

# 『かわら版』

第119号

＜発行＞  
株式会社リヤベ住建  
046-267-8270



『寝相でわかる深層心理』…寝ている姿勢から読み取れる心理状態と性格

① 顔やお腹をカールドするように丸まって

眠る人 (甘えん坊タイプ、警戒心が強い)

顔やお腹をカールドするように丸まって眠る寝相を「胎児の寝相」という。この寝相をしている人は自分の殻にこもりがちで、保護されたいという気持ちが強く、依存心が強いと考えられている。

② 横を向いて少しヒザを曲げて眠る人

(人に安心感を与えるタイプ)

横を向いて少しヒザを曲げて眠る寝相を「半胎児の寝相」という。この寝相をしている人はバランス感覚に優れた安定した人柄であり、環境適応能力が高いと考えられ、精神状態は安定していると考えられている。



③ うつぶせに眠る人

(支配したい気持ち強いタイプ)

うつぶせになって眠る寝相をとっている人はベッドを独占したいという気持ちが投影されており、自己中心的な一面はあるものの、仕事や約束事に関しては正確な人であると考えられている。

④ ゆったりとした大の字で仰向けに眠る人(自分に注目を集めるのが好きなタイプ)

ゆったりとした大の字で眠る寝相を「王者の寝相」という。この寝相をしている人は安定した人柄で自信家。

オープンな精神の持ち主であると考えられているが、苦勞知らずな一面もあると考えられている。

⑤ 足首と手首を強く交差させて眠る人

足首と手首を強く交差させて眠る寝相は囚人をイメージさせることから「囚人の寝相」という。この寝相をしている人は仕事や人間関係などで悩みや不安を抱えていると考えられている。もし、友人やパートナー、家族がこのような寝相をしていたら、悩み事がないか聞いてあげると良いかもしれない。

また、胸の上で手を組んで寝る人は、かなり深い悩みを持っているかも。

⑥ 布団に潜り込んで寝る人

深い洞察力を持ったタイプで、物事を慎重に考えて行動するタイプです。大きなストレスを抱えることが多いので、すぐに疲れてしまいます。

⑦ ひざまずいて背中を丸く持ち上げて寝る

眠りが浅い人の多く見られるタイプです。

● さいごに

この様な寝相をしている人が必ずしもこれらの内容にあてはまるとは断言できませんが、心理状態や性格を判断する一つのモノサシになるのでは。



となりで寝ているあの人の、昼間ではうかがい知れない深層心理をチェックしてみるのはどうですか？

## 今月のレシピ 『かぶとベーコンのサッと炒め』(2人分)



- ◆材料：かぶ(中) 2個、ベーコン 2枚  
オリーブオイル 小さじ1、白ワイン 大さじ1  
塩 少々、黒こしょう(粗びき) 少々  
しょうゆ 小さじ 1/2

◆作り方：

- ① かぶは葉を2~3cm 残して切り落とし、皮を厚めにむいて縦半分に分けてから5ミリの厚さに切る。茎と葉も2~3cmの長さに切る。ベーコンは1cm幅に。
- ② フライパンにオリーブオイルを弱火で熱し、ベーコンを1分程炒める。中火にしてかぶを加えて炒め合わせ、白ワインをふり入れて蓋をし、1分ほど蒸し煮にする
- ③ 茎葉も加えて炒め合わせ、しんなりしたら塩、黒こしょう、しょうゆをふり入れて混ぜ合わせ、器に盛る

『知らなかった！これが常識 “洗濯トリビア”』 No10

★洗淨力を保つには、13度以上の水で洗うのがいい  
一定の洗淨力を確保するには、13度以上の水で洗濯するのがいいとされています。一般的に、約40度が洗剤液中の酵素が最も活性化する温度だと言われ、お湯の方が洗淨力は強くなりますが、衣類の生地によっては高温で傷む場合もあるため、注意が必要！

## 地元工務店の相談会

(毎週土曜日10時~15時 要予約)

新築…損をしない良い土地の探し方お手伝い、建て替え、住み替え、二世帯住宅。

リフォーム(リノベーション)…増改築、水回り(キッチン・お風呂・トイレ)、バリアフリー化、住まいの点検。

耐震性の問題、省エネ問題、ZEH(ゼッチ)に関する事。など、快適な家づくりのご相談に応じます。

また、ムリやムダのない資金計画についてのご相談もお受けいたします。

新築？リフォーム(リノベーション)？

抱えている問題を、理想的な暮らしに変えるための相談会です。お家のことならお任せください！

経験豊富なスタッフ必ず良い家づくりのご提案をいたします。



予約制になっておりますのでお電話、メールでご連絡ください。日時を決めさせていただきます。(担当：北)

Tel: 046-267-8270 e-mail: toriken7@jcom.home.ne.jp

『大和市福田 E 様邸新築工事』 ～電磁波対策工事（導電性シート測定）～



測定実施



壁面シート



床面シート

「導電性」・・・電気が通る性質のことで、静電気が帯びない特徴を持ちます。放電による IC など電子部品の破壊（静電気障害）を防ぎ、またホコリや塵を引き付けません。抵抗値が低い程、電気が良く流れる性質があることを表します。

E 様邸では導電性シートを取付けました。

電子レンジやパソコン等の機器類から出る電磁波、また意外と知られていないのが一日中常に発生している屋内配線から出る電磁波。導電性シート（低周波電磁波対策シート）を取付けることで建物内の帯電を減らす効果があり、体への電磁波の影響も少なくなります。施工の際にはアースが必須です。アースを取ることで、アースケーブルを通して低周波電界を地表に流すことができます。測定数値が基準値より低いほど効果があります。

『住まいの定期点検』

新しい住まいも年月が経ってくると色々な所に劣化や不具合が現れてきます。建物の外回りは日々の暮らしにあまり影響を受けないので、目に見える外壁や屋根など劣化が進んでいることが分かっていても、いつ手を掛ければ良いか判断がつかずそのままになってしまっていることがあるようです。

外壁は直接雨にさらされる場所です。小さな傷やひびでもそこから雨水が侵入し内部の木を腐食させたり、シロアリが発生したり、大きな問題に繋がります。問題が起きてから補修するのではなく、定期的な点検とメンテナンスが結果的に家を長持ちさせることに繋がります。

一例として自分で確認することのできる外回りのチェック項目をあげてみます。

- 外壁（一般的なサイディング 吹付塗装の場合）・・・外壁に傷やひび・割れが入っていないか。 汚れ・しみがいないか。
- 樋・・・詰まり・ひびがないか。 色あせがひどくないか（劣化のサインです）
- 軒裏・・・軒裏からの雨漏りがないか。 たわみ（湾曲）がないか。
- バルコニー・・・手摺り…手摺りに破損がないか。 木製なら腐食、鉄やアルミの場合はサビがないか。 防水塗装…ひび割れや、はがれがないか。

少しでも変だなと思ったら専門家に診てもらいましょう。お家にもかかりつけの病院 = 「工務店」を見つけておきましょう。安心な暮らしのできるお家であるように。



「花粉対策」・・・早い方は花粉症の症状が出始めるころではないでしょうか。対策としては、窓を開けない・洗濯物や布団は外に干さない・衣類への付着など、とにかく室内に持ち込まないことが一番です。玄関に入る前にコートをはたき花粉を落としてから入る。また玄関内にクロースペースがあれば室内にコートを持ち込まずに済みます。ない場合はハンガーが掛けられるフックを用意するのもいいでしょう。室内では空気清浄機を活用。と、皆さん色々工夫をされると思います。

2003 年の建築基準法の改正で、新築は換気設備設置が義務化され、花粉や PM2.5 対策にも役立っています。弊社採用の換気システムは 2 時間ごとに室内の汚れた空気を排出し、新鮮な空気を取り込むことができます。取入口には高性能フィルターを取付けていますので入り込むものをシャットアウト！ 今の家づくりは「健康」をも考える、進化した家づくりとなっています。

◆私どもトリヤベ住建では水まわり、外壁・塗装工事、屋根工事、網戸の張替え、庭先の改修工事、防音工事、白アリ駆除リフォーム全般、新築。に関するお家のことなら何でもご相談に応じます。お気軽にお声をおかけ下さい。また、当社ホームページからでもお問い合わせができますので是非ご利用ください。



アソビエクラブ

株式会社 トリヤベ住建

046-267-8270 大和市福田 662-8



QR コードで読み取ってね！