



Q 高針めんや

長崎出身オーナーが手掛ける絶品ラーメン

創業45年、地元・高針で愛され続けるラーメン店。豚骨ラーメンやちゃんぽんなど九州のラーメンに加え、長崎の焼きあごだしを加えた独特の風味のラーメンも味わえます。麺は自家製麺を使用し、6種類の麺をスープごとに使い分けするというこだわり。随所にラーメン愛を感じさせます。

芸能人にも愛されるラーメン♪

日によって一番人気が変わる、どれを食べても病みつきになる美味しさ。そんなラーメンに魅了された著名人も多く、店内には色紙や写真が並びます。なかでも人気俳優・山田裕貴さんが“推し店”として知られ、特にゆず塩ラーメンがお気に入りとか。ファンならずとも味わいたい一杯です。



みつけた！

名東区のス・テ・キ



Q ZERO CAFE

こだわり焙煎コーヒーでひと休み

パーソナルジムに併設されたカフェでは、瀬戸の自家焙煎コーヒーショップ「little flower coffee」監修のスペシャルティコーヒーを味わえます。浅煎りと中浅煎りの2種類から選べ、やわらかな食感のフランスパンを使ったカスクートサンドとも相性抜群です。

おいしい健康メニューも要チェック

提供しているスイーツも見逃せません。無添加のバウムクーヘンや、蒲郡の菓子工房「栄軒」のようかんなど、甘さ控えめで“健康に寄り添うジム”ならではのラインナップです。さらに、プロテインシェイクや、独特の模様が美しい更紗窯のマグカップなど、細部までこだわりが詰まっています。



カフェのみの利用も大歓迎です！

期間限定のラーメンもおすすめ



店舗情報 高針めんや

- 住所／名古屋市名東区勢子坊4-108
- 電話番号／052-703-6301
- 営業時間／11:00～15:00 (L.O.14:40)、17:30～22:00 (L.O.21:40)
- 定休日／木・第三水曜日



店舗情報 ZERO CAFE

- 住所／名古屋市名東区上社1-512 かつら館1F
- 電話番号／052-737-5888
- 営業時間／11:00～18:00 (L.O.17:30)
- 定休日／月曜日 (祝日の場合は翌日休み)



編集後記

もう少しで紅葉のシーズンですね。私のおすすめは、100%天然ラドン泉で有名な「猿投温泉」の紅葉です。滝の音や川のせせらぎを温かく包み込むような赤や黄色の彩りが、温泉とともに心も身体も癒してくれます。名東区でも「猪高緑地」や「牧野ヶ池緑地」など、紅葉を鑑賞できるスポットもあります。ゆっくりとした時間を楽しんでみてはいかがでしょうか？



猿投温泉の紅葉

※掲載の情報は2025年8月時点のもので変更になる場合がございます

かわらばん

2025 秋号

ホーム建材NEWS | VOL.14

ホーム建材株式会社

愛知県名古屋市名東区上社四丁目162番地
TEL:052-703-0611

<https://home-kenzai.co.jp/>



ホーム建材NEWS 地元・名東区のグルメや魅力と、ホーム建材の最新ニュースをお伝えします。

かわらばん

2025
秋号 vol.14

TAKE FREE

みつけた！ 名東区のス・テ・キ

ZERO CAFE

高針めんや

ホーム建材ニュース

ホーム建材は「屋根に強いリフォーム会社」です！

きたえる一む名古屋藤里 セルフストレッチ講座

～頸からくる頭痛などを和らげるストレッチのご紹介～

HOME KENZAI NEWS KAWARABAN.

Pick Up

ホーム建材は「屋根に強いリフォーム会社」です!

屋根工事のプロによる責任施工!



1 年間約2,000件以上の施工実績!



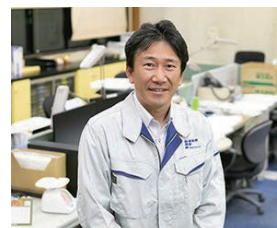
年間約2,000件、1日平均5件の屋根工事を請け負う豊富な実績があります。一般住宅から公共施設まで、幅広い工事を手がけています。

2 経験豊富な職人が多数在籍



1973年の創業以来、約半世紀の歴史があります。在籍する職人数は協力会社を含め55名、地域に根ざし、確かな技術を積み重ねています。

3 丁寧な現地調査とご説明



まずはしっかり現状を診断し、写真や図を交えてご説明します。無理な営業は一切行いません。お客様に納得いただいたうえで契約します。

4 有資格者による確かな施工

研鑽を積み重ねた資格保持者が現場を管理・施工。知識+現場経験で、責任ある屋根工事をご提供します。

- かわらぶき1級技能士
- かわらぶき2級技能士
- 屋根工事技士
- 雨もり診断士
- 2級施工管理技士
- 石綿含有建材調査者

Column

ご自身でできる「かんたん点検」

屋根や外壁の劣化は、早めの発見がとても大切。まずはご自身で、住まいの「かんたん点検」をしてみましょう。



瓦や漆喰の破片が庭やバルコニーに落ちていないか、軒天にシミがないか確認しましょう。

※屋根に上がるのは危険なのでおやめください。目視できる範囲で行いましょう。



雨天時に雨水があふれていないか、集水器以外の場所から水漏れがないか、歪みがないかを確認しましょう。



汚れ・色あせ・ひび・サビがないか、外壁を触って白い粉(チョーキング)がつかないか確認しましょう。



悪質な「訪問営業」にご注意ください



無料点検・ご相談は、50年を超える実績と技術力

0120-969-687

受付時間/9:00~17:00 (定休日)第2土曜日・日曜日・祝日

HPIはこちら



注意

訪問販売トラブル事例を掲載しています



詳しくは
こちらから

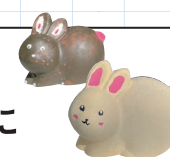


Topics

第30回「名東の日・区民まつり」に出展しました!



5月10日、牧野ケ池緑地で開催された第30回「名東の日・区民まつり」にホーム建材が出展しました。多くの来場者でブースは大賑わい! とくに「うさぎの貯金箱の塗り絵」は子どもたちに大人気で、思い思いの色付けを楽しんでいました。



防災訓練に参加しました



9月7日に「名東区総合防災訓練」が行われ、要支援者搬送訓練や避難所での健康管理などを学びました。今夏も台風や突風などの自然災害が相次いでおり、自助・共助の備えを心がけてまいります。



きたえる一む名古屋藤里

セルフストレッチ講座

「きたえる一む」は、個別機能訓練による各種プログラムを短時間制で提供するデイサービス施設です。自立生活を送るための歩行訓練や転倒予防のために、楽しく健康的な運動で身体機能の回復を目指します。

～ 頸からくる頭痛などを和らげるストレッチのご紹介 ～

けんこうきょきん

肩甲挙筋という頸の深層にある筋肉が、頭痛などの痛みのトリガーとなることが多くあります。しかし身体の深くにある筋肉で、自分で揉みほぐすことが難しい為、ストレッチでの筋弛緩をおすすめします!



きたえる一む名古屋藤里
機能訓練指導員 阿部



▲きたえる一むの
ホームページは
こちらから



1 伸ばしたい側の腕を体幹に付けたままこぶしを外側へ回旋させていきます

2 続いて、頭を反対方向に倒していきます。この時、首から肩甲骨にかけてのストレッチを感じられれば正しく行えています。(ライン箇所)

さらに!



余裕のある方は頭を横に倒したまま、前後させましょう。筋肉のストレッチの幅が広がります。

※首や肩甲骨などを痛めている方は行わないでください。また、伸ばしているときに痛みやしびれを感じたら、絶対に無理をせずストレッチを中止してください。※業務時はご利用者様の健康を考慮し、検温・マスク着用・健康管理に配慮しています。