

■「ワクワク健康通信」は弊社とお客様を結ぶ月刊ニュースレターです。「安くていい家をつくる会」城東エリア担当  
興味深い話題や実用的な情報を満載し無料でお届けしています。  
発行は毎月発行予定です。どうぞご覧ください。  
ミッション:絶対に後悔しない住まい創りをお手伝い

## ワクワク健康通信

第 140 号 平成 28 年 2 月

「安くていい家をつくる会」城東エリア担当  
NPO 住宅産業推進協議会・墨田住宅センター  
発行元: アイホームズ / (株) 五十嵐繁勝工務店  
発行人: 磯貝 暢子  
〒131-0041 墨田区八広 5-25-4  
電話 3613-2834 FAX 3613-6149  
ホームページ <http://www.igarasi.com>  
『アイホームズ』をクリック!!  
お客様専用フリーダイヤル 0120-647-147

みなさま、こんにちは。  
五十嵐です。

今回は、住宅業界で最も読まれている新聞『新建ハウジング』に、  
面白い記事があったのでご紹介します。

あなただったら、家を建てる時に、次の考え方の中からどれを選びますか？

- ① 生活の楽しみを優先するので住宅ローンは最小限に抑える。
- ② ある程度のレベルであれば価格の安い住宅で十分。
- ③ 将来を考え、多少高いローンを払ってでも価値の高い家に住む。

これらのことは、家づくりを目指す人であれば必ず考え、そして悩むところですね。  
新建ハウジングの結果では、

① 42%    ② 37%    ③ 12%    でした。

特に、30代の方は②が48%、40代でも②が43%と、若い世代では、いわゆるローコスト住宅で  
十分と回答しています。若い世代は、長期ローンが組みやすいのですがローンを支払い続けるという  
ことをかなり慎重に考えているということが、この結果から見受けられます。

50代以上では、ローコスト住宅はあまり受け入れられない傾向があります。

この年齢になると、貯蓄も多いので、価値の高い家が欲しいが、自己資金があるので住宅ローンは  
少なくする、という考えが多いようです。

中には、ローンを抑えて価値の高い家を中古住宅に求める人も増えているようです。

あなたの考え方はどうでしょうか？



土地探しから応援します！  
あなたの価値ある家づくり  
スーパーアドバイザー  
一級建築士 / 宅建取引士  
代表 / 五十嵐 照勝

こんにちは。長谷川です。

2月3日は節分ですね。ついこの間お正月を迎えたばかりなのに…早いですね～(>\_<) 節分に豆を蒔くことで鬼(邪気)を払い、福を呼んで年の数のお豆を食べると一年健康に過ごせると言われています。これは中国の習俗が伝わったものだそうです。

- ・蒔く豆は「炒った豆」を使用する
  - ・掛け声をかけながら豆を蒔く
  - ・豆を蒔くのは、本来主人あるいはその年の干支生まれの人
  - ・まかれた豆を自分の数え年分だけ食べる
- だそうです(^\_^)/



超明るいお客様サポーター  
長谷川有美です♪



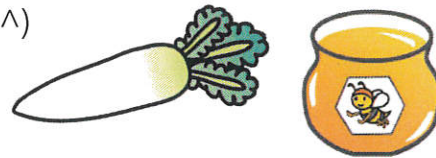
## ～寒い季節のお悩みに! 野菜の効果あれこれ～

### ● のどの痛みにハチミツだいこん汁

ハチミツないのブドウ糖が酸化した「グルコン酸」には抗酸化作用があり、のどの炎症を抑える働きがあります。また、だいこんの辛味のもとである「アリル化合物」にも、同じように鎮痛消炎作用があるので、両方を一緒に摂れば、のどの炎症をダブルで和らげることができるんです!

#### 【ハチミツだいこん汁の作り方】

だいこんをさいの目に切り、フタ付きの容器にハチミツとともに入れ、冷蔵庫で一晩おきます。その上澄み液を少しずつ飲むといいですよ(^^)



### ● 冷え性対策にしょうが風呂

しょうがは「冷え改善」「ダイエット」「アンチエイジング」にとっても効果的と言われています。このしょうがを食べるのではなく、お風呂に入れてみましょう!

#### 【しょうが風呂の作り方】

大き目のしょうがを1つすりおろして、木綿の袋に入れます。口をしぼったら、湯船に入れるだけ。この湯船にゆっくりと浸かれば体の芯から温まりますよ～! 足湯に入れても効果アップです♪



### ● 乾燥対策におすすめのにんじん

にんじんには「カラダの乾燥を防いでくれる働き」があり、ドライアイの予防にも効果的! また、にんじんの栄養素である「カロテン」は、体内に入ると「ビタミンA」に変化し、免疫力を高めてくれます。

にんじんのカロテンは油と合わせると吸収力がよりアップするので、美味しく賢く、毎日の料理に活用したいですね(^^)/



## 【水廻りのカラーコーディネート】

カラーコーディネートは、心地よい住まいの基本です。

今回は、特に水廻りのカラーコーディネートについて考えてみましょう。

まずは、カラーの基本から…

色の種類は、①暖かさを感じる暖色（赤・オレンジ・黄色など）②寒さを感じる寒色（青・青緑など）

③どちらも感じない中間色の大きく3つに分類されます。

もちろん好みもありますが、水廻りは暖色系を使うのがオススメです（\*^^）

### 【浴室】

寒色系と暖色系では、体感温度が3～4度も違うといわれています。

ブルー系のタイルは、見た目は爽やかでキレイですが、冬場は寒々しく感じます。

ベージュやクリームイエロー、ピンクなどのパステル系を使うとやさしく暖かい空間に。



### 【洗面・トイレ】

こちら寒色系を使うと、冷たいイメージが不快感となりがち。ベージュやコーラルピンクでまとめると、心が落ち着きます。狭い空間では、明るめのカラーを使うと圧迫感を軽減できますよ。



### 【キッチン・ダイニング】

家族が楽しく食事ができて、食べ物がおいしく見えることが大切です。

クロスやカーテンに赤やオレンジなどの暖色系を配して壁に反射させ、部屋全体を暖色系に見せると効果的！

明るく暖かい雰囲気は食欲増進にもつながりますよね。また、キッチンと色のトーンを合わせることも重要。

照明には電球色のあかりを使うと、赤系統の色が際立ちますよ。



季節によってカラーコーディネートを変えてみるのもインテリアの楽しみのひとつ。

冬場は暖色系を使って、夏になったらカーテンや小物を涼しげな寒色系に変えるのもいいですね（^^）

皆さまこんにちは。磯貝です（^^）

2月と言えば、節分、立春、建国記念日、そしてバレンタインデー♥ですね！

バレンタインデーの「バレンタイン」とは、キリスト教司祭の名前だということをご存知でしたか？そのバレンタインの命日なんですって。

3世紀ローマで戦争により結婚を禁じられた若者たちを哀れに思い、バレンタインは、こっそり結婚させていたのです。そのことが皇帝にバレてしまい、西暦269年2月14日に処刑されてしまったそうです（>\_<）

そして1958年に某チョコレート業者が、バレンタインデーにキャンペーンを行ったことがきっかけとなり、日本では女性が男性にチョコレートを渡すという習慣ができたそうです。

今一度本来の意味を意識して、性別に関係なく大切な人に感謝の気持ちを伝えてみたりプレゼントを贈ってみるのもいいかもしれませんね♥



インテリアコーディネーター  
カラーコーディネーター  
住宅ローンアドバイザー  
磯貝 帽子より

# 『現場見学会』のお知らせ

OB様もぜひ遊びに来てくださいね!

2月6日(土)・7日(日) 墨田区にて「現場見学会」を開催致します。

開催場所：墨田区押上3-11-12

開催日時：平成28年2月6日(土)・7日(日) 午前11時00分～午後4時00分まで(雨天決行)

事前予約をされる方♪・・・メールの方は info@igarasi.com

電話の方は、24時間365日 通話料無料のフリーダイヤル 0120-647-147

FAXの方は、①住所 ②電話番号 ③参加人数を明記の上 3613-6149 (担当 磯貝 / 長谷川まで♪)



木造3階建て店舗併用住宅です。  
1階がクリーニング店舗で2階、3階が  
居住スペースになっています。  
施工中の構造をじっくりとご覧下さい。



大工の石鍋です。  
ひとつひとつ丁寧に  
真心こめて造らせて  
いただいています!



私が監督の金子です。  
皆さまのお越しを  
お待ちしております♪



住宅ローンアドバイザーの長谷川です



インテリアデザイナーの磯貝です



家づくりアドバイザーの中原です

スタッフ一同、皆様のお越しを笑顔でお待ちしております♪



社名：アイホームズ/(株)五十嵐繁勝工務店  
住所：〒131-0041 墨田区八広5-25-4  
☎：※予約受付は 0120-934-147  
TEL：03-3613-2834  
FAX：03-3613-6149  
HP：http://www.igarasi.com E-mail：info@igarasi.com

現場レポート  
担当 磯貝 暢子

