

home introduction

2017年6月に完成した
西尾市N様から家づくりのお話を聞かせていただきました。

家づくりの勉強をしていこうかと、徐々に工務店を回っていた時、シンカさんにお邪魔しました。いつか建てる時のために参考にしよう!ぐらいの気持ちで見学に行ったのですが、担当してくださった伊奈さんと話をしていくうちに、マイホームの思いが強くなりました。

そして、シンカさんなら私たちの理想の家が建ててもらえる!と思い、お願いすることに決めました。

宇野さん・藤村さんとの打ち合わせは、毎回とても楽しくて、いつもワクワクしながら通いました♪自分たちの理想をさらに上回る提案をしてくださったり、自分達だけでは考えられなかった形を考えてくださったり、たくさんの方々が聞いていただきました。本

当に感謝しています。

我が家の自慢である、ウッドデッキは自分達で塗装したいという思いがあったのですが、なかなか大変で、そんな時に夜遅くまで手伝ってくださったのは、現場監督の横山さん。我が家の自慢の一つであるヘリンボーンの壁は、大工さんのご厚意で取り付けを手伝っていただけて、より思い入れが強くなりました。

一つ一つに、思いが詰まった我が家!!一緒にたくさん悩んでくださったシンカの皆さんのおかげで、自慢の我が家が出来上がりました。心からシンカさんをお願いしてよかったと思います。



event info

どなたでもお気軽にご参加ください。
ご紹介もお待ちしております。

March・April
2018

※予定は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。最新の情報は当社HPでご確認ください。



OPEN HOUSE 注文住宅完成見学会

3.3 sat, 4 sun

- 会場/刈谷市小垣江町(10:00-16:00)
- 1階だけで生活が完結できる住まいが完成します。LDKから水まわり、寝室まですべて1階に。2階は子供たちのための部屋と大きな収納スペース。老後は階段を使わずに、生活動線が短くゆったりとした生活ができる家です。



完全予約制

アンバサダー説明会 & casa cube・casa carina 見学会

3.10 sat, 11 sun

- 会場・駐車場/ CINCA・Design Labo(10:00-16:00)
- ◎ご予約は2日前までにお願いします。
- シンカ応援大使になって、家づくりを始めてみませんか?



OPEN HOUSE 商品住宅完成見学会

3.17 sat, 18 sun

- 会場・駐車場/ CINCA・Design Labo(10:00-16:00)
- 「デザイン」×「性能」×「コスト」×の絶妙なバランスの取れた、高性能デザイン住宅が完成しました。CINCAが注文住宅で培ったノウハウを詰め込んだ住まいです。この機会にぜひ現地にてご体感ください。



完全予約制

casa cube MODEL HOUSE

- 会場/碧南市平七町2丁目
- ◎ご予約は2日前までにお願いします。
- 白の明るさに包まれた、スタイリッシュでシンプルな四角い家、「casa cube」。性能、デザイン、コストを徹底的に追求しました。●現地にスタッフは常在していません。

お家のこと、イベントのこと、C-TANK新聞のこと、なんでもお気軽にお問い合わせください

イベントについて Tel.0566-52-0444 C-TANK新聞について Tel.0566-54-0555

"cinca"で検索! フォローしてね!

facebook Instagram

シンカのスマートフォンアプリ配信!

App Store Google Play



CINCA Office 〒444-1305 愛知県高浜市神明町一丁目1番地24
TEL:(0566)54-0555 / FAX:(0566)54-0558

Design Labo 〒444-1332 愛知県高浜市湯山町二丁目3番地8
TEL:(0566)52-0444 / FAX:(0566)52-0445

TERRACE_HAUS 〒444-1303 愛知県高浜市小池町五丁目5番地5
シェアショップ&レンタルスペース

SHARESラグーナ蒲郡 〒443-0014 愛知県蒲郡市海陽町2丁目7番地3
泊まれる住宅展示場【casa cago】

●CINCA●

C-TANK

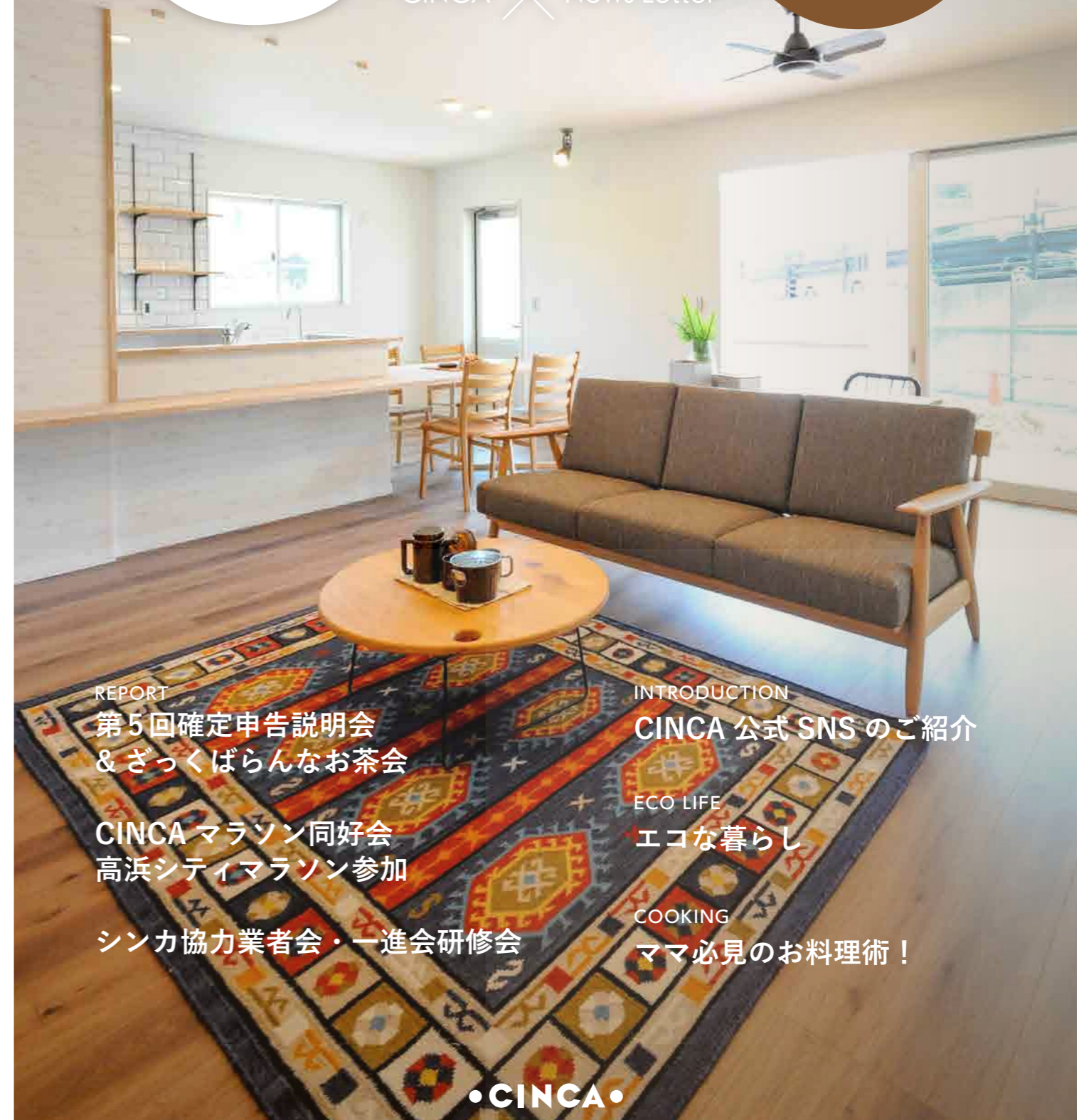
シンカ・タンク

お客様とシンカをつなぐコミュニケーションマガジン

VOL. 185

MARCH 2018

CINCA News Letter



REPORT
第5回確定申告説明会
& ざっくばらんなお茶会

CINCA マラソン同好会
高浜シティマラソン参加

シンカ協力業者会・一進会研修会

INTRODUCTION
CINCA 公式 SNS のご紹介

ECO LIFE
エコな暮らし

COOKING
ママ必見のお料理術!



第5回 住宅ローン控除の確定申告説明会 & ざっくばらんなお茶会

平成29年に住宅を新築されたお客様を対象に「住宅ローン控除の確定申告説明会」を開催しました。第2部では、日頃の感謝と親睦を深めるという意味も込めて「ざっくばらんなお茶会」と題し、ケーキバイキング&わくわく抽選会でお楽しみいただきました。ご参加されたOBのみなさん、ありがとうございました!



CINCA マラソン同好会 高浜シティマラソン参加!

マラソン同好会のメンバーが高浜シティマラソンに参加しました。この日のために特訓を重ねた現場監督、谷崎は30~49歳の部でなんと17位!いつも全力で努力・特訓している成果ですね!シンカスタッフが走っているところを見かけたらぜひ一言声をかけてください!



シンカ協力業者会・一進会研究会

【熱い絆で「真」のモノづくり】

講師：ダイハツ工業(株)相談役 伊奈 功一 氏

元ダイハツ工業株式会社社長の伊奈さんに講演をしていただきました。トヨタ自動車、ダイハツ工業での経験から、モノづくり、コトづくり、人づくりのこと。普段は聞くことのできない、トップリーダーのお話を聞くという、とても貴重な機会でした。ありがとうございました!



INTRODUCTION

【CINCA 公式 SNS のご紹介】

Facebook & Instagram の応援をお願いします!

おかげさまで、シンカで家を建てたOBさんやお取引先からたくさんのご紹介をいただいています。みなさんからのご縁をもっと大切に、つながりを深くしたい。気軽にみなさんとつながれるシンカ公式 Facebook と Instagram をご紹介いたします。ワクワクするような情報をお届けしていますので、ぜひフォローして、これからもシンカの応援をお願いします!ご紹介もお待ちしております!



目標フォロワー数：2018年12月までに1000人! (2018/2/20 現在 565人)



目標フォロワー数：2018年12月までに500人! (2018/2/20 現在 64人)

ECO LIFE 【エコな暮らし】

自分に合った寝具で、心地の良い睡眠を!

睡眠時間は充分とっているはずなのに、目を覚ました時にすっきりしない...と言う方は、間違った寝具選びをしているのかもしれません。お部屋の広さやデザインで選ぶことも重要ですが、良質な睡眠をとるためには、身体に合ったものを選ぶことが最も重要です。

■ 眠りがもたらす身体へのはたらき

睡眠は、私たちが健康な生活を送るための大切な役割を担っていて、身体の疲れを回復させるだけではなく、脳内に溜まった「アミロイドβタンパク質」という老廃物を取り除きます。さらに、傷んだ細胞を修復したり、骨や筋肉をつくる「成長ホルモン」の分泌を促します。成長ホルモンは眠っている間にしか分泌されないため、睡眠が不足すると、細胞の修復がうまくいかず、身体の不調につながることも。とはいえ、睡眠時間を長くすれば良いという訳ではなく、「質」の良い睡眠を得ることが大切です。健康のためにも、毎日使う寝具は負担のかからないリラックスできるものを選びましょう。

リラックスできる寝具選びのポイント

01. まくらの選び方

◆ 自然な姿勢を保てる高さのもの

仰向けで寝たときに、立っている時の姿勢をキープできる自然な高さのものを選びましょう。高すぎたり低すぎたりするものは、首筋の筋肉に余計な負担がかかって、コリの原因となります。

◆ 首筋のすき間を埋めてくれるもの

人の背骨は、なだらかな S 字を描いています。そのため、敷寝具と体の間に隙間が生まれてしまいます。首筋(頸椎部分)の隙間を自然に埋めて、頭を支えてくれるものを選びましょう。

02. マットレスの選び方

◆ 寝返りの時に負担がかからないもの

睡眠中にスムーズに寝返りが出来ないと、血流が悪くなって体がしびれたり、関節を痛めてしまうことがあります。実際に横になって、余計な筋力を使わずに寝返りがうてるか確認すると良いでしょう。

◆ 腰が沈みすぎない硬さのもの

仰向けになって寝たとき、腰には体重の44%の負荷がかかると言われています。この重さを体全体に分散しないと、腰を痛めてしまう可能性があります。腰の部分が沈むやわらかいものではなく、身体全体を均等に支えてくれるものを選びましょう。



COOKING

【ママ必見のお料理術!】

今が旬のお野菜! お家でカンタン、大根を使った家庭の味 ブリ大根

材料 (2人分)

ブリ (アラ)	250~300g
塩	少々
大根	300g
ショウガ	1片
酒	50ml
砂糖	大さじ1

<調味料>

みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ2

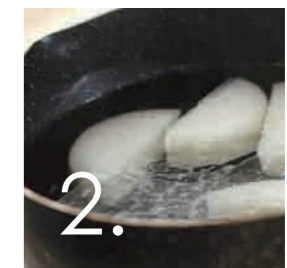


ひげ根の跡が一直線に並んでいるものが、おいしい大根の特徴。カットされたものは、断面のキメの細かいものを選びましょう。美味しさのポイントは下処理をしっかりすること。大根に味がしみて、臭みのない美味しいブリ大根に仕上がります。

「下準備」
ショウガの半分は皮付きのまま薄切りに、残りの半分は皮をむいてせん切りにする。



1. ブリは食べやすい大きさに切り、塩を振って10分ほど置き、たっぷりの熱湯にさっとくぐらせる。水にとってウロコや血を取り除く。



2. 大根は皮を厚めにむき、厚さ3cmの半月切りにし、面取りをする。鍋にかぶるくらいの水と大根を入れ、半透明になるまで煮る。



3. 鍋に大根とブリを入れ、かぶる位の分量の水を加えて強火にかける。煮たったらアクを取り、ショウガの薄切りと酒、砂糖を加える。落とし蓋をし、中火で15分煮る。



4. <調味料>を加えて落とし蓋をし、煮汁が1/2量になるまで煮る。器に盛り、せん切りにしたショウガをのせる。