

『かわら版』

第143号

＜発行＞

㈱トリアベ住建
046-267-8270



『髪が抜けてしまう5つの原因』

健康な人の髪の毛は1日に50本から1000本抜けると言われていますが、もしそれが1000本を超えたと考えるとかなり深刻です。朝洗面所で髪の毛をとかしたあと、くしに大量の髪の毛がはさまっていたり、朝起きて枕を見たらかかなりの抜け毛がある場合は、近い将来はげてしまう可能性があります。

抜け毛を防ぐためには何がその原因になるのかを知っておくことが必要です。

1) 地肌のコンディション

地肌のコンディションと抜け毛は深い関係があります。フケや乾癬、真菌感染症は髪の毛の成長を抑え、抜け毛が増える原因になります。フケやかゆみがあるという人は使っているシャンプーが地肌に合っていない可能性があります。皮膚科医に相談して地肌に優しい薬用シャンプーなどに切り替えましょう。

2) 最新の髪型にこだわらずに

いつでも最先端の髪型を追いかけている人は、髪の毛がひどく痛んでいることが多いです。美容室の薬品はマイルドなものもありますが、髪の毛にダメージを与える薬品も多いのが現状です。縮毛矯正で使うヘアアイロンも髪を痛めます。最新の髪型にこだわらる前に、髪の毛に十分な栄養を与えてあげることが最優先にしなければなりません。

3) 適当なケアもよくない

最新の髪型にこだわらないけれど、特に髪の毛に何もしないのもよくありません。

シャンプーをしたためた髪をタオルでゴシゴシしたり、とかしたりすると髪の毛はひどくダメージを受けるので、しっかりとドライヤーで乾かすようにします。

4) ストレス

抜け毛の一番の原因は、ストレスであると専門家が述べています。ストレスやプレッシャーがのしかかると、ヘアサイクルのスピードがアップし、通常よりも早く髪の毛が老いて行くので抜けてしまします。ヘアサイクルが整っている場合は、新しい髪の毛が生えてきているので何の心配もいらないのですが、サイクルが乱れているため次の髪の毛が生えてくるまでに時間がかかります。そのため髪の毛がどんどん抜けて、はげてしまうのです。



ストレスをためないよう
に上手に発散しましょう。

5) 妊娠

すべての妊婦さんが当てはまるわけではありませんが、妊婦さんの中で激しい抜け毛に悩む人が時々います。妊娠によってホルモンのバランスが崩れてしまうのが原因です。

この場合は髪にいい栄養分を十分に摂取することが大切です。出産後5カ月くらいすると髪の毛の状態は通常に戻るのに心配することはありません。



抜け毛の原因のトップファイブをお届けしました。一度抜けてしまった髪の毛が再び生えてくるには、長い時間がかかります。適切なケアをして抜け毛を防ぎ、きれいな髪の毛を保ちましょう。



今月のレシピ 『大根の和風サラダ』(2人分)



- ◆材料 大根 150g、大根の葉 少々
レタス 適宜
しょうゆ 小さじ2、ごま油 大さじ1/2
焼きのり(全型) 1/2枚

◆作り方:

- ① 大根は半月の薄切り、葉は刻む。レタスはちぎる
- ② ボウルに①の大根と葉、ごま油、しょうゆを入れて混ぜ、全体がなじんだら、レタスとちぎった焼きのりを加えてさっくりと混ぜる

地元工務店の相談会 “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をください。

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)



大和市 T 様邸「構造見学会」開催 サスティナブル事業住宅<<国土交通省>>



完成後では見ることでできない、家づくりで最も大切な構造体の見学会を開催いたしました。

皆さんに認知され始めた耐震性能、断熱性能、省エネ性能が当たり前の家づくり。地震大国における不安を最小限に抑え、安心して暮らせる。そして、きれいな空気のなか、健康に暮らせる。更に、省エネ性能により、光熱費を安く抑えることができる。

そんな家づくりをご覧頂きました。

弊社の家づくりは ZEH 住宅が基準の家づくりですが、今回はお施主様のご希望もあり、<<IOT 住宅>>となっています。

お施主様の「要望と夢」を取り入れた、楽しくできる「家づくり」をモットーとしています。完成までもうしばらく先ですが、「頼んで良かった」と言って頂けるよう、良い家づくりを続けていきたいと思っております。

◇ZEH=ゼロ・エネルギー・ハウスの略

太陽光発電で電力をつくる一方、断熱材などで省エネ性能を高め、消費エネルギーの差し引きゼロを目指す。

◇IOT=コンピューターなどの情報・通信機器だけではなく、世の中に存在する様々な物体（モノ）が、インターネットに接続したり相互に通信することにより、自動認識や自動制御、遠隔計測などを行う技術です。

◇IOT 住宅=IOT 技術を活用し、インターネットを通じて、クラウド環境と接続され、外部と宅内情報を連携し、エネルギー自動制御やセキュリティ監視などを提供します。IOT 住宅では、太陽光発電やエアコンなど、住宅設備がインターネットと繋がることで快適で、安心・安全、便利な暮らしを実現することができます。

「厚木市 N 様邸新築工事」<<IOT 住宅>>



昨年着工し、工事も順調に進み、2月11日竣工となりました。

タウン誌の勉強会で出会い、土地探しから家づくりまでのお手伝いができ、念願のマイホーム完成です。

随所にお施主様の要望が取り込まれた

こだわりの空間が見られます。

もちろん当社の標準仕様である

【ZEH+高耐震仕様】となっております。

間もなくご入居となり、これから末永い

お付き合いが始まります。

私共も我が子の様に見守っていきたいと思っております。



3月8日(日) 座間動物病院構造見学会予告

ん？動物病院の見学会？

そうです。動物病院の
構造見学会です！！



弊社が基準仕様としております高気密・高断熱、
省エネ性能での建物です。

人が住んで安全・安心、そして健康住宅は動物
にも最適な空間。家族同然の動物が元気に過ご
せるように、また、働くスタッフの方にも良い
環境の中でお仕事をしたいと願い、お施主
様からご依頼を頂きました。

動物病院ではありますがいつもの家づくりの構
造体と全く同じです。

家づくりを考えている方は必ず見てほしい構造
体です！見学会です！

詳細は改めてホームページ内でご案内させて頂
きます。皆様のご来場をお待ちしております。

◆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！