

2026年 暮らしの瓦版 3月号

春の リクシル岐阜ショールームさんで

キッチン リフォームフェア

3/8日 10:00 - 16:00

お申込み
お電話か、右のQRコードより受付中
0120 - 250 - 253

※「栃井建設工業株式会社」が主催のイベントです。
リクシルさんへの問い合わせはお控えください。

会場 **リクシル岐阜ショールーム**
(岐阜市中鶯3丁目45-1)

ご成約特典

家事時短アイテム!

15万円相当の食洗器
を無料プレゼント!

来場順で選べる!
来場者特典

もらってうれしい便利グッズ

予約者限定

＼肉・魚・野菜これ一つ/
キッチンバサミ

または

ニトリの**耐熱保存容器**

性能抜群で
お手入れもらくらく

1日限定
リフォームのプロが
出張相談を開催

リフォーム工事担当 **兼子さん**

リフォーム一筋 20年以上。
「これ直せる?」
「工事中は家で生活できるの?」
などお客様目線で分かりやすくお答えします。
売り込みなし。気軽にご相談ください。

暮らしを想像すると、家づくりは楽しくなる

Model House Tour

2026 **03.15** SUN 10:00 ~ 16:00

3,000万円以下の
超お得物件

岐阜市
西河渡

庭とつながる
土間玄関

家族の雰囲気もかんじながら集中
ステップフロアの勉強デスク

予約する

MAP

スマホで見る

Spring

水まわりって、大切だから

Takara standard TAKARA FAIR

ご来場特典

当日ご来場のお客様は
ガラポンに挑戦!!
素敵な景品をご用意しております。
※1組様につき1回挑戦となります。

お見積特典

当日、お見積ご依頼
頂きましたお客様へ
当日キッチンカーで
使える**1,000円**
チケットプレゼント!!

タカラスタンダード 岐阜ショールーム
〒500-8281 岐阜市東鶯3丁目45番地1号 (駐車場完備)

TEL **058-274-3880** ●営業時間/10:00~17:00
●休館日/水曜日(祝日を除く)GW・お盆・年末年始

takarastandard_gifu フォローしてね

情報満載!! タカラスタンダード Q https://www.takara-standard.co.jp/

開催日: 2026. **3/14 (土) 15 (日)**
時間 10:00~17:00

ご予約はこちら

発行

新築・建替え・リフォーム・増改築のことなら

栃井建設工業株式会社

岐阜市河渡3丁目138番地
☎ 0120-520-523
ISO9001認証取得

健康経営優良法人
2024
Health and productivity

快適な
住まい

3 2026
月号

人生で何時間、 あなたはキッチンに立っている？

毎日のように使うキッチン。
でも、その時間を「人生全体」で考えたことはありますか？



キッチン時間
数字化

1日2時間キッチンに立った場合の計算

朝ごはんの準備、夜ごはんづくり、後片付け。
忙しい日は、もっと立っているかもしれませんが、とりあえず2時間と仮定。

$$2\text{時間} \times 365\text{日} \times 40\text{年} = 3\text{万時間}$$

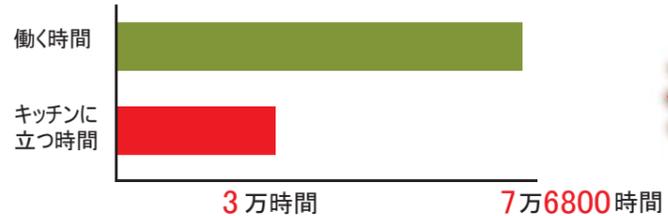
(1年) (20代~60代で
キッチンに立った年数)

働いている時間と比べると？



$$1\text{日}8\text{時間} \times (\text{週}5\text{日} \times 4\text{週} \times 12\text{か月}) \times 40\text{年} = 7\text{万}6800\text{時間}$$

(1日の労働時間) (1年の労働時間) (20代~60代で働いた場合)



働く時間の
約4割
キッチンに立っている！

春の豆知識

知ってる？

さくらんぼって桜からできるの？

知らなかった人がほとんどな、さくらんぼと桜の関係！

さくらんぼは桜からできるの？



はい。サクランボは桜の木に出来る果実です。
ただし、私たちが春に目にするソメイヨシノや
八重桜には、サクランボはできません。
海外を原産とする「西洋実桜」からサクラン
ボができます。

サクランボ栽培は〇〇県が盛んに行われている！



日本のサクランボの70%以上が、「山形県」で
栽培されています。1868年、ドイツ人の農業
指導者により、サクランボのなる苗木が北海道
に持ち込まれました。山形県はサクランボの栽培
に成功した数少ない地域のひとつです。

健康
つらみ

時間がある朝にやってみよう！

自律神経を整える簡単ストレッチ

Step1 床に四つん這いになって、
手は肩の下、ひざは腰の下。
まずは鼻からゆっくり息を吸って、
背中をふんわり反らします。



Step2 次に、口から息を吐きながら、
おへそを見るように背中を丸めます。
この動きを、呼吸に合わせて数回。



それだけで、背中や肩まわりがゆるみ、
体が目覚めていく感じがします。

道具もいらず、着替えなくてもできるので、
「今日は余裕があるな」という朝におすすめです。

スタッフ日記

春の季節。

新入社員の方との出会いにワクワクしてます



4月はそれぞれの会社さんが新入社員を迎える季節
ですね。

栃井建設でも、ちょっと早いですが2月26日に中
途採用の方、3月26日に新入社員の方をお迎え
します。皆さんの職場でも、この春新しい仲間は増
えますか？

桜スポット

広報出身地の大垣市水門川 期間 3月25日~4月5日



舟下りしながらお花見

今年は舟のうえから、お花見するのはいかがでしょう？
水面に映る桜を眺めながら、いつもより少しゆっくり春を
感じる時間を、ぜひ味わってみてください！