



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

2009
2010
2011
2012

今日は何の日?
～毎日が記念日～

4月

パンの記念日(4月12日)

日本で初めてパンのようなものを焼いたのは、砲術の研究者・江川太郎左衛門で、1842年4月12日に伊豆蕪山の自宅の庭で作ったとされています。これを記念して、パン食普及協議会が1983年3月に、毎年4月12日を「パンの記念日」と制定、毎月12日を「パンの日」と設定しました。ちなみにパンを一般に売出した最初は木村屋文明軒で1872年と言われています。

おうちがしあわせ ～プチ贅沢をしよう～

節約生活もいいけれど、そんな日々の繰り返しではつまらない生活になってしまいます。お金の使い方にもメリハリをつけるためにも、たまにはプチ贅沢をして自分なりのリフレッシュ方法を見つけるのもいいかもしれません。

自分ケアをしてあげよう

毎日忙しく過ごしている自分へたまにはご褒美をあげましょう。いつもより贅沢な食事をしたり買い物をしたり、ちょっとお金をかけて生活に潤いを与えてくれる時間を作れば、日ごろのストレス解消にもつながるかもしれません。

プチ贅沢をしたくなる時

- ・ストレス解消
- ・自分へのご褒美
- ・気分転換
- ・誕生日など記念日やイベント時
- ・なんとなく



◇グルメにこだわる

たまには外食をしてランチやディナーを食べたり、各地のこだわり食品をお取り寄せして美味しいものを味わうのも贅沢。また、お茶やコーヒーなどもいつもより高級な種類を買ってみて、茶器やカップにもこだわってみると楽しいかもしれません。

◇美容にこだわる

マッサージやエステなど、女性にお得なプランも豊富です。たまにはプロの技に酔いしれてリラックス時間を味わってみれば、ゆっくりとしたBGMの流れる中でココロも体もホッとします。

◇衣類は上質なものを

スーツやジャケット類など、定番のものを購入する時はいつもよりワンランク上質なものを選ぶといいかもしれません。多少値段が張っても、長く着続けることが出来るものを買しましょう。

◇旅にでる

一人から参加できるバスツアーもあり、旅行準備が面倒でもツアーがすべて用意してくれます。ちょっとした遠出はリフレッシュ効果満点です。

ホットなニュースをお届け!

相互住宅株式会社

住まいる通信

4月号

発行日2012年4月1日

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
住まいるのヒント	3
今日は何の日	4
おうちがしあわせ	4

少しずつ温かくなってきた今日この頃。皆様いかがおすごでしょうか。今冬は本当に寒い日が多く、休みの日も外は寒いので家の中でゆっくりするという方も多かったのではないかと思います。つい先日当社スタッフ(横田、木口、渡辺)で休みの日、家にいたら何をしているの?ということについて、話をしたところ、横田は、よく寝る、たまに料理の手伝いをする、お風呂にゆっくり入る、マンガを読む、等でした。木口は、よく寝る、映画(DVDレンタル)を観る、ゲームをする等でした。渡辺は、よく寝る、インターネットをする、お菓子を食べる等でした。3人が共通していることは、よく寝るという事ですが、大体10時30分から11時くらいまで寝ているという事でした。これからの季節は家の中にいるだけではもったいないので、ドライブに行ったり、スポーツをしたり、春を楽しみたいと思います。



最近のお気に入りのマンガは週刊少年マガジンで連載されているベイビーステップというテニスのマンガと、ダイヤのAという野球漫画です。(横田)

最近見たDVDはハリポッターを最初から最後までとブラックスワン、八日目の蟬、クレイマー・クレイマーです。クレイマー・クレイマーは私が生まれる1年前の映画なのですが高校のときに先生に見せて頂いていい映画だなという印象があったので、もう1度見たくなり最近見ました。(木口)

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。スーパーせんだう商品券5万円分を差し上げます。

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 info@sgjt.co.jp

美味しい薬(飯) 髪(毛)

ツヤ髪を育てるためには、どんな食べ物が必要なのでしょう? 傷んだ髪には、カルシウムやビタミンB群で栄養を与え、髪の発育やメラニン色素の合成に必要なミネラルを摂りましょう。

〔黒ごま〕
抗酸化力の強いアントシアニンが、頭皮の老化を防ぎます。
〔ひじき〕
海藻の中でもカルシウムの含有量がトップ。髪に美しいツヤとハリを与えます。
〔みかん〕
みかんの果皮には抜け毛を促進する酵素を抑える働きをしてくれる精油成分が含まれており、髪にツヤを与えます。
〔豚肉〕
皮膚や髪の成長を促すビタミンB2が豊富です。パサつきが気になる時に摂れば、ツヤが出て、髪の量も増えるとか。

【美味しいレシピ】

- ◇黒ごまプリン♪栄養が行き渡り美しい髪に♪
- ◇黒ごまペースト・大さじ2 ◇豆乳・200ml
- ◇ハチミツ・大さじ2 ◇粉ゼラチン・5g
- ◇生クリーム・200ml

- ①粉ゼラチンを水でふやかす。
- ②鍋にゼラチン以外の材料を入れて弱火にかけ、温まったらゼラチンを加えて混ぜる。
- ③粗熱がとれたら型に流して、冷蔵庫で冷やし固めて、出来上がり。

(「おいしく食べて体に効く! クスリごはん」より)

家づくりのワンポイントアドバイス ～インテリアと色③～

色の決め方

住まいの色を決めていく時、基本的に「ベースカラー」「メインカラー」「アクセントカラー」の3種類のカラーでまとめるとスッキリします。

■ベースカラー

まず、最初に決めるのはインテリアのベースとなる、床・壁・天井の色。これは部屋の大半を占める色なので、ベースカラー（又は基調色）と呼びます。面積が広く、一度決めると頻繁に変更は出来ない部分なので、基本的には白やアイボリー、ベージュなど、多くの人が心地よく感じる色、飽きのこない色を選ぶのが良いでしょう。通常、床→壁→天井の順に明るい色にしていくと、お部屋の安定感が生まれ、落ち着いた空間になると言われています。

■メインカラー

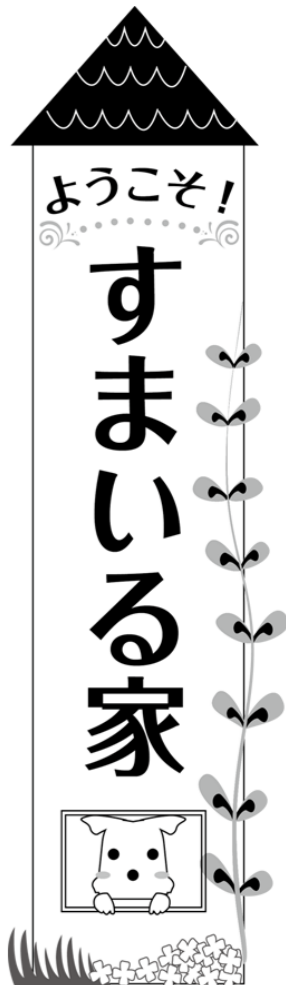
ベースカラーの次に決めるのがメインカラー。家具やカーテンなど、文字通りインテリアの主役になる部分に使う色です。基本的には自分の好きな色を選ぶと良いでしょう。ベースカラーは一般的に無難な色を使う場合が多いので、このメインカラーが部屋の印象を決める色になります。

■アクセントカラー

アクセントカラーは視覚的なポイントとなり空間を引き締める色。具体的には、クッションやアートなどの雑貨や小物などに使われる色です。分量的には少量でも名前の通りアクセントとなる色なので、メリハリが出る様に鮮やかで強い色を選ぶと良いでしょう。アクセントカラーは手軽に変更が出来るので、季節や気分によって替える事で部屋の印象も変わります。

この3種類の色の構成比は、ベースカラーが70%、メインカラーが25%、アクセントカラーが5%というのがバランスの良い配分と言われています。

家具や雑貨を買う時は、単体として好きな色のものを選び、部屋全体のバランスを考えて選ぶことが大切です！自分好みの快適な空間づくりを目指しましょう！



にほんの縁起もの ～サクラ～

盛大に花を咲かせてパツと散る。約一週間で散ってしまう命だからこそ、その潔さが桜の魅力を増し、また来年と桜を想い慕う気持ちも強くなるのでしょう。桜の花が咲いたら、神様が降りてきた印とも言われているとか。日本人にとって桜は愛してやまない花木となっています。

「さくら」の語源

「咲く」に複数の意味する「ら」を加えたものとされ、元来は花が密生する植物全体を指したと言われています。その他にも、『古事記』に登場する、桜の霊でもある「木花咲耶姫(このはなさくやひめ)」の「さくや」として「さくら」になった説や、春に里にやってくる稲(サ)の神が憑依(ひょうい: のりうつること)する座(クラ)だからサクラとする説もあります。

桜の花言葉

精神美、純潔、高尚、優れた美人など。



桜はバラ科

桜はバラ科と知っている人は多いのではないのでしょうか。意外にも、バラ科サクラ属サクラ亜属に分類されるのです。大きく分けると山野に自生する「野生種」と鑑賞を目的に品種改良された「園芸品種」に分けられ、主なものは野生種の「山桜(ヤマザクラ)」と、園芸種の「染井吉野(ソメイヨシノ)」が有名です。

桜の色の効果

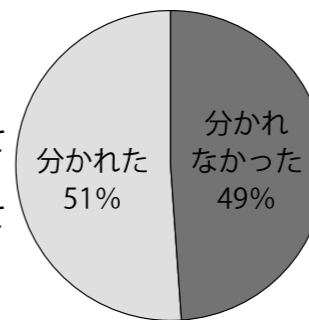
桜の色はご存知のとおりピンク色です。ピンク色にはリラックス効果があり、女性にはホルモンバランスを整え美しさを運んでくれる効果があるとか。

住まいのヒント ～住まい選び 譲れないポイントは?～

住まい選びは一生に何度も無い大きな買い物。同じ家族でも重視したいポイントは違ってきますね。不動産・住宅サイトsuumoが行ったアンケート調査では、住まい選びについて、夫婦間では約半数が「意見が分かれた」という結果になりました。

■夫婦で意見が分かれたか?

夫婦で意見が分かれやすい項目は下表の通りで、1位は「エリア」、2位は「時期」、次いで「予算」となっています。「マイホームを買う」ことには意見が一致していても、具体的にしていけば意見の違いは出てきますね。



夫婦で意見が分かれたものトップ5

1位	どの駅、街にするか
2位	いつ買うか、借りるか
3位	予算
4位	どんな間取りのタイプが良いか
5位	どのくらいの広さが必要か

◆1位…エリア

エリア選びでは、具体的には夫は「通勤時間」、妻は「自分の実家の近く」を重視したいという声が多かったということです。立地は物件価格に直結するので希望エリアの相場がどれくらいかも重要なポイントです。

◆2位…時期

どちらかという「早く買いたい」妻と、「先延ばしにしたい」夫間でもめるケースが多い様です。ただ、欲しい家や土地が見つければ一気に話が進む場合も多い様です。

◆3位…予算

予算でもめがちなのは、良い物件が予算オーバーだった場合。「一生に一度の買い物だから妥協したくない」妻と、「多額なローンを組むから無理はしたくない」夫…という意見の違いが多い様です。

意見が食い違うのは当然のこと。後悔が残らないようお互いの意見を出し合って、しっかりと話し合っ解決していきたいですね。

