



田原市・豊橋市 上下水道指定工事店  
SUGITETSU  
株式会社スギテツ

# Sugitetsu Letter

スギテツレター

# 46

2022年10月発行



いつもお世話になります。  
スギテツレター、  
好評いただいております♪



## ベーシックプロスピーカー合格!

JPSA（日本プロスピーカー協会）の活動に参加するようになってもうすぐ2年、これまで多くの成長と、かけがえのない仲間との出会いが半端ない2年間でした。コロナ禍でも多くの方に支えていただきながら、お客様のご縁と社員の頑張りのおかげで、会社を維持することができ、注文住宅事業も無事にスタートすることができました。

9月にはベーシックプロスピーカー試験にも合格できました。  
ここからさらに、地域の笑顔を支える「力」になれる人格を  
目指していきます! 記事: 杉浦/代表



ご縁をいただいた  
全ての皆さまへ感謝の思いで  
いっぱいです。  
本当にありがとう  
ございます!



## 今年もこの時期 が来ました!

記事: 福井  
/ 工事部



ご安全に! スギテツ工事部の福井です。  
スギテツ工事部はここ数年この時期に  
大口径の水道管の布設を行っています!  
今年は国道42号に布設工事を行います。  
もしかしたら現場付近をちょろちょろと  
している作業員やスギテツの作業車  
を見かけた方もいらっしゃるのでは...?  
仲間と共にライフラインを支え  
地元へ貢献できる事に感謝し、  
安全作業に努めたいと思います。  
この工事の様子は、今後レターでも  
紹介していきます♪



既設の水道管です?  
直径は約500mmです!



既設の水道管から分岐し、  
新しい水道管を布設していきます!

## 管工機材展に 行ってきました!

先日、名古屋市の吹上ホールにて開催された  
管工機材・設備総合展に行ってきました!  
普段仕事で使用している馴染みのある  
メーカーさんはもちろん、約100近くの  
メーカーさんが出展されていました。  
まだ出たばかりの最新の  
機材・部材など使いやすく  
機能的になっていました。  
たくさんのご意見を  
勉強するいい  
機会になりました。

記事: 渡會/住設部







## 中華の「みゆき」

記事: 杉浦 / 代表

豊橋駅西口の  
すぐ脇にある  
中華の「みゆき」。



ずっと気になりながら、  
なかなか入れなかった  
念願のお店、外観から  
昭和のレトロ感が溢れ  
てますよね。

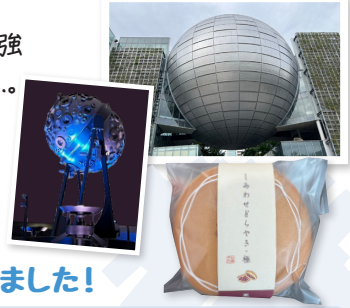


ラーメンは懐かしの「中華そば」って  
感じで、餃子はやはり厚皮の豊橋餃子、  
味はいたって素朴でしたが、  
それも味わい深い風情が漂うお店でした。

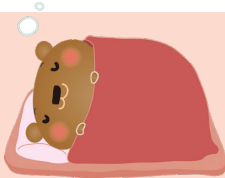
## プラネタリウム鑑賞★



先日、管工機材展へ行ったら後に名古屋市科学館で  
プラネタリウムを鑑賞してきました★  
内容は「皆既月食の魅力」月と星の勉強  
をしたのは確か小学生と中学生の時...  
こんなこと先生言ってたな〜。なんて  
思い出しながら鑑賞していました。  
そして、天気が良ければ  
11月8日(火)に皆既月食が  
見られるかも... と教えて貰いました!



←11月8日(火)の  
皆既月食について  
興味のある方は  
名古屋市科学館公式  
HPをご覧ください。



## 秋冬もポカポカ ぐっすり眠るコツ

朝晩寒くなって、  
すっかり秋めいて  
きましたね!



記事: 鈴木 / 住宅事業部

夜の時間の長い秋冬こそ、ぬくぬくとした布団で快適な睡眠をとりたいものですね。  
ただ、手足や身体が冷えてなかなか寝付けず、  
一度寝ても寒さで目が覚めてしまうといった悩みをお抱えの方も少なくありません。

今回は秋冬でもポカポカに温まってぐっすり眠るコツを紹介します

### ★吸湿性がよく暖かいパジャマを着る

綿素材を起毛したネル生地、パイル地、  
多重ガーゼ、コットンニットなどの  
パジャマは保温性もあり肌触りも  
良いので、おすすめです。



NG  
これは  
やめよう!

ジャージ・スウェット・フリース  
体に熱がこもってしまい  
睡眠中の体温コントロールが  
うまくいかない原因に。

### ★寝るときはゆるゆる靴下で

靴下を履く場合は温かい素材で、  
寝ている間にすぐに脱げてしまうくらい  
ゆるいものを履くようにしましょう。足先まで  
カバーしないレッグウォーマーもおすすめです。



NG  
これは  
やめよう!

### きつい靴下

寝てしまった後でも靴下を履いていると、  
放熱がうまくいかず深部体温がこもる原因に。

### ★寝る前にぬるめのお風呂に入る

眠る1~2時間前に40度程度のぬるめのお風呂に  
入ると皮膚体温と深部体温が一時的に上昇する  
ため、その後の深部体温が放散しやすくなり、  
寝つきが良くなることがわかりました。寝る前  
のお風呂タイムを習慣にすると良いですね。



NG  
これは  
やめよう!

### 熱すぎるお風呂

42℃を超える熱すぎるお風呂は身体に過剰な  
負担をかけるだけでなく、体温が上がり過ぎて  
下がるまでに時間がかかり眠りの妨げに。

### ★布団の中を温めておく

湯たんぼや布団乾燥機などで  
予め布団の中を温めて  
おきましょう。



NG  
これは  
やめよう!

### 電気毛布のつけっぱなし

熱くなりすぎて深部体温の調節が  
うまくいかなくなり、目が覚める原因に。  
(寝る前に温めておくのはOK)

## 夜もカッコいい

うちの展示場、  
夜のカッコ良さも  
ヤバいです!



ぜひ一度覗きに来て  
くださいね!

エースホームの家づくりは  
『高断熱・省エネ』  
外気の影響を受けにくい  
高断熱住宅なら  
夏の暑い日も、  
冬の寒い日も、一年中  
快適に暮らせませす!



モデルハウスで  
高断熱を体感  
してみませんか?

見学予約受付中です♪  
興味のある方はお気軽に  
お声かけください。



それは今回はここまで  
発行して参ります。



# SUGITETSU

田原市密着 水回り専門店 株式会社スギテツ

TEL.0531-33-0178

〒441-3608 愛知県田原市折立町西原畑79-2 FAX .0531-33-0258

木造注文住宅

住宅水道設備

農業用水工事

井戸工事



スギテツは  
リクシル  
リフォームネット  
の正規加盟店です

農業や企業活動に関する水道工事もおまかせください!