

『かわら版』

第142号

＜発行＞
 (株)リヤベ住建
 046-267-8270



『濡らしてすぐはNGだった！シャンプーで
 やってはいけない行動3選』

意外と多いシャンプー時のNG行動とは…

1. 熱いお湯で洗う

髪の成分の8割を占めるたんぱく質は卵と同じように、温めると硬くなる性質を持っています。

そのため熱いお湯で洗うと、髪は硬くなってパサついてしまったり、トリートメントの乗りが悪くなったりの原因になります。

お湯は39℃～41度のぬるま湯で。熱湯だと頭皮が硬くなったり、抜け毛の原因になったりもします。

2. トリートメントを根元からつける

トリートメントをつけることで髪はしっかりと仕上がりますが、根元からつけてしまうと全体的にペタンとした仕上がりになってしまい、ボリュームが出にくくなる

ことがあります。

トリートメントは

毛先から始め、特に女性の場合は、根元を約5センチを残すようにします

3. 髪を濡らしてすぐに洗う

急いでいる時などには、シャワーを頭に当たたらすぐに洗い始めてしまいがちですが、これもNG。髪や頭皮についた汚れは2～3分間すすぎましょう。



しっかりと洗い流した上でシャンプーを始めたほうがトリートメントの乗りが良くなり、ふわっと仕上がります。



旬の食材

野菜

かぶ 白菜 水菜(みずな) れんこん
 春菊 大根 人参 ねぎ ほうれん草
 カリフラワー ごぼう 小松菜
 ブロッコリー

魚介

鮫鱈(あんこう) 鱈(たら) ヒラメ
 フグ 鱈(ぶり) 海老 蟹 牡蠣
 シジミ キンキ 蛤 鱈(いわし)

果物

金柑 みかん

1月の他の別名

祝月(いわいづき)
 始和(しわ)
 正月(しょうがつ)
 早緑月(さみどりづき)
 年端月(としはづき)
 太郎月(たろうづき)
 王春(おうしゅん)
 建寅月(けんいんげつ)
 初春月(はつはるづき)

1月の花

梅(ウメ)
 シクラメン
 水仙(スイセン)
 福寿草(フクジュソウ)
 千両(センリョウ)
 シンピジューム
 山茶花(サザンカ)
 南天(ナンテン)
 栗ぼたん

今月のレシピ 『菜の花の卵サラダ』(2人分)



◆材料 菜の花 150g
 卵 2個
 (A) しょうゆ 大さじ1
 オリーブオイル 小さじ2

◆作り方:

- ① 菜の花は固い部分を切り、水に浸してパリッとさせ、塩少々(分量外)を加えた熱湯でゆでて水に取り、水気を絞って2～3等分に切る
- ② 卵は半熟にゆで、水で冷やして殻をむく
- ③ ボウルに②を入れて粗くすし、①、(A) も加えて混ぜる

1月の暮らし

初詣 年始回り
 書初め 新年会
 年賀状の整理 正月のお飾りの片づけ
 初生け 初釜
 寒中見舞い
 (立春の前日まで。
 それ以降は余寒見舞い)
 初日の出 若水 大福茶 鏡餅
 おせち料理 雑煮
 お年玉 かるた 餅花 七草がゆ
 寒の水 寒九の水

1月の自然

冬将軍 短日
 雨雪 雨水
 御降り 富正月
 富下り 寒九の雨
 寒の雨 北しぶき
 山茶花ちらし
 凍雨 氷雨 霜 霜柱
 霧水 樹氷
 冬枯れ 冬日 真冬日
 寒波 豪雪 雪間

地元工務店の相談会 “おうちの不安や悩みを解消します”

I: 新築を建てています!

- ・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ご提案)
- ・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

II: リフォーム(リノベーション)などの改修工事、お引受けします!

- ・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

III: 建替えかリフォームで迷っている方へご提案をします!

抱えている問題を快適。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。

相談日&時間をご予約
 させていただきます。

お電話、メールでご連絡ください。
 Tel: 046-267-8270
 E-mail: toriken7@jcom.home.ne.jp
 (担当: 北)



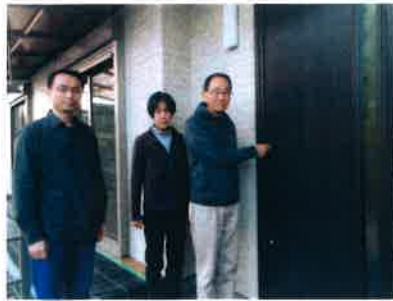
川崎市H様邸新築工事

3年ほど前に座間で建て替えさせて頂いたお客様のご紹介で今回、ご実家であるお兄様のご自宅の建て替え工事をさせて頂きました。

幹線道路沿いに建ち、車の騒音や振動、暑さ寒さに悩まされていたようです。

6月から始まった工事も無事竣工となり、全て解決！

12月にご入居いただき、新年を新しい家で迎えていただくことができました。



寒川町I様邸新築工事

I様はリノベーションか建て替えかでご検討されていましたが、当社の標準仕様である省エネ、制震・耐震等級3での建て替えとなり、約半年の工期で竣工・引渡しとなりました。

お子様もまだ小さく、この家での成長が楽しみです。

こちらの家は、国土交通省サステナブル事業

(全国40件程)のIOTフル仕様住宅です。



どうして結露は発生するの？

結露の正体は、空気中の**水蒸気**です。暖かく湿った空気が急に冷やされたりすると、空気中の水蒸気が水滴になる現象です。他にもお風呂の天井のしずくや、湯気でメガネがくもるなど、日常生活の中で多く見られます。室内の湿度が高く、窓の温度が低いと窓に結露が発生しやすくなります。



結露は暮らしの大敵

アレルギーや喘息などの病気も結露が原因のひとつに。結露は身体に悪さをするカビ・ダニを発生させます。湿度が高い部屋は、カビやダニを繁殖させます。カビの胞子やダニの糞が空気中に浮遊すると、健康を害する原因となる環境になってしまいます。

家や家具の傷みの原因にも。結露は家や家具の美観を損ね、建築材を腐らせるなど耐久性も損なわせてしまいます。

“上手な住まい方で結露の発生を抑える10のポイント”

- 1) 調理中や食事中は換気をしよう…調理中や食事中にも湯気として水蒸気は発生します。忘れずに換気扇を回しましょう。
- 2) 入浴後は換気をしよう…浴槽やシャワーのお湯から水蒸気は発生します。入浴後も換気扇を回したり、浴槽にフタをしましょう。
- 3) 就寝時の換気や空気の循環も大切です…就寝中の身体からも汗などが水蒸気として発散されます。そのため寝室を閉め切ると空気が循環できず、湿気がこもってしまいます。ドアを少し開けて空気を循環させたり、窓を開けて新鮮な空気で満たしてから寝るなど工夫をしましょう。
- 4) 洗濯物の室内干しの時は除湿器などを一緒に使おう…室内干しは湿気をぐっと上昇させます。除湿器などを使い湿度が上がり過ぎないようにしましょう。
- 5) 使っていない部屋も換気をしよう…水蒸気は発生しなくても、他の部屋から水蒸気は侵入してきます。室内の温度や窓の表面温度が低いと、結露が発生するので、使っていない部屋も適度に換気をしましょう。
- 6) カーテンや障子はこまめに開けよう…カーテンや紙貼障子を閉めていると湿度の高い空間になり、結露が発生しやすくなります。長時間閉めたままにしないで、こまめに開けましょう。
- 7) 強い風が窓に当たらないような工夫をしよう…強い風が窓に当たると熱が奪われ表面温度が下がり、結露が発生しやすくなります。風が吹き込む方向に木を植えたり、雨戸を使い、風が窓に当たるのを防ぎましょう。
- 8) 新築時はこまめな換気を心がけよう…新築の家の木材は多くの水分を含んでいるため、冬などの乾燥時に室内に水分を放出します。新築の時は特に換気に注意しましょう。
- 9) 冬期はエアコンや電気ストーブを使おう…冬の時期は水蒸気が発生しないエアコンや電気ストーブ、密閉型の暖房器を使用しましょう。(密閉型暖房器とは、燃焼ガスを発生させない暖房器のこと)
- 10) 加湿器は湿度を40%~60%に設定しよう…室内の最適な環境は、温度20℃、湿度50%です。加湿器などで湿度を上げ過ぎないようにしましょう。



◆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!