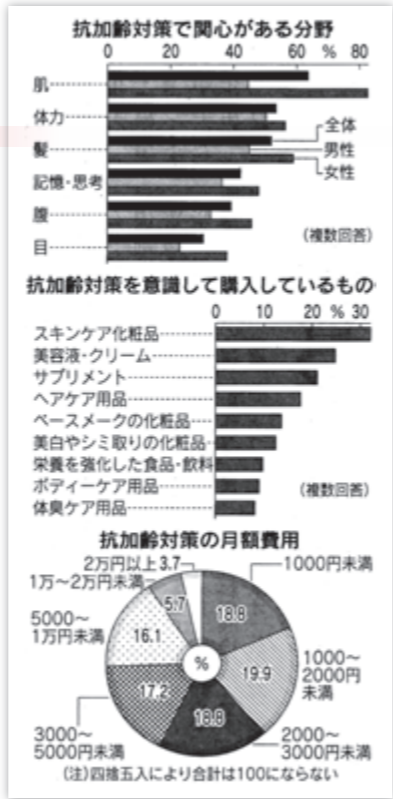


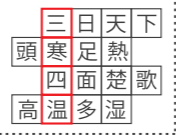
やっぱり「若く」見られたい!

団塊世代の高齢化が進んでいますね。いくら歳を重ねても「若く見られたい」のは女性の本心。でも男も実は「若く見られたい」と思っているようです。ではあなたは①「どんなところを若く見られたい」、②「どんな若さ対策を取っているの」、そして③「お金はどれだけかけているの」について、ちょっと人と比べてみましょう。

右のデータは日経M J新聞のインターネット調査から。全国の20～60代の男女1000人の回答です。実年齢よりも「若く見られたい」人が全体の65%。女性に限れば約80%とか。「いくらお金を」という点では、平均で月額4510円、40代の女性が6000円と最も高かったそうです。



中面右ページ「発想カテスト」の答え上から順に
「三日天下」「頭寒足熱」「四面楚歌」「高温多湿」



7月のお得情報

LIXIL協賛キャンペーン 7月末まで!

“リシェル”キャンペーン!!



システムキッチン<リシェル>を
ご購入いただいたお客様全員に、人気のオプション
「食器洗い乾燥機」または「ラクリーンフード」
のいずれかをプレゼント!!
是非この機会をお見逃しなく!!

“サティス”キャンペーン!!



お風呂・トイレ・洗面
をリニューアルしたいお客様全員に
ご購入いただいたお客様全員に
下記商品3点から
いずれかをプレゼント!!

食器洗い乾燥機

食器収納点数 40点 (約5人分)

●除菌ミスト洗浄 ●ゆとりコース
●低温洗浄 ●乾燥キープ
●予約タイマー ●新・スマートカゴ
●ソフト排気 ●水漏れガード

NP45VS5S1G 定価 ¥158,000-

レンジフード ラクリーンフード

本体カラー シルバー または ホワイト

W900 タイプ 定価 ¥184,000-
W750 タイプ 定価 ¥164,000-

1 L型棚すり 定価 ¥20,600-

2 プラズマクラスターイオン発生機 (車載タイプ)

3 エコカラットデザインパッケージ 1㎡分

*対象商品についての詳細は、お問い合わせ下さい。ショールームまでご案内致します。

▼お問い合わせは

より良い住環境の創造
SINCE 1947 **共和木材工業株式会社**
一級建築士事務所
本社 大津市下阪本1丁目43-15
グリーンヒル営業所
営業所 草津市若草6丁目8-6

製材 新建材 住宅設備機器販売
新築・増改築・各種リフォーム 設計・施工
TEL077-578-0076
TEL077-562-8540



見積り・点検は無料!
お気軽にお申し付け
ください!

kyowanoie で 検索

MONOWO TAISETUNI SIYOU SINBUN

を大切にしよう新聞

2012.7

その心は、大量生産、大量消費、大量破棄社会からのGood Bye!
あり余っているから、すぐお金で買えるから、いつでもどこにでも捨てられるから。
そんな社会と暮らしが、本当に望んだものなのか、快適なのか。
これからはまず疑おう。それには、きちんとして、わかりやすく一流の物差しがいる。
その物差しは、風土と季節、文化的、伝統的がいい。
みんなに共通で、しかも変わることがないから。日本人なら毎日の生活の中で使いこなせるから。

暮らしに花をさかせましょ

マンスリーいけばな Life with Flowers



7月の彩り ひまわり

花言葉は
「光輝」
「熱愛」
「あこがれ」

通りすがりの花屋さんで見つけた季節の彩り。
街のショーウィンドーに、オフィス街のカフェで、
いつもの場所に、さり気なく花がしつらえてある。

やっぱり、きれい。

だからおうちにも、わたしなりに。
小さなお花とかわいい器で、簡単チャレンジ。

7月の彩りなら ひまわり

すがすがしい夏の朝、ちょっと「ひまわり」を眺めてから気分も上々にお出かけ。
その「ひまわり」ですがゴッホが愛したように、真夏の夜空に向けて大きな黄色い花を咲かせるイメージを思い浮かべられる方が多いと思いますが、今では品種改良がたいへん進み、鉢植え用の背の低いもの、美しい八重咲きのもの、そしてなんとチョコレート色のものまでが手に入るようになってきました。

ひまわりといえば

「ひまわり」という和名の由来は、太陽の動きにつれてその方向を追うように花が回るといわれたことから。ただしこの動きは生長に伴うもので、実際に太陽を追って動くのは生長が盛んな若い時期だけだそうです。
暮らしの中でもっと親しい「ひまわり」と言えば、リノール酸やビタミンEを多く含むサラダ油ですね。

生け方ポイント

切り花にすると水揚げがよくないため葉は直ぐにしおれてしまいます。葉はアレンジする前に取っておくほうが良いでしょう。そうすると緑がなくなりますので他の葉(ドラセナ、アスパラ、ルスカス、レザファン、ルトジ等)を添えて、ひまわりの黄色が冴えるようにしてください。
今回は「鳴子百合」を添えてみました。



家族とおなじようになが〜いおつきあい、それが住まいです。
建てる時はもちろん、建てた後、幸せに暮らせる丈夫で長持ちな家って、なにを目安にすればいいの？



「だったら、住宅性能。それってなあに？」

住まいの良し悪しは判断しにくいものですね。

デザインとか見栄えから使い勝手や断熱性とか耐震性とか。

イマイチ分かりにくい「住宅の価値」について「住宅性能」という基準で考えてみたいと思います。

「光・視環境(窓の面積)」

住宅はそこで暮らす人達の安らぎの場であり生活する場所でもあります。

天気のよい休日にのんびりと過ごしたり家族とのコミュニケーションを育んだり。また日常の家事をスムーズに行うことや毎日食事。はたまた子ども達は宿題をしたり遊んだり、お父さんは持ち帰った仕事をしたりと様々なニーズに応えられる必要があります。

このような生活するうえでの様々な作業には十分な明るさが必要です。もちろん照明器具で得られる明るさもあるのですが太陽からの採光を望むは日本人の本能なのかも知れません。

さらに室内に爽やかな風を導き快適に過ごすことや、庭や近隣の借景で安らぎや開放感を享受したいと思うことも日常生活を豊かなものにするためには必要なことでしょう。

これら窓に関する大きさや方角の評価基準がこの規定です。

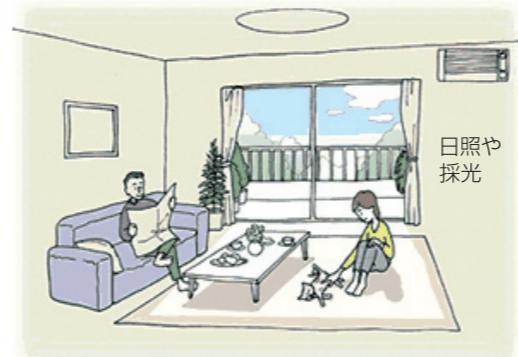
主に次の2つの項目について評価しています。

1 単純開口率: 窓面積の床面積に対する割合(%)

2 方位別開口比: 窓面積の方位別の比率(%以上)

この場合の「窓面積」には開閉できない「はめ殺し窓」の面積も入ります。また床面積はその窓が設置してある部屋の面積です。

方位とは東西南北の4つの方位に真上(天窗)も含んだ方位を評価します。必ずしも真北や真南や真上を向いている必要はなく、45度の範囲で向いていればその方向とみなしています。



「一般社団法人住宅性能評価・表示協会」HPより
<http://www.hyokakyokai.or.jp/>

項目	結果	
7 光・視環境に関すること	7-1 単純開口率	居室の外壁又は屋根に設けられた開口部の面積の床面積に対する割合の大きさ 単純開口率:[%以上]
	7-2 方位別開口比	居室の外壁又は屋根に設けられた開口部の面積の各方位毎の比率の大きさ 北[%以上] 東[%以上] 南[%以上] 西[%以上] 真上[%以上]

※開口部とは窓やドアのことを言います。

基本的には大きくて開放的な窓がいいのですが、地震の時の耐震性や暑さ寒さを遮る断熱性、外部騒音の遮音性、プライバシー保護といった観点で適正な大きさの窓を考える必要がでてきます。

必ずしも開口率が高い(広くて沢山の窓を設置)住宅が性能が良いとは言いきれませんので、これらに配慮しながら窓の設置は考えたいものです。

こもだるさんの子育て日記



こもだる(狐樽)とは薫(わら)の狐(こも)でくるんだ酒樽のこと。
お酒を愛しすぎて自分のあだ名にしてみました。

学童クラブ

超未熟児 **835**グラム
で誕生した美優。



学校が終わると『学童クラブ』でお世話になっています。
共働き家庭の子どもたちにとっては第2の学校のようなところですよ。

学童には、おもちゃや、本、トランポリン、卓球台なんかもあって子どもたちは自由気ままに時間を過ごしています。



おやつも出ますよ

そして、帰りは自宅の前まで安全パトロールのおじさんが送って来てくれます。



と、大変ありがたいのですが…
何回注意しても、ぜーったいに宿題を終わらせてきません！



わかっちゃいるけど誘惑にはなかなか勝てないようです。サボった分は必ず自分に返ってくる。がんばったことは必ず実になる。これもまた、いい勉強です。

「青汁」もいいけど
元気と若さを保つなら
おいしい「ジュース」は
もっとうい。



Q ジュースって、どこが体にいいの？

A このレシピの著者Dr.白澤先生によりますと、次の4つの効果が。①生の「酵素」がとれる②野菜の皮や葉もまるごととれる③朝飲むと代謝が上昇する④週3回以上飲むと認知症予防に。
しかもジュースなら短時間で簡単につくれることもメリットですね。

これから効果発揮、朝にぴったり「夏バテ回復」なら。

「きゅうり&パイナップルのジュース」(ミキサー)

材料(1人分) ●きゅうり(2/3本70g)
●パイナップル(正味70g) ●水(70cc)

作り方

- ①きゅうりは皮付きのまま、ひと口大に切ります。
- ②パイナップルは皮をむいて、ひと口大に切ります。
- ③きゅうりとパイナップルと水をミキサーにかけます。

きゅうりに含まれるカリウムは余分な塩分を排出し血圧を安定に。パイナップルの酸味、クエン酸には疲労回復と食欲増進の働きが。

(「健康ジュース」:角川SSムック参照)

ストレスなんかで「うつ」にならないために。
「うつ」の方から逃げ出す暮らしの1コマ。



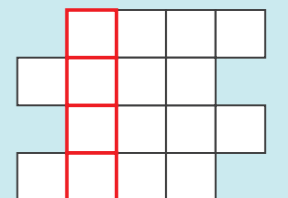
気がふさいだり、減入ったら、「ネイチャー・タッチ」!

手頃なところでは、近所の植え込みの葉っぱ、公園に咲いている花みら、街路樹の幹とか。ふきたら大地にそのまま植わっているものがベター。

発想力テストですが、「あなた、これ、わかる〜」
ご夫婦の会話の糸口に、おひとつどうぞ。



太枠に「四字熟語」が縦にできるように、下の4つの四字熟語を横向きにはめ込んで、一つの「四字熟語」を完成させてください。(ヒント:数字にご注目)



「高温多湿」「頭寒足熱」「三日天下」「四面楚歌」

(答えは裏面に)