



**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

2011  
2012  
2013  
1月

今日は何の日?  
～毎日が記念日～

**家庭用消火器点検の日(1月19日)**

消火器は、一般家庭における最も手軽な初期消火設備です。これを更によく人々に知ってもらい、家庭での点検、火災発生時の使い方などの認識を高めてもらおうと、全国消防機器販売業協会が制定しました。1月19日という日付は、消防への通報電話「119」の1と19を用いたものです。ご家庭の消火器の使用期限は過ぎていませんか? 安心の為の消火器も古い物は危険なものに変わります。この機会に確認してみましょう!

おうちがしあわせ ～注文住宅 トレンド調査～

多くの人にとって一生に一度のマイホーム購入。実際の建築費用はどの位かかっているのでしょうか。

リクルート住まいカンパニーでは、1年以内に注文住宅を建築した人および、今後2年以内の購入を検討している人を対象に調査をした「2012年注文住宅動向・トレンド調査」の結果を発表しました。

◇注文住宅の平均額は2,588万円

1年以内に注文住宅を建てた人の建築費用の平均は2,588万円。最も多かった価格帯は「2000万円～2500万円未満」という結果になっています。

また、頭金の平均額は854万円ですが、最多価格帯は「～250万円未満」、親からの贈与額の平均は333万円となっていますが、最多価格帯は「0円」ということでした。

◇建築のきっかけは?

新築検討者の建築のきっかけは…

- 1位…いつかは一戸建てに住みたいと思っていた
- 2位…消費税が上がる前に建てたいと思った
- 3位…家賃が高い(もったいない)

となっていて、2014年4月以降に予定されている消費税増税が影響している結果になっています。

◇重視条件は「耐震性」

住宅建築者に聞いた住宅建築の重視条件は

- 1位…耐震性に優れている
- 2位…断熱性・気密性に優れている
- 3位…間取り・プランが良い

という順になっています。また、検討者に聞いた重視条件でも、「耐震性が優れている」が突出して多く、東日本大震災後に「耐震性」の重視度が高くなっているようです。



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 1月号

新年明けましておめでとうございます。

本年もお客様の為に精進して参りますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。さて、いきなりですが皆様にお知らせがあります。1月7日より弊社に新しいスタッフが加わりました。名前は船渡川と申します。これからお客様のお宅にもお伺いすることがあると思いますので、宜しくお願い致します。

2013年が皆様にとって、素晴らしい年になりますように、スタッフ一同心よりお祈り申し上げます。



左から、渡辺、木口、横田(社長)、船渡川

新築、建替で、お悩みの方がいらっしゃいましたら、是非、弊社「相互住宅株式会社」をご紹介頂ければ幸いです。ご紹介頂いた方が、ご成約された場合、ご紹介者様に僅かではございますが、お礼をさせていただきます。地元スーパー商品券5万円分を差し上げます。

ニュースレター(住まいる通信)が不要な方はお手数をお掛け致しますが、連絡お願い致します。

目次:

1	1
1	1
2	2
2	2
3	3
3	3
4	4
4	4



美味しい薬ご飯 ～片頭痛～

頭痛の9割以上は生命の危険のない、単なる片頭痛です。血管や神経などに原因がある片頭痛や、肩こりなど筋肉の痛みが原因の緊張型頭痛など様々です。食べ物に即効性はありませんが、必要な栄養を摂取して体調を整えることで、頭痛薬に頼る回数を減らせるかもしれません。

〈しょうが〉

血行をよくするので、冷えや血行不良が原因の頭痛に効果があります。特に皮の部分に薬効があるので、料理などには皮ごと使うとよいでしょう。

〈ほうれん草〉

ビタミンBが頑固な片頭痛の特効薬になります。血圧を下げ、二日酔いを防ぎ、頭痛の予防にはとても効果的です。

〈玉ねぎ〉

玉ねぎに含まれる硫化アリルが、ビタミンB1の吸収を助けてくれるので、筋肉や神経の動きがスムーズになり、筋肉のこわばり等が原因の頭痛に効果的です。

〈味噌〉

味噌に含まれるイソフラボン、抗酸化作用のメラノイジン、血圧調整のオリゴペプチドによって血液の流れをよくし、血管の柔軟性の保持作用により頭痛や不快な症状を和らげてくれます。

【美味しいレシピ】

《玉ねぎの味噌漬け》

◇玉ねぎ…1個 ◇味噌…250グラム

◇お酒…60ミリリットル

①玉ねぎの皮を剥き、みじん切りにして水にさらす。

②味噌と酒を混ぜ合わせ、水を切った玉ねぎを合わせます。

③冷蔵庫に入れて、2～3日漬けたら完成!

「クスリ」はん(リベラル社)より



## 家づくりのワンポイントアドバイス ～2.5世帯って何？～

### これから増える？「2.5世帯同居」

#### 2.5世帯って何？

「2.5世帯同居」という言葉を聞いたことはありますか？2.5世帯同居とは、従来の2世帯でイメージされる親世帯、子世帯に加え、子世帯の兄弟姉妹に当たる単身者を+0.5世帯と考えた同居スタイル。大手住宅メーカーの旭化成ホームズが昨年「2.5世帯住宅」を発表したことで、今注目されている同居スタイルです。

#### 2.5世帯がなぜ注目されているの？

進行する晩婚化・非婚化、離婚率の上昇により、従来の2世帯住宅の親世帯に当たる60代世帯主の家族では、[両親2人と単身の子]で暮らす世帯が増加し、2010年の国勢調査で[夫婦のみ]の世帯を上回ったようです。また、経済的な問題や育児の問題から、多世代同居にメリットを見出す共働きの子世帯も増えています。こうした家族構成の変化に合わせて生まれたのが「2.5世帯同居」という考え方で、世帯別の独立性が高ければ、経済面などからも満足度が高くなるということです。

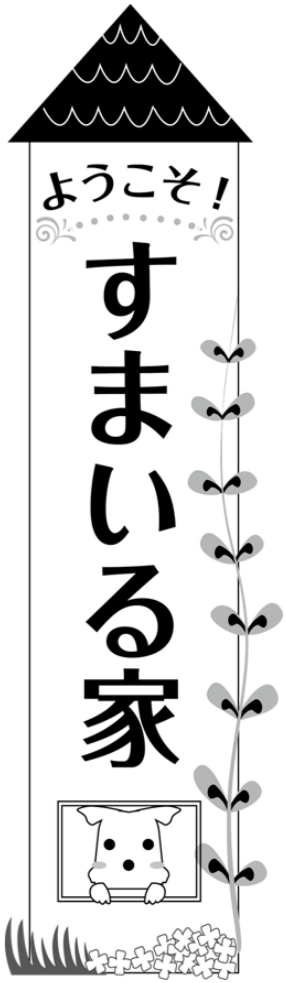
#### 実際の2.5世帯同居はこんな傾向

旭化成ホームズの調査によると、2.5世帯の実態はこのような傾向があるそうです。

- ◇息子夫婦+親世帯+女性単身(息子の姉妹)という組合せが多い
- ◇親世帯には以前から単身の子が同居しているケースが多く、別居して賃貸に住んでいた子世帯が加わって2.5世帯になるケースが多い
- ◇2.5世帯同居では、玄関が別々の独立二世帯住宅が多く、夕食を世帯で別にとるなど暮らしの独立性も高い
- ◇間取りはキッチンが2つの二世帯住宅で、同居シングルの個室は親世帯の玄関近くという傾向に (SUUMOジャーナルより)

子世帯から見ても、経済的負担の軽減や子育てに対する支援など、メリットを感じる人が多いという「2.5世帯同居」。これからますます注目されそうですね。

通常の二世帯同居では、親世帯vs子世帯の対立関係になりがちでしたが、家族構成が多様化する事でコミュニケーションが円滑になるという側面もあるそうです。



## にほんの縁起もの ～凧～

凧は伝統的な日本の縁起もの。竹や木を骨にして紙または布、ビニールなどを張り風力を利用して糸で引き、空に掲げる遊び道具です。糸でうまく凧を操り、どれだけ長く糸を出したかで飛距離を競ったりもします。凧あげは日本だけでなく世界的に行われている遊びです。

#### ■凧の歴史

江戸時代の凧揚げは、子供の遊びではなく、風を受けて勢いよく高く揚がる様子から、商売繁盛や福を招く象徴とされていました。大きさや美しさを競って流行りすぎ、禁止令も出たとか。日本各地では、何かを祈願する為に凧を揚げるさまざまな習慣が残っています。また、ただ空に高く揚げるだけでなく、風に鳴り響かせてうならせたり、他の凧にからみつけて糸を切ってしまう「けんか凧」まで、さまざまな遊び方が現れました。



#### ■お正月の風物詩としての凧

昔から「立春の季に空に向くは養生のひとつ」と言われたことから、立春に凧あげをするようになりました。昔は暦が旧暦で、立春から新年となったので、ここからお正月の遊びとして定着したのです。

#### ■凧の呼び方

凧の呼び方も地方によって異なり、東京では「たこ」、関西では「いか」、長崎では「はた」、東北では「てんぐばた」、群馬や長野では「たか」、中国地方では「たつ」と言われます。

## 住まいのヒント ～ウォームビスをしよう～

寒さが一段と厳しくなり、体調を崩したり、風邪をひきやすい季節になってきました。寒い冬は、エアコンやストーブ、コタツなどにお世話になる機会が多くなります。でも、これらを意識せずに使っていると暖房費が気になってきますね。冬だからこそ、節約しながら、エコな防寒をしましょう。



#### ■カーテンの利用

カーテンは冷たい風の侵入を防ぎます。日中は太陽の熱を取り入れ、夜間は厚めのカーテンを閉めて保温効果を高めましょう。また、カーテンは窓の長さより長めに(床プラス15cmくらい)がよいでしょう。暖色系の色にすると部屋全体の雰囲気も暖かくなります。

#### ■お風呂にゆっくり浸かる

ゆっくり湯船につかって、身体の芯まで温まりましょう。特に半身浴は、丁度いい温度のお湯に長時間入ることによって、深部体温を上げることができます。さらに眠りやすくなるという効果もあるので、お風呂に入ることはとても大切なのです。

#### ■身体を動かす

ストレッチやウォーキングなどの運動は、血行を促進し新陳代謝を高めてくれるので、冷えを防ぎ体を温めてくれます。運動をする際は、水分補給をしっかり行い、防寒・保温対策をしてから身体を動かしましょう。また、運動後は汗をかいた服をそのまま長時間着用しないように注意してください。

#### ★ウォームビスとは？

ウォームビスとは、暖房に必要なエネルギー使用量を削減することによって、CO2発生を削減し、地球温暖化を防止することを目的とする、環境省が推進するキャンペーンです。

#### ■重ね着で上手に体温調節

インナーウェアは必須アイテムです。保温性や発熱効果がある機能性素材を用いた服を身につけましょう。また、「首・手首・足首」の3つの「首」を温めると体感温度が5℃上がると言われています。手袋やマフラー、靴下やレッグウォーマー等の小物を上手に使いましょう。