

『かわら版』

第132号

＜発行＞
㈱トリアベ住建
046-267-8270



『頭皮が白いの健康？ 不健康？』

頭皮は体内でもっとも血流が多い場所。頭皮トラブルによる危険信号は、頭皮の色にも現れてきます。

頭皮の色から分かる健康状態や頭皮トラブルについてご紹介します。

◆頭皮の色で分かる頭皮の健康状態

頭皮にはたくさん毛細血管があります。頭皮の血流量は、体内で

もっとも多いといわれており、

血流が多いほど頭皮の細胞へ

栄養分が多く運ばれ、

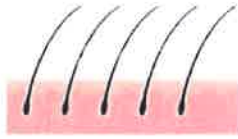
髪の毛にハリやうるおいを

与えます。しかし、頭皮への

血流が滞ると、頭皮の色に変化が現れてきま

す。では健康な頭皮はどんな色をしているの

でしょうか。



1) 頭皮の色が白い

頭皮が健康の状態です。もっとも理想的な頭皮の色で、キメが整ってツヤがあり、髪の毛もバサつきがなくなめらかな状態です。

2) 頭皮の色が白い

頭皮が乾燥気味の状態です。頭皮が白い人は、頭皮にツヤがなく、角質がはがれている場合が多くみられます。原因は、季節的な要因のほか、洗浄力の強いシャンプーのしすぎで、頭皮に必要な皮脂まで奪われたりする生活習慣があげられます。

また、乾燥を防ごうとして皮脂が過剰に分泌されてしまうケースもあります。頭皮の乾燥は、フケやかゆみを引き起こす可能性もあるので、保湿を心がけましょう。

3) 頭皮の色が黄色い

頭皮に酸化した皮脂が溜まっている状態で、べたつきや炎症、ニオイなどの様々な頭皮トラブルの原因になります。酸化した皮脂が血流の妨げになり、毛根に必要な栄養が行き届かなくなるため、髪の毛の成長にも大きなダメージを与えます。

4) 頭皮の色が赤い

頭皮の毛細血管が収縮し、血流が悪くなっている状態です。部分的に赤くなっている場合は、頭皮が炎症を起こしていることも。

原因としては、タバコやストレス、不規則な生活習慣などがあげられます。また、夏場などは日焼けによって頭皮が赤くなってしまう

こともあります。炎症がひどい場合はドクターに相談して適切な処置を受けましょう。

このように、頭皮の健康状態は頭皮の色で分

かります。頭皮の色以外では、頭皮の弾力や

キメなどでも状態を知ることができます。

頭皮が赤く腫れていたたり、

痛みをともなう場合は

すぐに皮膚科を受診しましょう。



『生ゴミのニオイを抑えるための8つの方法』

その3

(5) 市販の消臭剤を使う

ニオイが発生してしまったら、マンションなどの集合住宅では原因を取り除くより先に消臭することが先決です。市販のスプレー式、顆粒などどれも使い方は簡単でニオイがすぐに消えます。

消臭プラスいい香りなど芳香があるものもあり、ゴミをベランダなどお部屋の外に出せない人には便利かもしれません。



今月のレシピ 『せりと油揚げ、海苔のサラダ』(2人分)



- ◆材料 せり 1わ、油揚げ 1枚
焼きのり 適量
- (A) しょうゆ 小さじ2、酢 小さじ2
砂糖 小さじ1
サラダ油 小さじ、わさび 少々

◆作り方:

- ① せりは根を落とし、4~5センチ長さに切る。冷水に放ち、パリッとさせておく
- ② 油揚げは3センチ長さの細切りにし、フライパンでから煎りし、カリカリにする
- ③ ①、②を器に盛り付け、焼きのりをちらし、混ぜ合わせた(A)をかける

地元工務店の相談会 “基準が見えにくい住宅の不安や疑問を解決！”

(第2、第4土曜日開催 10時~15時 要予約)

◇新築◇

- ・今の収入で新築住宅は建てられるの？(ムリのない資金計画の提案)
- ・ローンの組み方について詳しく知りたい
- ・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
- ・使い勝手のいい間取りにしたい
- ・耐震性の問題、省エネ問題、ZEH(ゼッチ)に関すること
- ・補助金について

◇リフォーム(リノベーション)全般◇

- ・増改築、外壁/屋根、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、他

◇建替えかリフォームで迷っている

抱えている問題を快適で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が必ず良い家づくりのご提案を致します。

一緒に解決していきましょう。まずは気になることからお話しください。

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。

Tel: 046-267-8270

e-mail: toriken7@jcom.home.ne.jp

(担当:北)



『K様邸新築建替え工事地鎮祭』



地鎮祭・・・土地の神をまつり、工事の無事を祈る儀式のこと
当日はお天気にも恵まれ、春の陽気を感じる中、新築建替え工事に伴う「地鎮祭」が執り行われました。

注文住宅ならではの家づくりの第一歩となります。
まだ更地状態ですので家づくりの実感は湧かないと思いますが、土台ができ、棟上げをし、屋根がかかってくるとようやく家の姿が見えてきて、中に入ってみれば設計図と照らし合わせながらの配置が何となく見えてきます。

一気にワクワク感が(^-^)

K様が楽しく家づくりができるよう寄り添い、お手伝いをしていきたいと思っております。



『関東プリリアント会』



今回の関東プリリアント会では「照明セミナー」と題しまして、照明の選び方、照明の効果などについて学ぶことができました。

今、照明は「明るく照らす電気」というだけではなく、デザインを楽しむ、空間を広く見せる効果をかもし出し、部屋全体をおしゃれに演出するものでもあります。

照明器具もデザイン性に優れた家具との一体感や、インテリアに合わせた間接照明など、寛ぎと癒し効果のある光を放ちだす照明が好まれているようです。

毎日の暮らしに照明がここまで様々な効果をもたらしてくれるとは、...

皆さまのお家でも今度、照明器具を変える時は空間を楽しめる、そんな事を考えながら選んでみてはいかがでしょうか。

『住宅ローン 繰り上げ返済の効果...』

住宅ローンを組んだら、早く繰り上げ返済をした方が良いと聞きますが、本当にそうでしょうか？

繰り上げ返済とは、毎月の返済とは別に、借入額の一部、あるいは全額を返済することです。通常の返済は、返済額に利息分も含まれています。しかし、繰り上げ返済をすると、返済分すべてが元金に充てられます。それによって支払う利息が軽減されます。繰り上げ返済の効果は、「期間短縮」と「返済額軽減」の2つから選択できます。

「期間短縮」は、毎月の返済額は変わらず、返済期間が短くなります。同じ時期に同じ金額を繰り上げ返済した場合、利息の軽減効果は「返済額軽減」より大きくなります。そして、利息の割合が多い早い時期に繰り上げ返済をした方が、利息軽減効果は大きいです。

「返済額軽減」は、返済期間は変わらずに毎月の返済額が下がります。

実質的に毎月の返済額が下がるため、家計に与える影響は大きいです。子供の進学や仕事の変化などで、収入や支出が変化したときは、住宅ローンの返済額が下がることは家計の安定にも繋がります。

「期間短縮」と「返済額軽減」、どちらも捨てがたい効果があって悩みますね。どのように考えて繰り上げ返済したら良いでしょうか。

まず、住宅ローンはいつまでに返済した方が良いかということを考えて返済計画を考えることをおすすめします。

多くの方は、定年である60歳から65歳に収入が大きく変化します。このときまでに返済負担を減らした方が老後の生活に余裕が持てます。また子供のいるご家庭では、進学などで支出の増加が見込まれる場合は、手持ちの資金を確保しておくことも忘れずに。何かあったときのために、手持ちの資金すべてを繰り上げ返済に回さずに残しておきましょう。

いずれにしても「繰り上げ返済」を行うときは、その時の、そのご家庭の状況に合った選択肢からよくお考えの上、お選びいただき、返済計画を立ててください。



◆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。



アノビエクラフ

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!