

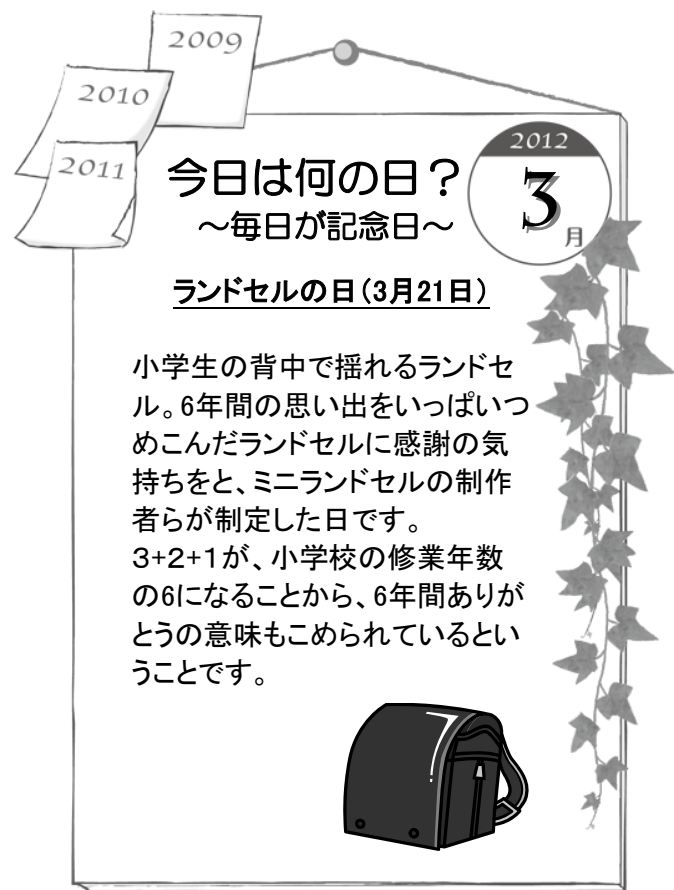


FORSENSE
FOR YOUR SENSE

相互住宅株式会社

〒290-0054
千葉県市原市五井中央東1-8-1

TEL 0436(24)7710
FAX 0436(24)7869



小学生の背中で揺れるランドセル。6年間の思い出をいっぱい詰めこんだランドセルに感謝の気持ちをと、ミニランドセルの制作者らが制定した日です。3+2+1が、小学校の修業年数の6になることから、6年間ありがとうの意味もこめられているということです。



おうちがしあわせ ～ユニークな検定・資格いろいろ～

ようやく春が近付いてきました。春はスタートの季節。この春から「資格に挑戦！」という方も多いのではないのでしょうか。ひと口に「資格」と言っても、実務に役立つ国家資格から趣味の知識を確かめるお手軽な検定まで、種類やレベルは様々です。そこで今回は、思わず「何それ？」と聞きたくなるようなユニークな検定・資格をいくつかご紹介します。

◆犬の飼い主検定
(主催:動物愛護社会推進協会)
犬の社会・歴史・生態・犬に関する法律・法規、犬の飼い方・しつけ・マナー・犬の健康管理などの知識を問う検定。

◆家庭菜園検定
(主催:家の光協会 家庭菜園検定運営事務局)
野菜の科名、原産地、栽培特性など野菜の基本的な知識とその栽培方法、土壌や肥料などの知識を問う検定。

◆夜景鑑定(夜景観賞士検定)
(主催:日本夜景遺産事務局)
夜の訪れとともに大地にきらめく人々の生活の光、夜景についての幅広い知識を問う検定。

◆世界遺産検定
(主催:世界遺産アカデミー)
人類共通の財産・宝物である世界遺産についての知識を広げ、理解を深め、学んだことを社会に活かし、世界遺産の啓発と保全活動の輪を広げることを目的とする検定。

◆家事検定
(主催:家事検定実行委員会運営事務局)
家事、家にまつわるすべてのこと、「料理」「洗濯」「掃除」「家計管理」「収納」「マナー」「暮らしの手入れ」の7つの分野の知識を問う検定。

ご紹介した検定はほんの一部ですが、まだまだユニークな検定は数多くあります。興味のある分野なら楽しく学んで資格取得も目指せそうですね。
(参照:おもしろ検定の森 <http://www.1omoshiro.com>)



ホットなニュースをお届け！

住まいる通信 3月号

相互住宅株式会社

Smile!
Smile for your life!

まだまだ寒い日が続いていますが、皆様体調はいかがでしょう。今冬は本当に寒い日が多く、節電しなければと思いつながらも寒さには勝てず、暖房を使い電気代の請求書を見てビックリ…という方も多かったのではないかと思います。東日本大震災の影響で電力不足や電気料金の値上げが騒がれている今、住宅にもっとも重要なことは断熱性能を上げるということではないかと思っています。2月1日の産経新聞に「エコ改修勤めるこれだけの理由」という記事が載っていました。その中に「家を断熱改修することによって、電力危機の克服に寄与し、生活の質を向上させ、病気も減らす事ができる。断熱改修はその時点では少々費用がかかっても、暖房費が減少して、医療費も抑えられるから、長い目でみると確実に家計の支出の節約につながるのである。」という文章がありました。医療費が抑えられるとありますが、断熱の悪い家から良い住宅に引っ越した人を対象に健康調査をしたところ、心疾患の81%を筆頭に、気管支喘息70%、アトピー性皮膚炎59%、アレルギー性鼻炎27%といった具合で改善しているとのことです。住宅では開口部を通じて逃げる熱が一番多いので最も効率的なのは、二重窓やエコガラスなどを使って、開口部の断熱を向上させてあげることだと思います。大事な家族の健康を守る為にも、内窓取付等の断熱改修工事を私はお勧めします。

住まいる通信3月号

目次:

けんこうライフ	1
家づくりのワンポイントアドバイス	2
にほんの縁起もの	2
ようこそすまいる家	3
住まいのヒント	3
今日は何の日	4
おうちがしあわせ	4

住まいる通信が不用の方は、お手数をお掛け致しますが、ご連絡お願い致します。

電話 0436-24-7710
FAX 0436-24-7869
mail sgit@info.co.jp

新築、建替えて、お悩みの方がいらっしゃいましたら、是非、弊社「相互住宅」をご紹介いただければ幸いに存じます。ご紹介いただいた方がご成約された場合、ご紹介者様に弊社より僅かではございますがお礼をさせていただきます。スーパーせんど商品券5万円分を差し上げます。

けんこうライフ【お酒】

お酒は百薬の長と言われています。心身をくつろがせ、コミュニケーションを円滑にしてくれたり、料理の味を引き立たせてくれたりと、適度なお酒は私たちの生活を豊かにしてくれます。

《適度なお酒で健康増進》

お酒は適量であれば血行が促進され、神経の緊張をほぐしたり、ストレスの解消に役立ってくれます。また、動脈硬化を予防する善玉コレステロール値を上昇させる効果があると考えられ、その中でもポリフェノールを多く含む赤ワインは心筋梗塞の予防にも役立つというデータもあるそうです。適量のお酒であれば、人生の良きパートナーにもなります。

《飲む量が多いと…》

お酒を飲み過ぎると二日酔いはもちろんのこと、肝臓病や脳卒中などの生活習慣病の原因に。お酒は美味しいものですが、別の見方をすればアルコールという薬物です。アルコールは肝臓で分解されます。毎日アルコールの処理を行わしていると病気の原因につながってしまいます。

《摂取量の目安》

- ◆ビール…中ビン1本
- ◆ワイン…200ミリリットル
- ◆ウイスキー…60ミリリットル
- ◆清酒…0.9合

これはあくまでも男性の「お酒に強い」タイプの場合で、女性はずっと少ないと言われています。週に2日は休肝日を設け、肝臓を休ませるようにしましょう。

家づくりのワンポイントアドバイス ～インテリアと色②～

色の効果

色にはくつろぎを与える色と緊張を与える色があります。生まれ育ってから目にしてきた自然界の色である緑や土の茶色など、ナチュラルカラーは心が落ち着くくつろぎ色です。逆に黒色や紺色のダーク系の色は緊張感を感じる色です。そのため、くつろぎたい部屋にはナチュラルカラーを緊張感を持たせたい部屋(勉強部屋など)にはダーク系の色を取り入れると良いでしょう。各部屋におすすめの色は…

〇リビング

リビングは家族やお客様が集まる場所なので、ベージュ系やブラウン系のナチュラルカラーがおすすめです。また、グリーンなどもリラックス出来る色なので、インテリアの一部に使用したり、観葉植物を置くとかくつろぎ感がアップします。

〇ダイニング

基本はリビング同様ナチュラルカラーがオススメです。ランチョンマットや小物などには、食欲増進の効果が、フレッシュ感を演出出来るオレンジや赤を取り入れると、楽しく食事出来るムードがアップしますよ。

〇寝室

寝室は神経を鎮め、気持ちを落ち着かせるブルー系がおすすめです。但し、色が強すぎると寒々しい雰囲気になるので注意しましょう。

〇バスルーム

1日の疲れを癒しリラックスする場所なので、黒や赤などのきつい色調や暗い色は避け、クリーム色や薄いピンク、ベージュなどが良いでしょう。薄いブルーなどの寒色系も清潔感がありますが、寒い雰囲気になってしまいます。

色は様々なイメージや心理的影響を人に与えます。部屋ごとに効果的なカラーを取り入れて、居心地の良い空間を作りましょう。

茶系などのナチュラルカラーは年齢や性別を問わず多くの人に受け入れられるリラックスカラーです。ただし、濃すぎると圧迫感が出るので気をつけましょう。



にほんの縁起もの ～だるま～

真っ赤な丸い姿にリリしいお顔。キリッとした顔立ちなのに、どことなく愛嬌があるダルマ。底を重くしてある起き上がりこぼし型は、失敗しても何度でも起き上がるという気合を表し、七転び八起きの縁起物として親しまれてきました。

《ダルマの由来》

達磨大師という座禅を始めた南インドの僧侶がルーツだそうです。中国で修業を行い、壁に向かって9年間も座禅をしたため手足が腐ってしまったというすごい伝説の持ち主。ダルマが赤いのも達磨大師がいつも赤い衣をまとい、また赤は古くから魔除けの色とされていたことから赤色のダルマが生まれたそうです。

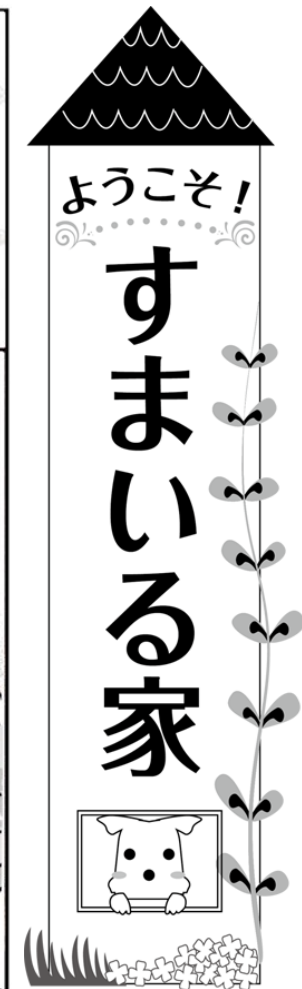
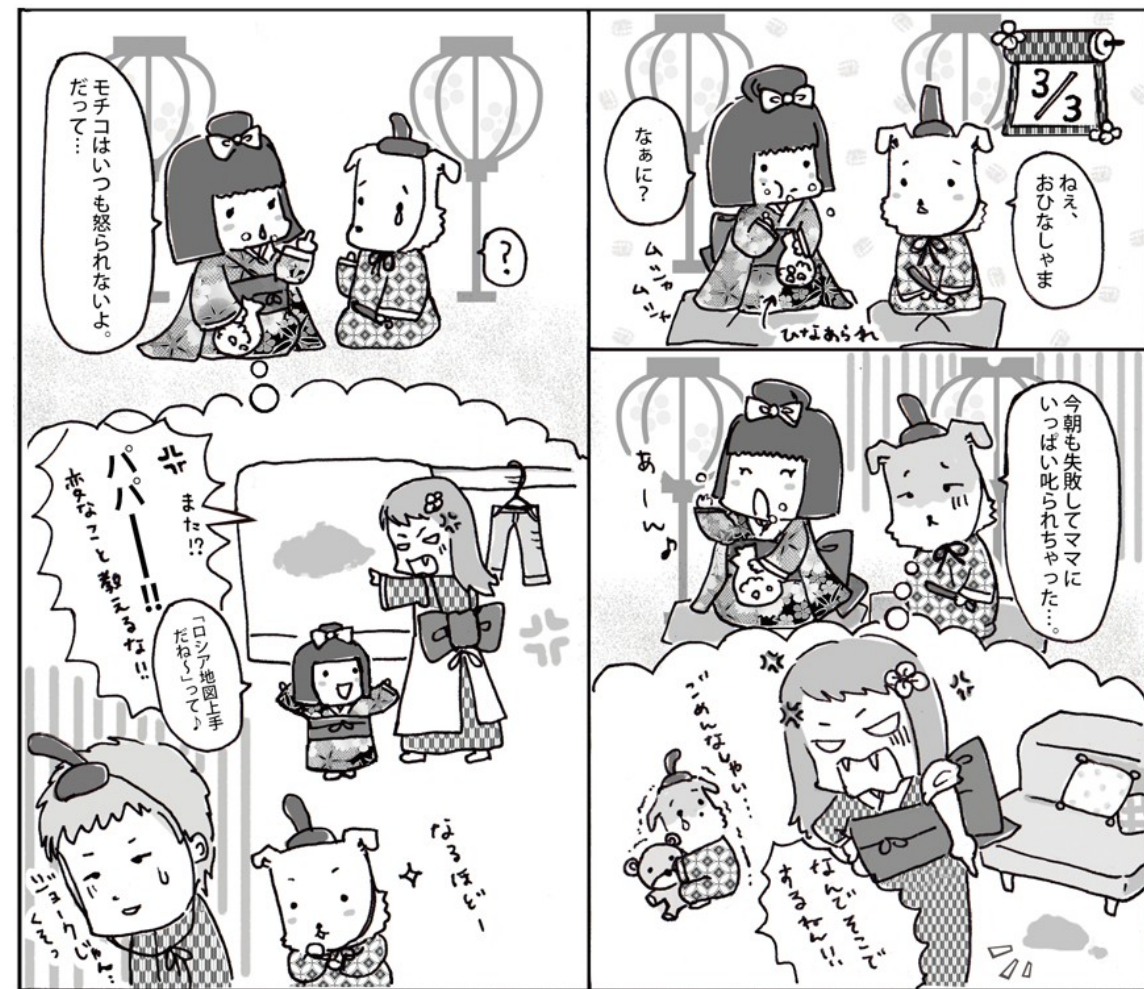


《目入れはどちらから?》

「願いごとをする時に片目を書き入れ、願いごとが叶ったらもう片方の目を書き入れる」という「ダルマの目入れ」は有名です。現在では、受験や選挙など一回だけの願いごとで多く使われますが、昔は、その年の家族の安全や健康を祈願することで使われていました。

【目入れの順番】

①願をかける際には「左目(向かって右の目)」
②願いが叶ったら「右目(向かって左の目)」
この順序が一般的のようです。でも、選挙の時は右目を入れてから左目を入れるのが一般的だとか。



住まいのヒント ～おうちの防犯してますか?～

日頃からの心がけが大切な防犯対策。「被害にあう前に対策をしておけばよかった…」なんて後悔してからでは遅いのです。でも「自分の身は自分で」と言うけれど具体的にどのような対策をすればいいのでしょうか。

《狙われやすい家》

- ◆人通りが少ない、周りが閑散とした家
- ◆留守とすぐにわかる家。夜になっても明かりがとらず音も聞こえない。
- ◆ポストに郵便物や新聞が溜まっている
- ◆一度、空き巣などに侵入された家
- ◆足場が多い家

まずは留守であることを悟られないようにすることが大切です。泥棒などの不審者は様々な方法を想定する際に、家の配置・周囲の状況・見つけやすさなどを考慮のいれ、実行に移すかを判断しています。



《日頃からの心がけ》

■ドアはすぐに開けない

開ける前にドアスコープで相手を確認し、ドアチェーンは常にかけたまま対応しましょう。

■少しの外出や在宅時でも鍵をかける

家にいるからといって泥棒が入ってこない保障はありません。就寝時や入浴時、ゴミ捨てやポストの確認など、このちょっとした隙が命取りになります。

■高層階でも窓を開けて出かけない

高層階でも屋上から侵入されるケースがあるので出かける時はしっかり鍵はしめましょう。

■電話に出る時は名乗らない

電話に出る時は名乗らずに「はい」で対応しましょう。そして相手を必ず確認。逆に電話をかける時は自分から名乗りましょう。

■個人情報の分かるものは細かくして捨てる
公共料金の明細や宛名の書かれたハガキや封筒はシュレッダーにかけ等、細かくしてから捨てましょう。