

■「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

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

ワクワク健康通信

第 145 号 平成 28 年 7 月

みなさま、こんにちは。
五十嵐です。

梅雨ですね!

どんよりして、雨が降ったり降らなかったり…。
降るならちゃんと降ってくれればいいのに ^^;

こんな時期でも、2週間に一度はゴルフに行っています♪
日々、仕事仕事であまり体を動かす機会がない私ですが、
プロのゴルフツアーがあれば、夜中でも起きて朝方まで観ているほどのゴルフ好きです。
自分のスコアは横に置いておいて(笑)、プロのフォームをシミュレーションしながら、
広々とした芝の上でするスポーツは気持ちの良いものです。
ひとときですが、仕事から離れ、スポーツに打ち込める時間を持てるということは
私にとっての息抜きでもあります。

あと、週に1、2回は近くのスポーツクラブで泳いでいます!
誰ですか?泳いでいる姿は想像できないなんて言っている人は(笑)
メタボ街道まっしぐらに歯止めをかけられるかと期待しているのですが…
まあ、何事も継続が大事ですよ。4年も続けているのですが…(´;ω;`)

こんな時期だからこそ、家の中に閉じこもっていないで外に出てみませんか?
梅雨が終わると、私の苦手な夏がやってきます(>_<)

そこで、今年の夏は7月8月と、3回に渡って「家づくり無料勉強会」を開催致します!
それぞれのエリアのホールや会館をお借りして、涼しい冷房の効いた部屋で、
暑く(熱く)語りますので、まだご来場されていらっしゃる方は是非足を運んでみて下さい。

★熊本地震でも安心安全だった、地盤から免震にってしまう工法もご紹介します!!
今回から標準仕様にしておりますので、これから家づくりを考えている方には必見です!!



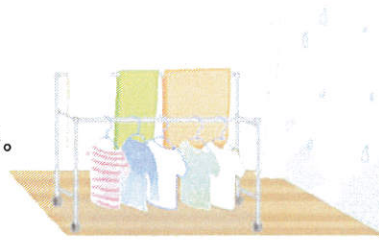
土地探しから応援します!
あなたの価値ある家づくり
スーパーアドバイザー
一級建築士/宅建取引士
代表/五十嵐 照勝

こんにちは。長谷川です。

皆さま、いかがお過ごしですか？

梅雨のイヤなこの時期、洗濯物が乾かなくてイヤですよね。

そこで、簡単な裏ワザをご紹介します！



超明るいお客様サポーター
長谷川 有美です♪

◆ こまめに選択する(一度に大量の洗濯物を干すとなかなか乾かない)

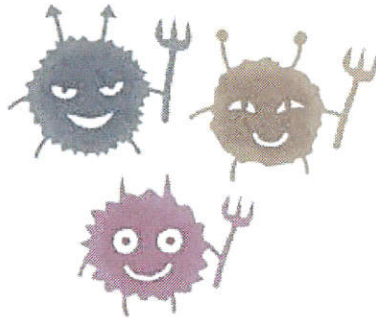
◆ 最後にもう一度脱水をかける(極力水分をとりましょう)

◆ 干すときには裏返しに!(乾くのが早くなります)

◆ 換気をしてお風呂場に干す

など、毎日の事なので大変ですが、頑張って梅雨の時期を乗り切りましょうね!

～ダニを徹底退治～



1.ダニが大好きな布団や枕・・・

寝具類のダニ対策は、マメに日干しすることです。そのまま干しても良いですが、市販の布団干し袋など、黒い袋に入れて干すと、内部が高温になりより効果的です。

干した後は、掃除機をかけてダニの死骸を吸い取りましょう。梅雨の時期など、しばらく布団が干せない時は、布団乾燥機がおすすめです。

2.畳とカーペットの組み合わせは最悪です!

畳とカーペット、どちらも吸水性があり、湿気だけでなく、隠れる場所もたくさんできるので、ダニにとってこの上なく快適で住みやすい環境を作ることになってしまうので、絶対に避けましょう。

3.洗濯物の室内干しは×!

濡れた洗濯物が部屋の湿度を上げて、畳やカーペットの水分を増やしダニが繁殖しやすくなります。どうしても室内に干さなければならない場合は、カーペット敷きの部屋や和室を避けて、浴室やフローリングの部屋に干すようにしましょうね。

4.加湿器は長時間使わない!

湿度の低い冬はダニが減る時期。ところが、冬場に暖房&加湿器を長時間使っていると、ダニは減るどころか翌年の夏場に大繁殖することにもなりかねません。

加湿のし過ぎにはくれぐれもご注意を!

5.湿度は55%以下に保つ!

カラッと晴れた日は、積極的に換気をし、部屋の風通しを良くしましょう。

湿度を55%以下に保つことが、ダニの最大の予防法です。

湿度計があると、効果的に換気や除湿ができるので便利ですよ♪

皆さまこんにちは、職員です。

ジメジメとしたこの時期、活発な活動を開始するのが食中毒菌なんです！

食中毒になってから後悔しないために、「食中毒から身を守るための8か条」を実践して予防しましょう★

- ① 手洗いの徹底を！（石けんをよく泡立てて両手の指と指の間までしっかり洗ってね）
- ② 菌を増やさない（食品は冷蔵庫で保存を。でも詰め過ぎは禁物。容量の70%以内がベスト！）
- ③ 買い物は信頼できるお店で（食品がきちんと管理されているかをチェック！）
- ④ しっかりと下準備を（汚染された食品に触れた手で他の食品に触るだけで二次感染につながることも。布巾やタオルは清潔に保ち、まな板や包丁はその都度洗ってね）
- ⑤ 加熱調理の基本（食品の中央部の温度が75℃の状態です1分以上。卵は調理の直前に割り、揚げ物は中まで火が通るように低めの温度からじっくり揚げのように）
- ⑥ 残り物の保存法（残り物は小分けにして冷蔵庫で保存。容器に移すときは、新しいスプーンを使いしっかり空気を抜いて、再加熱は75℃以上が目安です）
- ⑦ 料理は室温に放置しない（食卓に出したものは2時間以上室温に放置せず、冷めたらすぐに冷蔵庫へ）
- ⑧ 食器は下洗いを（予備洗いで表面の汚れを落としてから洗剤液につけるときれいに落ちますよ！）



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
職員 楊子より

【古い冷蔵庫…使い続ける？ VS 買い替える？】

冷蔵庫の寿命はどのくらいだと思いますか？

メーカーや機能にもよりますが、ほとんどが8～9年くらいだと言われています。

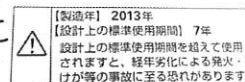
昔に比べ、家電製品の寿命は短くなってきています。

寿命を把握しておけば、買い替え時期の目安にもなりますよね。

商品には【設計上の標準仕様期間】と【補修用性能部品の最低保有期間】が決まっています。

保有期間内に壊れた場合は、部品を取り換えるだけで直すこともあります。保有期間外だと部品がなかなか手に入らなくなってしまいます(>_<)

修理に時間と手間がかかってしまう分、買い替えた方がお得な場合もあるということですね。



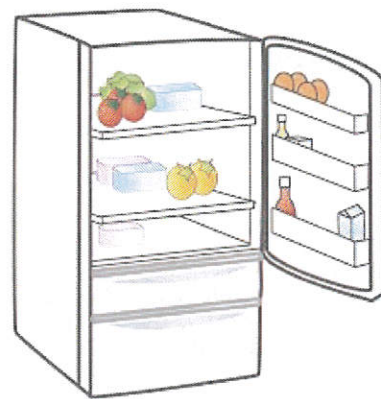
その他、使いづらくなった、開け閉めがスムーズにできなくなった、冷えが弱まってきたなど、さまざまな不具合が起きてきたときが買い替えのタイミングです。

冷蔵庫の電気代が、一般家庭の中で最も多いことをご存知ですか？

最近の冷蔵庫は省エネが進み、10年前と比べると、消費電力は約72%も減少しています。

10年前には年間約16,000円だった電気代が、最近のものでは約4,000円に！

冷蔵庫の買い替えによって年間12,000円の電気代が節約できる計算です。



買い替えを検討する目安として、10年以上前の冷蔵庫を使用している場合は、

使い勝手はもちろん、省エネ性能の高いものを選びましょう。

あと意外ですが、300Lほどの小容量タイプより400～500Lの大容量タイプの方が、

省エネ性能が高く、電気代は安く抑えられる傾向にあります。



◆ 不具合が気になる時期こそ買い替えのタイミング

◆ 家族構成で冷蔵庫の容量を選ぶ…1人暮らし、新婚、二世帯など、家族構成を考慮して決めてね♥

◆ 冷蔵庫の性能をチェック…自動で節電してくれる/ニオイや菌を取り除いてくれる/野菜が傷む原因の物質を分解してくれる/解凍せずですぐ料理に使える瞬冷凍機能など…

◆ 省エネ性能が高いものを選ぶ

◆ メーカーや家電量販店に下取りとして回収してもらおうか、メーカーに直接連絡して回収することも。

（まだ使えそうな冷蔵庫なら、処分せずに『売る』方法もあります。）

『家づくり無料勉強会』のお知らせ

7月16日(土) 葛飾区にて『無料勉強会』を開催致します。

開催場所：かつしかシンフォニーヒルズ(別館4F ラベンダー)

葛飾区立石6-33-1

開催日時：平成28年7月16日(土) 午後1時20分～午後4時30分まで
(午後1時00分～受付)

事前予約をされる方♪

電話の方は、24時間365日 通話料無料のフリーダイヤル0120-934-147まで。

FAXの方は、①住所 ②電話番号 ③参加人数を明記の上、3613-6149まで。

※プロのベビーシッターが在籍しておりますので、お子様連れでも安心です。

大地震でもびくともしない免震工法とは？
家づくりは何から始めたらいいの？
無理のない予算で家を手に入れるためには？
土地選び・業者選びで失敗しない方法とは？



家づくりの疑問は
私が全て解決します！



第二部講師の磯貝です。
お金の不安を少しでも
取り除いて頂けるように
頑張ります♪



私在家づくりアドバイザーの
中原です。第三部の講義を
担当します。目からうろこ
の情報が満載です！
是非ご家族でご参加下さい♪



4F ラベンダーのお部屋です。



くつろげる休憩場もございます。



プロのベビーシッターがおりますので
安心してお子様をお預けください。



司会担当の長谷川です。



音響担当の寺本です。



お客様担当の土谷です。



初参加！免震のプロの吉井です。

あなたの家づくりの疑問や不安を少しでも解決して頂けたら…
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

現場リポート
担当 磯貝 暢子

