につけていってください。そして、いろいろな提案ができるリフォームアドバイザーになってほしいです。



倉敷店：高杉



益田パディから
コメント

高杉さんは細かな事にも気が付き、確認もしっかりしてくれて、短期間での成長ぶりにビックリするばかりです。お客様への配慮も素晴らしく、日々、頼もしい姿を見せてくれています。今後の伸びしろにも期待しています！



倉敷店：横松



三宅パディから
コメント

いつも落ち着いた雰囲気横松さんは、電話対応でも冷静にお客様のお困りごとを聞き取ってくれています。これから直接お客様と関わっていく中で、横松さんらしい視点でご提案ができることを期待しています。



倉敷店：宮内



河本パディから
コメント

宮内君は何事にも真面目に取り組む、良い現場監督になれるよう日々自分で考えながら仕事に向かっています。間違えそうな事、分からない事についてはすぐに質問し理解しようとする姿勢が見られます。向上心があり日々成長している宮内君の今後に期待です。

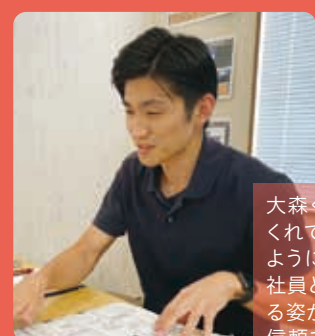


玉島店：森



前川パディから
コメント

知識を増やすために色々と自分で調べて、勉強熱心なところは、私も見習わないといけないところです。森さんの柔らかく、優しい雰囲気と真面目な性格は、きっと関わっていくお客様に安心してもらえるだろうと思います。これから一緒に成長していきましょう！



玉島店：大森



平田パディから
コメント

大森くんは何事にもまっすぐに取り組んでくれており、周囲にも良い刺激になっているように感じます。人当たりがよく、他部署の社員ともコミュニケーションをよくとっている姿が印象的です。お客様にとって、誠実で信頼できるアドバイザーに成長してくれることを期待しています！



岡山店：梅形



神達パディからコメント

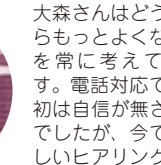
いつも丁寧かつ冷静な梅形君ですが、知識欲が高く積極的に学びを得ようと頑張ってくれています。同期の大森君と切磋琢磨しながら自分の良さを伸ばしていってほしいと思います。これからの成長が楽しみです！



弘中



宮内



大森



高杉さんは入社してから自己分析能力が格段に進化しています！！自身の直すべき点を分析し、今何をすべきかを明確に！すぐ行動に移し、修正して！って自分をアップグレードしている姿に憧れます！



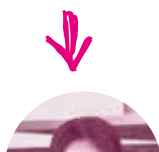
高杉

梅形くんは入社時から聞き上手なのですが、最近話している私が欲しいリアクションをくれるなあと思う感じがします。この数か月で相手と話しやすい雰囲気作りが更に上手くなったのでは！と思います。



梅形

横松さんは入社したばかりの頃よりも、もっと落ち着いて判断できていると思います。もし私がお客様だったら、落ち着いて話を聞いてくれる横松さんなら安心して家のことを任せられると思います！



横松

藤谷さんは住宅に関する知識を自分で調べてノートにまとめたり、先輩方に積極的に質問したりして、自主的に知識を吸収していることが、凄いなと思うところであり、成長しているところだと思います。



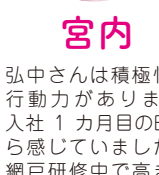
藤谷

森さんが成長したなと思うところは2点あります。一つ目は、報道相がしっかりとできていることです。二つ目は、細やかなスケジュール管理です。特に森さんのスケジュール管理はすごいなと感じています。



森

宮内さんは積極性が向上していると思います！外部研修ではグループのリーダーになり発表をして積極性がありました。それらを活かして現場監督として沢山挑戦していると思うので、私も負けずに見習います！



宮内

弘中さんは積極性と行動力があります。入社1カ月目の時から感じていましたが、網戸研修中で高まったと感じました。先輩方の良いところをしっかりと吸収して体得されていて凄いなと思いました。

カスケホームの仲間をご紹介します！

今回も、個性豊かな新しい仲間たちをご紹介します！ぜひ顔と名前を覚えてくださいね！どうぞよろしくお願い致します。

吉備総社 受付事務



2022年11月入社
中山 歩惟

なかやま あい

カスケに入社を決めた理由
いつか受付事務をしてみたい！でも、私には難しいかな...お局様がいてのは怖いし...と思いながら前職で働いていました。すると、吉備総社が新しくOPENするとのこと！で即行動を起こしました。社員一人一人を大切にしてくれる素敵な会社の一員になって、とてもうれしく思います。

カスケのここが好き！
みんな優しい！こんなに優しい人ばかり集まる会社すごいと思います。びっくりします。

お客様へのメッセージ
パートで入社しました。中山です。リフォームに関する知識はまだ少ないですが、お客様と同じ目線でお話を伺いできたと思います！

玉島店 工務部



2022年12月入社
矢田部 拓也

やたべ たくや

カスケに入社を決めた理由
やりがいのある仕事を探していた時にカスケホームのホームページに出会いました。リフォーム売上岡山県No1の実績を見て、こんな勢いのある会社で仕事がしたいと思い入社を決めました。

カスケのここが好き！
スタッフが誠実な所

お客様へのメッセージ
カスケホームの社員になったからには、会社と自分の成長の為に、一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します！

吉備総社 リフォームアドバイザー



2023年4月入社
畑山 愛佳

はたやま あいか

カスケに入社を決めた理由
前職では美術の教員をしていて、絵画、彫刻をはじめ建築にも興味を持っていました。また、人と関わることが大好きで、お客様と対話する仕事がしたいという気持ちもありました。人生にとって必要不可欠である家のお悩みを解決することで、お客様の人生に寄り添える仕事がしたいと思い、カスケホームへの入社を決めました。

カスケのここが好き！
人との繋がりを大切にしているところ、そして研修や資格取得などを通して自身の成長を後押ししてくれるところが好きです！

お客様へのメッセージ
家を快適な空間にすることで、お客様の人生を豊かにするお手伝いをさせていただきたいです。よろしくお願い致します！

カスケスタッフの 一問一答

お客様アンケートから生まれた新コーナー！
スタッフへ聞きたいことも募集中♪

浦丸 敬児
ピカピカの新品で蒸し飯。
おかわりが止まりません!!



福井 海紗季
フルーツが大好きなので
みかん狩りに行って採れたての
みかんを沢山食べたいです!

Enjoy!
Autumn



竹田 翔真
魚が好きなので
秋が旬の秋刀魚を食べたいです。

この秋、何食べる?

小林 久晃
やっぱりサツマイモですね!
焼きいも、さつまいもご飯、
天ぷら、どれも食べたいです!



大澤 祐里依
今年の秋食べたいものは「干し柿」
です。普通の柿よりも甘みを感じら
れのとあのむぎゅつとした食感が好
きです。多分手元があればあるだけ
食べれてしまいそうな感じです。

板谷 明
光り物が好きなので
サンマやサバなどの
海の幸が食べたいですね。



住まいコラムシリーズ

住まいのお悩み 解決 Q&A

読者アンケートでいただく「住まいのお悩み」をカスケスタッフがズバリ解決!

Q 自分でできる範囲でエアコンの
掃除をしてみたいけど、
どうすればいいの?

A エアコンクリーニングをするなら今が最適!

冷房運転による結露によってカビが発生します。カビを繁殖させないためにも
冷房シーズン後の10月中旬から11月にエアコンクリーニングをするのが最適
です!まずはご家庭でできる範囲のおそうじ方法を紹介します。

家庭でのエアコンクリーニング方法



エアコンのコンセントを抜き、前面パネ
ルを開けます。フィルターを外す前に、
ホコリが舞い散るのを防ぐため、掃除機
をかけます。その後、フィルターを外し
たら、表面から掃除機をかけます。

掃除機で取り切ることができないホコリ
は、浴室でフィルター裏側からシャワーを
かけて水洗いをします。水洗いで落ちない
汚れは柔らかいブラシで優しくこすり洗い
をします。洗剤を使う場合は、台所用中性
洗剤を水で薄めたものを使用しましょう。

乾いたタオルでフィルターを挟み、水分
を拭き取ります。濡れたままフィルタ
ーを戻すとエアコン内でのカビの増殖に
つながります。完全に乾燥させてから
フィルターを戻しましょう。

エアコンの吹き出し口は、ルーバーを手
で動かし、手が届く範囲で拭き掃除をし
ます。割り箸にキッチンペーパーを巻き
付けて輪ゴムで固定したものを作り、お
湯に浸けて固く絞ってから吹き出し口を
拭いていくと掃除がしやすいです。

プロに
頼むなら

カスケホームの
エアコンクリーニング

17,600円~(税込)/1台
所要時間目安: 3~4 時間程度

エアコンのおそうじ機能付きなど
機種により、金額が変更いたします。



住み継ぐ家、まちづくり。
カスケホーム

14TH
ANNIVERSARY

カスケホーム創業140周年イヤーも残り3か月。記念行事等で
知っていただいたお客様より「140周年おめでとう」とお声が
けいただくことも増えてきました。今後も感謝の気持ちを伝
える活動を続けていきます。



140周年記念 特別サイト
皆さまからのメッセージを
積み重ねることで完成す
る、特別なサイトです。

創業140周年記念イベント第2弾 夏の住宅博2023を開催しました!



今回もたくさんの住まいのお悩みを
伺うことができました。馴染みのお客
様とは、ついお話し弾み楽しいひと時
を過ごせました。



新卒社員も初めてイベントに参加。た
くさんのお客様との交流に緊張しつ
つも、笑顔で対応していました。



前回も大人気だった来場特典「ペー
パーつむむ」。10秒間で積めたトイレ
トレットペーパーの数だけプレゼントし
ました。今回の最高記録は7個!



皆さま興味深く商品を見られる姿が
印象的でした。実際の商品を見たこと
で、お見積りを依頼してくださる方も
多くいらっしゃいました。



うちわ
140周年記念ロゴをあしらった、
夏にぴったりのうちわを制作。ご
来店くださったお客様にお渡し
しました。暑い夏に涼しい風を
お届けできたでしょうか。



トートバッグ
お打ち合わせの資料などを入
れてお渡ししたトートバッグ。
普段でも使いやすいようシンプ
ルなデザインに仕上げました。

第2回フードドライブプロジェクト

今回は、住宅博に来てくださった皆さまから、家庭で余った食品や日用品を
お寄せいただきました。中にはこのために足を運んでくださったお客様も。
皆さまからの善意は、倉敷市社会福祉協議会にお届けしました。



前号で募集した安藤に聞きたいことに、たくさんのご応募ありがとうございました!
厳選した質問に安藤が直接お答えしました。いつもとは違った一面が垣間見えるかも!?

140TH ANNIVERSARY 140周年特別企画

社長に一問一答



カスケホームグループ
代表取締役 安藤 辰

質問 ① 休日はどのように
過ごしていますか?

愛する子供たちと遊ぶことです。最近
は息子がトライアスロンに挑戦し始めま
した。娘とはよく話を聞くように心がけて
います!

質問 ③ 毎日続けている
ルーティンとは?

日記を書くことです。もう4年続けてい
ます。そこで毎日感謝できることを文字に
しています。すると不思議に謙虚な心にな
ります(と自分では思っていますが笑)。

質問 ② 家庭円満の秘訣は?

円満かどうかはわかりませんが...、私が
好きでやっているのは、皿洗い、洗濯
物、トイレ掃除です。特にトイレ掃除は
運(ウン)を拾えるということなので、張
りきってやっています!

質問 ④ ポジティブな気持ちを
保つ秘訣は?

無理に自分を肯定しないことでしょう
か。ありのままの自分を受け入れ、60点
をいかに80点にしようかとこれからのこ
とを考えるように努めています。あとは人
と比べないことを心がけています。

質問 ⑤ マラソンの
トレーニング
方法は?

トライアスロンの練習が多
いのですが、タイムにはまっ
たくこだわらず歩いてもいい
ので、ジョギング気分です
毎週最低1回は10キロ走っ
ています。1キロ6分ぐらいな
のでとても遅いです。

目にも口にもうれしい洋菓子で彩る 贅沢なおやつ時間

玉島の老舗和菓子店『菓子処ひらい』のご子息が創業した洋菓子店。可愛い店内には甘い香りが広がり、色とりどりの洋菓子が並ぶ。お店一番の人気商品は、新鮮で濃厚な美星町産『星の里たまご』と、岡山県産の小麦粉を使用したバウムクーヘン『LaLaLa ハレノヒ』。しつとりとやさしい口どけが特徴の「ソフトバウム」とザクザク食感と発酵バター豊かな香りが楽しめる「ハードバウム」の2種類。パッケージにもこだわった焼き菓子と一緒に詰めてギフトにすることも可能。見た目も華やかな生ケーキは、軽い口当たりで男性でもペロリと食べられるトリピーターも多い。

DATA

mari gato

—まりーがとー—

住所／倉敷市玉島乙島6693-5

電話／086-451-3300

営業時間／9:00-18:00

定休日／月曜日・祝日翌日・臨時休業あり

駐車場／6台

カスケプレミアム商品券
使えます！

カスケプレミアム商品券
500



Instagram

おすすめ



パッケージがかわいらしい「水玉プリン」(310円)と、
こだわりの生クリームをたっぷり使った「カスタ」(320円)。

優しい色合いの外観が
温もりを感じさせます



2016年11月にオープン。
親しみやすく落ち着いた雰囲気のお店。



一番の人気商品はバウムクーヘン
『LaLaLa ハレノヒ』。
「ソフトバウム」(1300円)と
「ハードバウム」(1250円)の2種。

vol.02 地元の名店紹介

昔から親しまれてきた老舗から最近オープンした話題の新店まで、地元の人気店を紹介します。



大きな鉄板で焼き上げられた「広島風お好み焼き(豚玉)」(770円)。

おすすめ



木格子の外壁に映える赤い暖簾と提灯が
特徴的。



秘伝のタレをからめた「森林どり手羽先から揚げ」(5本700円)は絶品。
ランチタイムにはサイドメニューとして2本300円で提供。

岡山県産食材の本来の味を 鉄板焼きで堪能

2015年9月にオープン。主に地元食材を使用した鉄板焼きをリーズナブルな価格で提供。和テイストの落ち着いた店内には個室もあり、くつろぎながら食事を楽しめる。昼はランチ営業、夜は居酒屋スタイルで地元民にも愛されているお店。看板メニューは「広島風お好み焼き」。美星豚を使用した「豚玉」(770円)は昼夜問わず注文が多い。男性に人気のガッツリ系「ホルモン」(1050円)など種類も豊富で、寄島産を使用した「牡蠣」(1300円)は冬季のみの限定メニュー。ランチは吉備牛サイコロステーキや美星豚ロースカツなどのメインにごはん、味噌汁、小鉢までついてボリューム満点。

DATA

鉄板焼 一本松

—てっばんやき いっぽんまつ—

住所／笠岡市神島4322

電話／0865-75-0014

営業時間／[月]11:00~14:00 (L.O.13:30)※夜の営業なし

[日・水・木]11:00~14:00 (L.O.13:30)17:00~21:00 (L.O.20:30)

[金・土・祝前日]11:00~14:00 (L.O.13:30)17:00~22:00 (L.O.21:30)

定休日／火曜日 ※月曜日が祝日の場合は通常営業

駐車場／店舗裏にあり



Instagram

カスケプレミアム商品券
使えます！

カスケプレミアム商品券
500



カスケホーム

吉備総社店

オープン1周年

2023年9月17日をもって、カスケホーム吉備総社店はオープン1周年を迎えました。無事に1周年を迎えることができたのもいつもご来店くださるお客様はじめ、当店に関わる全ての皆様方のおかげと心より感謝しております。吉備路エリアのお客様一人ひとりに寄り添い、快適な住環境をご提供することが何よりの恩返しだと思っております。スタッフ一同、お客様にご満足いただけるサービスをご提供できるよう努めてまいります。今後とも変わらぬご愛顧のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

この1年
こんなことが
ありました

2022年9月17日
グランドオープン



メーカーさんにもお集まりいただき、ささやかながらオープニングセレモニーを執行了いました。テープカットで新店舗の門出を祝いました。

2023年4月29日・30日
オープン半年感謝祭



大抽選会や、お子様限定のお楽しみゲーム、キッチンカーなど半年間の感謝を込めてイベントを行いました。カスケホームを初めて知ったというお客様も多くご来場くださいました。

毎週土曜日は
リフォーム相談会

ちょっとしたことで気軽に相談していただけるようにと、毎週土曜日は吉備総社店限定でリフォーム相談会を開催しています。はじめてのリフォーム、費用が気になる方ぜひご参加ください。



来店予約は
こちらから



キッズコーナー
可愛くリニューアル！



新メンバーが増えて
ますますパワーアップ！



吉備総社店店長
岩谷 昂輝

カスケホーム吉備総社店がオープンして早1年を迎えることができました。ひとえに日頃からご支援くださるお客様がいらっしゃるからこそだと思っております。ありがとうございます。玉島本店や他支店と比べるとまだまだ認知度が低く、もっと出来ることはあると常日頃から考えて励んでおります。少しでもお客様のためになることが今まで以上に提供できるようにスタッフ一同精進して参りますので、引き続きよろしくお願いいたします！

8/19,20夏の住宅博で
過去の応募作品を
展示しました！

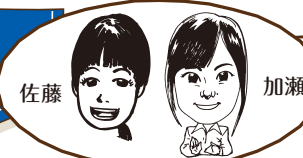
大人の
塗り絵展



イベントに訪れた方が足を止め、作品に見入っているのが印象的でした。やはり実物を見ていただくと、「きれいだね」「丁寧に塗られているね」など、クオリティの高さに驚かされていました。今後のコンテストにもぜひご応募お願いいたします！



じゅげむ通心担当の
あとかき



佐藤

加瀬

今回は
2024年1月頃の
発送です！
お楽しみに〜♪

今回もじゅげむ通心を読んでいただき
ありがとうございます！

140周年イヤーも残すところ、あと3ヶ月となりました。今年は、本当にたくさんの記念イベントを開催し、多くの方にご来場いただきました。今までお世話になった方も、はじめてカスケホームを知っていただいた方もいらっしゃいました。これまでのご支援に感謝しながら、新しい出会いにも恵まれる一年になったと思います。そして、今年の夏、あまの暑さに来場者数を心配していた『夏の住宅博』にもたくさんのお客様にお越しいただきました。受付にはレジェンド営業の浅野さんが毎回座ってくれているので安心感があります(へ)浅野さんを知るお客様も多く、玉島での長いお付き合いを感じる場面もありました。これからも続けていきたいイベントです。来年の開催もお楽しみに！(佐藤)



若旦那コラム

Column



五代目当主
by 安藤 辰

皆様、いつもお読みいただきありがとうございます。私の趣味の一つであるトライアスロンに息子が挑戦してくれました！「倉敷ジュニアトライアスロン」という大会で、小6は、「スイム150m、バイク5km、ラン1km」で25分ほどの短いレースではありますが、何しろ8月中旬の炎天下の中ですので、選手はたいへんです。息子とはこの大会に向けて、3週間ほどバイクとランの練習を積み重ねました。結果は12位/24人と真ん中くらいでしたが、汗だくになりながらも最後は猛ダッシュでゴールした姿に感動して、うるっときました（涙）。そんな息子の雄姿に鼓舞されて、私も同じく児島で開催された「倉敷国際トライアスロン」に挑みました。結果は177位/323人というこれまた真ん中という結果でしたが、息子が小学生最後の年に同じ競技に挑めて、とても幸せな気分になりました。この経験をきっかけに、体づくりに目覚めたようで、毎日走って、筋トレして、タンパク質の多い食事を心がけているみたいです。YouTubeを見ていろいろ調べています。今の子はすぐになんでも知ることができてうらやましいですね。学校の宿題は全くしません！（笑）



ちょっと一息！

脳トレ！

クロスワード

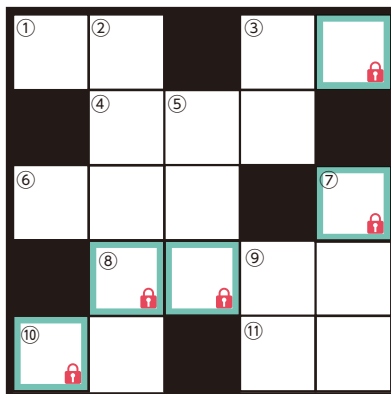
正解者の中から抽選で3名の方に
500円分のQUOカードプレゼント！

「カギ」をもとに言葉を埋めていって、
答えを導き出してください！
あなたは何分で解けるかな？！

答え

--	--	--	--	--

ヒント：秋の虫



タテのカギ

- ②山に登ること。③父や母の女のきょうだい。⑤大気の温度。
⑦物を買取するときの値段。物を仕入れるときの値段。
⑨一方が高く傾斜があり、人や車が上り下りしている道。

ヨコのカギ

- ①まめをおおっている外側の細長いから。刀をおさめ、
おおっておく入れ物。
③物が動き、こすれ、また、ぶつかって出る空気の流れが
耳に届いて聞こえるもの。
④牛・馬・羊などの家畜を放し飼いにしておく場所。
ぼくじょう。
⑥物が燃えるときに光りかがやく部分。
⑧鉢植えで手を加えて育てた、観賞用の小さな樹木。
⑩黒く小さな昆虫。⑪物の売り買いに使われる物。金属。

応募方法

□のマスに書いた文字を並べ替えてください。
答えは同封しているアンケートはがきにご記入の上、郵送をお願いします。

応募締切

2023年11月12日(日)
当日消印有効

当選発表表

・岡山市 F様
・倉敷市 O様
・倉敷市 N様

前号の答え

ナツヤスミ

玉島本店

☎ 0120-570-444



☎ 713-8122 倉敷市玉島中央町1-22-30
☎ 10:00 ~ 17:00 (水曜・第2・4日曜・祝日(土日除く))

倉敷店

☎ 0120-20-5252



☎ 710-0807 倉敷市西阿知町16-2
☎ 10:00 ~ 17:00 (木曜・第2・4日曜・祝日(土日除く))

笠岡店

☎ 0120-570-554



☎ 714-0081 笠岡市笠岡276-4-5
☎ 10:00 ~ 17:00 (木曜・第2・4日曜・祝日(土日除く))

岡山店

☎ 0120-677-588



☎ 700-0951 岡山市北区田中137-111
☎ 10:00 ~ 17:00 (水曜・第2・4日曜・祝日(土日除く))

吉備総社店

☎ 0120-677-058



☎ 701-1334 岡山市北区高松原古才592-1
☎ 10:00 ~ 17:00 (木曜・第2・4日曜・祝日(土日除く))

リハプライド玉島 ☎ 086-523-0505



☎ 713-8122 倉敷市玉島中央町2-3-6 P-MALL内
☎ 8:45 ~ 17:00 (木曜・土日定休)