News Letter 2021年3月号

日影工務店
〒930-2233
富山市布目3315
TEL：050-1404-9376

富山市　E様邸

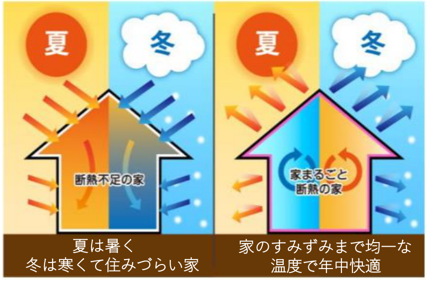
ご家族そろってご参加いただき無事に地鎮祭を執り行いました。
豊かな暮らしができるように。ご家族に幸せがたくさん訪れますように。工事が安全に進みますように。という思いを込めてお参りいたしました。同時に、ご近所へのご挨拶も行いましたよ！
キッチンや風呂、外壁の色などの打ち合わせも順調に進んでおり、2月末頃に上棟を行う予定です。

はじめての家づくり　～住宅性能編～

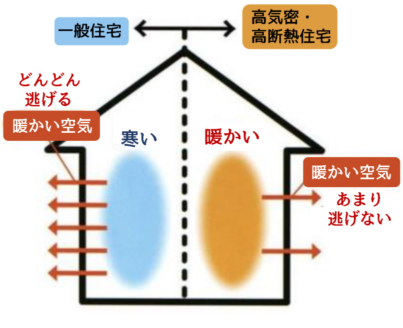
こんにちは！
断熱と高気密についてのお話しです！

家の断熱について

夏は涼しく、冬は暖かく快適に生活するために家の外周部分は「断熱材」で包まれています。
外壁と屋根、床下などに断熱材が入っていて、家の中を夏の暑さや冬の寒さから守ってくれています。



高気密な家について



家の気密とは、「空気がどれだけ外に漏れないか」ということです。気密の悪い家は断熱材の性能が活かされず、外の寒い外気がどんどん家に入ってきて、反対に家の中の暖めた空気は出て行ってしまいます。
一度暖めた空気が外に漏れない高気密の家が、断熱材の性能を最大限に発揮することができます。

**「断熱」と「高気密」についての
知識をつけて家づくりに役立てましょう**

イベント情報

2/27･28に「後悔しないための家づくりセミナー」を開催しました。
ご参加いただいたお客様、お忙しい中足を運んでいただいてありがとうございました。
今回の家づくりセミナーでは、家づくりの正しい流れや無理のない資金計画や家の性能のことについてお話させていただきました。

日影工務店では一人でも多くの方に
後悔のない家づくりをしてもらいたい！！
そんな思いからセミナーを開催しています。
どんな家がいいのかわからない･･･。
何から始めたら良いのかわからない･･･。など
家づくりに関する不安をお持ちの方はぜひ、
お気軽にご参加くださいね！

今回セミナーに参加されたO様ご家族の声

丁度、家づくりを他社で計画しているときに、このセミナーを知り参加しました。
今までハウスメーカーの営業さんに言われるがままの家づくりをしてしまっていたことに気が付くことができて本当によかったです。

ご好評により
次回3/27･28も開催いたします。

March,2021

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27 家づくりセミナー
28 家づくりセミナー	29	30	31	イベントの日以外でも家づくりやリフォームのご相談が可能です。		

お問い合せ先　050-1404-9376

ハーブティでリラックス　**Tea Time**

血行をよくしてアンチエイジング

肉料理に使われることも多く、欧米ではとてもポピュラーなハーブ。ローズマリーは「若返りのハーブ」と呼ばれ、血行をよくし、細胞を活性化するはたらきがあるため、アンチエイジング効果が期待できます。スパイシーな香りとさわやかな味が特徴ですが、飲みにくい場合は、紅茶などとブレンドすればOK。
集中力を高めたいときは、ミント類やレモングラスとのブレンドがおすすめ。

さわやかなハーブティ
ローズマリーティー

カラダにいい水を知ろう　～水と健康生活～

一日に出ていく水の量

尿:約1.200ml
便:約100ml
汗:約1.000ml

合計2.300ml

一日に取り入れる水の量

食事: 約800～1.000ml
代謝水:約300ml
飲み水:約1.000～1.200ml

合計2.300ml

体の水分を保ち、
毎日健康に過ごすためにも
きちんと水を
飲むことが大切です。

軟水
ダシをとったり、日本食に最適!

日本人の舌になじみのある
スッキリとした飲み口。
一般の水道水もこの部類。

中硬水
日常的なミネラル補給に最適!

軟水に比べ、ミネラル成分が
多い。飲み口は硬水ほど抵抗感
はない。

硬水
便秘解消や利尿効果が期待できる!

ほのかに苦みを感じる。
スポーツ後や妊娠中の
カルシウム補給に。

HAPPY子育て

ー子どもの気持ちを大切にー

大人の都合で子どもに何かしてほしいときは、子どもが、遊びに満足するまで待つことが大切です。子どもは「今していることをもう少ししたい」という葛藤を心の中に抱えて遊んでいます。今の遊びに満足したら、親の言うとおりにしようと思っているのに、大人が子どもの気持ちを先に壊すので反抗するのです。

育児では、その時々の子どもの気持ちを理解することが大切な基本となりますが、残念なことにほとんどの親は自分の気持ちを子どもに分からせることに一生懸命になっているようです。大人はどんなときでも時間的なゆとりを持ち、少し早めに子どもに声掛けするような工夫が大切です。

子どもなんだから親の言うことを聞いて当たり前という考えでいると、やがて子どもは「欲求不満」の状態になり、子どもの心に望ましくない影響を与え、手に終えない反抗やいたずらをします。このような状態は、親自身が子どもの気持ちを押さえつけるような育て方をした結果だともいえます。